

Heimilisfræði – Skólanámskrá 5. bekk

Námsþættir	Hæfniviðmið	Kennsluhættir
Matur og lífshættir	• Getur tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti. • Getur valið hollan mat og útskýrt áhrif hans á líkama og líðan. • Fer eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti og þrif. • Getur sagt frá helstu hættum sem fylgja vinnu í eldhúsi.	
Matur og vinnubrögð	• Getur útbúið með aðstoð einfaldar og hollar máltíðir. • Fer eftir einföldum uppskriftum og notar til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld.	
Matur og umhverfi	• Getur sett viðfangsefni heimilisfræðinnar í einfalt samhengi við sjálfbærni. • Skilur einfaldar umbúðamerkingar.	
Matur og menning	• Getur tjáð sig á einfaldan hátt um jákvæð samskipti við borðhald, helstu hátíðir Íslendinga, siði sem þeim fylgja og þjóðlegan mat.	
Námsefni		
Lykilhæfni		