

Námsáætlun fyrir heimilisfræði - 3. bekkur



Námsþættir	Hæfniviðmið	Kennsluhættir/leiðir	Námsmat
Matur og lífshættir	<ul style="list-style-type: none"> • tjáð sig um heilbrigða lífshætti. • valið hollan mat og útskýri áhrif hans á líkama og líðan. • farið eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif. 	<ul style="list-style-type: none"> • læri að morgunverður er undirstaða vellíðunar og heilbrigðis 	Mat á frammistöðu í tímum og vinnusemi.
Matur og vinnubrögð	<ul style="list-style-type: none"> • útbúið með aðstoð einfaldar og hollar máltíðir • farið eftir einföldum uppskriftum og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld • sagt frá helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi 	<ul style="list-style-type: none"> • þekki algeng eldhúsáhöld og viti til hvers þau eru notuð • fái þjálfun í að fara eftir einföldum uppskriftum og fyrirmælum 	

Matur og menning	• tjáð sig á einfaldan hátt um jákvæð samskipti við borðhald, helstu hátíðir Íslendinga, siði sem þeim fylgja og þjóðlegan mat.	• temji sér borðsiði og kurteisi	
Námsgögn: Námsefni frá Námsgangastofnun og efni af veraldarvefnum			
Lokanámsmat: Einkunn gefin í bókstöfum, A, B+, B, C+, C eða D.			