

Heimilisfræði 7.-10. bekkur

Námsþáttur	8. bekkur	9. bekkur	10. bekkur
Menningarlæsi (sameiginleg markmið allra list- og verkgreina)	Við lok 10. bekkjar á nemandi að geta (skv. Aðalnámsskrá grunnskóla bls. 142): <ul style="list-style-type: none"> ○ Unnið sjálfstætt eftir vinnuferli frá hugmynd til lokaafurðar og greint frá mismunandi nálgun við vinnuna. ○ Tekið þátt í samvinnu með sameiginlegt markmið hópsins að leiðarljósi. ○ Sett verkefni sín í menningarlegt samhengi. ○ Tjáð sig um verkefni sín með því að nota hugtök sem greinin býr yfir. ○ Sýnt frumkvæði í góðri umgengni og frágangi á vinnusvæði. ○ Metið eigið verk og annarra og rökstutt álit sitt með þeim hugtökum sem viðkomandi námsgrein býr yfir. 		
Nemandi:	<ul style="list-style-type: none"> • Geti unnið sjálfstætt frá hráefni til afurðar og lýst vinnuferlinu. • Geti unnið í hóp, tekið tillit til samnemenda, sýnt frumkvæði og skapandi hugsun. Geti einnig unnið sjálfstætt og með þarfi allra samnemenda að leiðarljósi. • Geti skipulagt vinnu sína og komið verkinu í framkvæmd. Taka tillit til umhverfissjónarmiða og hafa að leiðarljósi að margt er hægt að gera til að fara vel með mat og stuðla að minni matarsóun. • Geta skipulagt og matreitt vel samsettar máltíðir og geta gert grein fyrir kostnaði við máltíðina. • Geti tengt saman mat og menningu og gera sér grein fyrir hvað matarmenning getur verið mikilvægur hluti af menningu hvernar þjóðar. • Geti sýnt frumkvæði og sjálfstæði við vinnu sína og gengið vel frá eftir sig. • Geta gagnrýnt eigin vinnu og vinnu annarra á uppbyggilegan hátt. 		
Matur og lífshættir	Við lok 10. bekkjar á nemandi að geta (skv. Aðalnámsskrá grunnskóla bls. 154-155): <ul style="list-style-type: none"> ○ Tjáð sig um heilbrigða lífshætti, tengsl þeirra við heilsufar og sett í samhengi við ábyrgð hvers og eins á eigin heilsufari. ○ Farið eftir leiðbeiningum um hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi og matreiðslu. ○ Greint helstu þætti sem hafa áhrif á útgjöld við heimilishald og geti tekið ábyrgð á eigin útgjöldum og skuldbindingum og þekkt rétt sinn og skyldur semneytandi. 		
Nemandi:	<ul style="list-style-type: none"> • Gera sér grein fyrir mikilvægi heilbrigðra lífshátta og mikilvægi þess að borða holla og vel samsetta fæðu. • Hafi tileinkað sér helstu grunnatriði er varðar hreinlæti og þrif tengdu heimilishaldi. • Geta greint helstu þætti sem hafa áhrif á heimilisútgjöld. • Geta gert sér grein fyrir mikilvægi þess að skipuleggja innkaup og þekkja leiðir til sparnaðar við innkaup. 		

Matur og vinnubrögð	<p>Við lok 10. bekkjar á nemandi að geta (skv. Aðalnámskrá grunnskóla bls. 154-155):</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Skipulagt og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr algengu og nýstárlegu hráefni með áherslu á hagkvæmni og nýtni. ○ Greint frá viðbrögðum við slysum á heimilum. ○ Nýtt margvíslega miðla til að afla upplýsinga á gagnrýninn hátt um næringarfræði, neytendamál, hagkvæmni í innkaupum, aukefni, geymslu og matreiðslu.
Nemandi:	<ul style="list-style-type: none"> • Geti undirbúið og matreitt fjölbreyttar, hollar og vel samsettar máltíðir úr fjölbreyttu hráefni og huga vel að hagkvæmni og nýtni. • Kunna að bregðast við helstu slysum sem geta orðið á heimilinu. • Geti beitt helstu matreiðsluaðferðum. • Geti nýtt sér margvíslega miðla við upplýsingaröflun og nýtt sér það á gagnrýninn hátt um t.d. um næringarfræði, hagkvæm innkaup, innihald, geymslu, geymsluþol og fleira.
Matur og umhverfi	<p>Við lok 10. bekkjar á nemandi að geta (skv. Aðalnámskrá grunnskóla bls. 154-155):</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Sett viðfangsefni heimilisfræðinnar í vítt samhengi við lýðræði og jafnrétti, hreinleika og eiginleika sem taldir eru bæta heilsu fólks og stuðla að sjálfbærri þróun. ○ Rætt þátt auglýsinga og upplýsinga um merkingar, verð og gæði neysluvara í tengslum við neytendavernd og tjáð sig um gæði, geymslu og aukaefni í matvælum.
Nemandi:	<ul style="list-style-type: none"> • Geti tengt viðfangsefni heimilisfræðinnar við hugtök s.s. lýðræði, jafnræði, hreinleika, bættu heilsu, sjálfbæra þróun, kolefnisspor o.fl. • Ræði þátt auglýsinga á neyslu og áhrif þess á neytendur. • Verði meðvituð um verð og gæði neysluvara. • Geti tjáð sig um gæði, geymslu og aukaefni í matvælum
Matur og menning	<p>Við lok 10. bekkjar á nemandi að geta (skv. Aðalnámskrá grunnskóla bls. 154-155):</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Sagt frá íslenskri og erlendri matarmenningu og matreitt ýmsa þjóðarrétti.
Nemandi:	<ul style="list-style-type: none"> • Geti tekið þátt í umræðu um íslenska og erlenda matarmenningu og kunna skil á ýmsum þjóðarréttum.