Kennsluáætlun fyrir skólaárið 2026 - 2027

Námsgrein: Heimilisfræði **Árgangur**: 5. bekkur

Kennari: Halldóra St. Kristjónsdóttir **Netfang**: halldora@klaustur.is

Almennt: Hópurinn hittist tvisvar í viku, tvöfaldir tímar í senn, 2*40 mín, þriðjudaga og fimmtudaga. Lotan þeirra stendur frá 25.08-21.10.26. Tímarnir á þriðjudögum munu byggjast á verkefnavinnu, þar sem við förum yfir bóklegt efni saman og vinnum verkefnin sem hópur, út frá þessu munu skapast umræður þar sem nemendur fá að koma með sínar skoðanir og læra að virða skoðanir annara. Á fimmtudögum verður lögð áhersla að bakstur og létta eldamennsku. Farið verður í almenn heilbrigði, heilsu og lífsstíl, slysahættu, flokkun á sorpi og almenn heimilisþrif.

Helstu markmið: Í lok lotunnar eiga nemendur að geta lesið og skilið einfaldar uppskriftir, sagt frá heilbrigðum lífstíl, næringu og hvernig á að flokka sorp. Þau eiga að geta sýnt sjálfstæð vinnubrögð ásamt því að vinna sem hópur.

Hlekkur á aðalnámskrá: https://www.adalnamskra.is/grunnskoli/kafli-21-list-og-verkgreinar-2024

Námsgögn: Gott og gagnlegt 1 og Heil og Sæl þemahefti um heilbrigði.

Tímabil	Verkefni	Kennsluaðferðir	Tenging við lykilhæfni og hæfniviðmið
Vika 1 Vika 2 Vika 3	Fyrsta vikan fer rólega af stað, við notum þriðjudags tímann til þess að fara yfir eldhúsið, fara yfir hætturnar og hvernig við bregðumst við ýmsar aðstæður. Miðvikudags tíminn verður eldað pizzubrauð. Á Þriðjudegi verður farið í Gott og Gagnlegt þar sem við vinnum verkefni saman. Á miðvikudegi fá þau að baka smákökur. Á Þriðjudegi verður farið í Gott og Gagnlegt þar sem við vinnum verkefni saman í umræðuhóp. Á miðvikudegi fá þau að útbúa pastarétt.	Einstaklingsvinna, umræðutímar, para- og hópavinna.	<u>Matreiðsla:</u> • Útbúið einfaldar og hollar máltíðir með aðstoð. <u>Vinnubrögð</u> • Farið eftir einföldum uppskriftum og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld og sinnt viðeigandi frágangi. <u>Vinnuvernd:</u> • Gert sér grein fyrir helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi. <u>Lífshættir:</u> • Tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti. <u>Næring:</u> • Valið hollan mat og útskýrt áhrif hans á líkama og líðan. <u>Hreinlæti:</u> • Farið eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif. <u>Menning:</u> • Tjáð sig á einfaldan hátt um jákvæð samskipti við borðhald og þekki þjóðlegan mat.

Vika 4	Á þriðjudegi verður farið í Gott og gagnlegt þar sem við vinnum verkefni saman. Á miðvikudegi fá þau gera súkkulaðiköku.		
Vika 5	Á þriðjudegi verður farið í Gott og gagnlegt þar sem við vinnum verkefni saman í umræðuhóp. Á miðvikudegi fá þau að elda grillspjót.		
Vika 6	Á þriðjudegi verður farið í Gott og gagnlegt þar sem við vinnum verkefni saman. Á miðvikudegi fá þau að baka eplaköku.		
Vika 7	Á þriðjudegi verður farið í Gott og gagnlegt þar sem við vinnum verkefni saman.		

	Á miðvikudegi fá þau að baka muffins.		
Vika 8	Á þriðjudegi verður farið í Heil og sæl þar sem við vinnum verkefni saman í umræðuhóp. Á miðvikudegi fá þau að elda fiskrétt.		
Vika 9	Á þriðjudegi verður farið í Heil og sæl þar sem við vinnum verkefni saman í umræðuhóp. Á miðvikudegi baka þau rúnstykki.		

	Á þriðjudegi verður farið í Gott og gagnlegt þar sem við vinnum verkefni saman. Á miðvikudegi fá þau gera súkkulaðiköku. Á þriðjudegi verður farið í Gott og gagnlegt þar sem við vinnum verkefni saman í umræðuhóp. Á miðvikudegi fá þau að elda grillspjót. Á þriðjudegi verður farið í Gott og gagnlegt þar sem við vinnum verkefni saman. Á miðvikudegi fá þau að baka eplaköku. Á þriðjudegi verður farið í Gott og gagnlegt þar		

	sem við vinnum verkefni saman. Á miðvikudegi fá þau að baka muffins. Á þriðjudegi verður farið í Heil og sæl þar sem við vinnum verkefni saman í umræðuhóp. Á miðvikudegi fá þau að elda fiskrétt. Á þriðjudegi verður farið í Heil og sæl þar sem við vinnum verkefni saman í umræðuhóp. Á miðvikudegi baka þau rúnstykki.		

Námsmat:

Námsmat byggir á hversu vel þau taka þátt í umræðutímum við að leysa verkefni sem og verkefnavinnu í vinnubók yfir lotuna, eins með samvinnu við aðrar nemendur og frágang í heimilisfræðistofu. Námsmat gefið í umsögn í loka annar.

Þessi kennsluáætlun er birt með fyrirvara um breytingar.