

## Kennsluáætlun – 2022-2023

Námsgrein: Heimilisfræði 3. bekkur

Tímabil	Efnispættir - inntak	Námsgögn	Námsmat
1.tími	Eldhúsreglur, handþvottur, uppvask. Blað-og rôtargrænmeti. <i>Grænmetissúpa.</i>	Myndband um skyndihjálp. Hönnuhús. Nemendabók, bls.5	Leiðsagnarmat
2.tími	Nestið mitt. <i>Heitt kakó og regnbogabrauð</i>	Nemendabók <i>Heimilisfræði3.</i> , bls.6 <a href="http://www.doktor.is">www.doktor.is</a> <i>Nestispakkinn.</i>	Leiðsagnarmat
3.tími	Egg. <i>Hrærð egg.</i>	Youtube. <i>Jamie Oliver, hrærð egg.</i>	Leiðsagnarmat
4.tími	Útilegumatur. <i>Slöngupylsur.</i>	Nemendabók, bls.9	Leiðsagnarmat
5.tími	Bakteríur og aðrar örverur. <i>Litlar kjötbollur.</i>	Fræðsluvefur Matis. Matvælastofnun. Youtube <i>Germ</i> s	Leiðsagnarmat
6.tími	Verkefni <i>Við skreppum á kaffihús. Að telja verðlag, velja hollan mat. Sólskinsdrykkur.</i>	Nemendabók, bls.21	Leiðsagnarmat
7.tími	5 á dag. <i>Regnbogaþeytingur.</i>	<a href="http://www.landlaeknir.is">www.landlaeknir.is</a>	Leiðsagnarmat
8.tími	Gerbakstur. <i>Brauðbollur.</i>	Youtube <i>Að hnoða deig.</i>	Leiðsagnarmat
9.tími	Þjóðlegt smakk. Matargerð í torfbæjum. <i>Lummur.</i>	<a href="http://www.glaumbær.is">www.glaumbær.is</a> Kennari les um eldamennsku í íslenskum torfbæjum. <i>Komdu og skoðaðu íslenska þjóðhætti</i> , Sigrún Helgadóttir.	Leiðsagnarmat
10.tími	Umhverfismerkin. <i>Að hanna eigið umhverfismerki.</i>	Matvælastofnun. Svanurinn.	Leiðsagnarmat
11.tími	Næringarefnin. <i>Kryddbrauð.</i>	Nemendabók, bls.26-27	Leiðsagnarmat
12.tími	Fæðuhringurinn. <i>Múffur með súkkulaðibitum.</i>	Nemendabók, bls.25	Leiðsagnarmat
13.tími	Að flokka sorp. <i>Sítrónukaka.</i>	Nemendabók, bls.32	Leiðsagnarmat
14.tími	Skráargatið. <i>Að velja hollt. Trallakökur.</i>	<a href="https://www.mast.is/is/matvaelafyrirtaeki/merkingar/skraargatid">https://www.mast.is/is/matvaelafyrirtaeki/merkingar/skraargatid</a>	Leiðsagnarmat
15.tími	EldhúSORð. <i>Orkukúlur</i>		Leiðsagnarmat
16.tími	Verkefni. <i>Diskurinn. Að setja saman holla máltíð. Heitt brauð í ofni.</i>	<a href="http://www.landlaeknir.is">www.landlaeknir.is</a>	Leiðsagnarmat

17.tími	<b>Þrif. Uppvask.</b>		<b>Leiðsagnarmat</b>
---------	-----------------------	--	----------------------