

Kennsluáætlun – 2022-2023

Námsgrein: heimilisfræði 4. bekkur

Tímabil	Efnispættir - inntak	Námsgögn	Námsmat
1.tími	Hvernig er uppskrift lesin? <i>Ávaxtasalat með jógurtsósu.</i>	Nemendabók <i>Heimilisfræði4.</i>	Leiðsagnarmat
2.tími	Hreinlæti. Handþvottur. <i>Hafrabrauð</i>	Fæðuhringurinn frá Landlækni. Orðaprautir.	Leiðsagnarmat
3.tími	Næringarefnin í fæðunni. Lykillinn að heilbrigðu lífi. <i>Regnbogasalat. Salatdressing: kryddolíu- og jógurtsósur.</i>	Netið, www.pinterest.com <i>Homemade salad dressings</i>	Leiðsagnarmat
4.tími	Egg. Uppbygging eggisins. <i>Franskt eggjabrauð (sunnudagsútgáfa).</i>	Fræðslumynd um hæsnafugla.	Leiðsagnarmat
5.tími	Vatn. Fræðslumynd um vatn. Auglýsingagerð fyrir vatn. <i>Grænt skrímslabúst.</i>	Fræðslumynd um vatn. Tilraun úr bókinni <i>Næringarfræði fyrir 3-4 bekk grunnskóla.</i>	Leiðsagnarmat
6.tími	Fróðleikur um pasta. <i>Pasta með tómatsósu.</i>	Netmiðlar	Leiðsagnarmat
7.tími	Kornið og korntegundir. Fín og gróf mjöl. <i>Hafragrautur.</i>	<i>Hollt og gott, bls.19</i>	Leiðsagnarmat
8.tími	<i>Focaccia brauð</i> í framhaldi af síðasta tíma þar sem nemendur lærðu um mismunandi korntegundir.	<i>Heimilisfræði, bls.16</i>	Leiðsagnarmat
9.tími	Hvað eru núðlur? Súpukryddjurtir. <i>Núðlusúpa.</i>	Netið, upplýsingar frá kennara um engifer, chili pipar.	Leiðsagnarmat
10.tími	Bragð. Bragðtilraun. <i>Gulrótarsalat</i> (með 4 mismunandi bragðefnum).	Tilraun úr bókinni <i>Næringarfræði fyrir 3-4 bekk grunnskóla.</i>	Leiðsagnarmat

11.tími	Diskurinn minn. Að setja saman góða og holla máltíð. <i>Ítalskar kjötbollur.</i>	www.landlaeknir.is	Leiðsagnarmat
12.tími	Gerbakstur. Upplýsingar um ger. <i>Slöngupítsa.</i>	Netið <i>Heimilisfræðikennarinn</i>	Leiðsagnarmat
13.tími	Umhverfismerkin. Af hverju eru þau nauðsynleg? <i>Súkkulaðismákökur.</i>	www.ust.is	Leiðsagnarmat
14.tími	Sorpflokkun. Hjónabandsæla.	Flokkun hjá Íslenska Gámafélaginu, Páll Óskar flokkar pappír. Páll Óskar flokkar plast. Ormaspil.	Leiðsagnarmat
15.tími	Bakstursráð. Bleikar og bláar múffur.	Einblöðungur frá kennara	Leiðsagnarmat
16.tími	Fróðleikur úr netmiðlum og matarbloggum. Kryddbrauð <i>í hollari kantinum.</i>	Spjaldtölvur	Leiðsagnarmat