

Heimilisfræði – Skólanámskrá 7. bekk

Námsþættir	Hæfniviðmið	Kennsluhættir
Matur og lífshættir	• Gerir sér grein fyrir eigin ábyrgð á heilsu og lífstíl. • Þekkir gunnhugtök varðandi næringargildi fæðutegunda. • Gerir sér grein fyrir mikilvægi hreinlætis við matargerð. • Gerir sér grein fyrir mikilvægi persónulegs hreinlætis.	
Matur og vinnubrögð	• Sýnir sjálfstæði, frumkvæði og áhuga. • Sýnir öryggi við matargerð. • Sýnir vönduð vinnubrögð. • Kann að stækka og minnka uppskrift. • Gengur vel um. • Getur nýtt margvíslega miðla til að afla upplýsinga er varða matreiðslu, næringarfræði og meðferð matvæla.	
Matur og umhverfi	• Sýnir ábyrga umgengni við umhverfi sitt. • Virðir jafnrétti, ólík sjónarmið og mismunandi siði og venjur.	
Matur og menning	• Gerir sér grein fyrir að matarmenning þjóða er mismunandi.	
Námsefni		
Lykilhæfni		

