



## Árgangur

8. bekkur.

## Markmið

Sjá *Aðalnámskrá grunnskóla: Heimilisfræði 2007.*

## Inntak náms

Námið felst í því að nemendur læri að velja sér holla fæðu samkvæmt ráðleggingum Lýðheilsustöðvar. Læri helstu matreiðsluaðferðir á kjöt- og fiskréttum, og fjölbreytta nútíma matargerð sem fellur vel að lífsháttum okkar í dag og einnig þjóðlega rétti. Nemendur læra venjulegan heimilisbakstur. Nemendum eru kennd þrif á eldhúsi og eldhúsáhöldum. Farið í grunnatriði í næringarfræði. Umræður um umhverfisvernd og neytendafræði.

## Námsgögn

Tæki skólaeldhússins. Önnur námsgögn, þ.e. kennslubækur, uppskriftir og fleira sem kennari ákveður hverju sinni og leggur nemendum til .

## Kennsluskipan

Kennt er hálfan vetur þrjár kennlustundir á viku, verkleg og bókleg kennsla. Skrifleg verkefni fylgja flestum tímum, ýmist ná þau til næringarfræði eða verklega þáttarins.

## Námsmat

Tvíþætt námsmat: 1)Skriflegt bóklegt próf 2) Vetrareinkunn (byggð á símati).

## **Árgangur**

9. bekkur.

## **Markmið**

Sjá *Aðalnámskrá grunnskóla: Heimilisfræði 2007.*

## **Inntak náms**

Námið felst í að nemendur læri matreiðslu með hliðsjón af hollustugildi matvara, matreiðsluaðferðum og ráðleggingum Lýðheilsustöðvar. Næringarfræði er fléttuð inní verklega tíma. Áhersla á hefðbundinn fitulítinn hollan gerbakstur. Farið í matarhefðir annarra landa svo sem: Ítalíu, Indlands, Mexíkó, o.fl. Umræður um ástæður matarsýkinga, áhrif örvera, persónulegt hreinlæti og fleira.

## **Námsgögn**

Tæki skólaeldhússins. Önnur námsgögn, þ.e. kennslubækur, uppskriftir og fleira sem kennari ákveður hverju sinni og leggur nemendum til.

## **Kennsluskipan**

Kennt er hálfan vetur þrjár kennslustundir í senn, verkleg og bókleg kennsla. Skrifleg verkefni fylgja flestum tímum, ýmist ná þau til næringarfræði eða verklega þáttarins. Í lok annar er foreldrum boðið í heimsókn.

## **Námsmat**

Tvíþætt námsmat: 1) Verklegt próf 2) Vetrareinkunn (byggð á símati)

## Árgangur

9. bekkur.

## Markmið

Sjá *Aðalnámskrá grunnskóla: Heimilisfræði 2007.*

## Inntak náms

Námið felst í því að nemendur læri:

Að velja sér holla fæðu samkvæmt ráðleggingum Lýðheilsustöðvar.

Nemendur læri fjölbreytta nútíma matargerð sem fellur vel að lífsháttum okkar í dag og einnig þjóðlega rétti.

Matargerð frá öðrum þjóðum.

Að skreyta borð og taka á móti gestum.

Að búa til hátíðarrétti fyrir jól og páska.

Áhersla er lögð á:

Hollustusjónarmið, hreinlæti og vandaða umgengni utan dyra sem innan.

Samvinnu og góð samskipti.

Kennd íburðarmeiri matreiðsla en í neðri bekkjunum. Meiri áhersla lögð á sjálfstæði nemandans í verki og verkskipulag hans. Næringafræði er ofin inn í kennsluna og matreiðsla miðuð við ráðleggingar um mataræði.

## Námsgögn

Tæki skólaeldhússins. Önnur námsgögn, þ.e. kennslubækur, uppskriftir og fleira sem kennari ákveður hverju sinni og leggur nemendum til. Auk þess eru einstaka uppskriftir úr ýmsum matreiðslubókum.

## Kennsluskipan

Námið er í námskeiðaformi, hálfur vetur í senn 3 á viku.. Tvisvar á vetri sjá nemendur um hátíðir innan skólans, baka og búa til mat og ganga um beina.

## Námsmat

Tvíþætt námsmat: 1) Verklegt próf 2) Vetrareinkunn (byggð á símati).