




Náms- og kennsluáætlun - Haustönn 2021

HEFR1HO04

Kennari	Telma Rut Eiríksdóttir telma.eiriksdottir@fss.is	
Viðtalstími	Mánudagar kl. 13:20-14:00 í stofu 221	
Námsefni	Nemendur fá uppskriftir frá kennara	
Áfangalýsing	Menntastefna er höfð til grundvallar og grunnþættir menntunar eru hafðir að leiðarljósi, sérstaklega heilbrigði og velferð. Áhersla er lögð á fjölbreytt fæðuval, fæðuhringinn og velferð nemenda. Nemendur leysa verkefni á sjálfstæðan hátt en einnig í samvinnu við aðra.	


Námsmat og vægi námsmatsþátta	Dæmi: Til að ná áfanga þarf vinnueinkunn að vera 4,5.	
	Símatsáfangi <input checked="" type="checkbox"/>	Lokapróf <input type="checkbox"/>
	Heiti	Vægi
	Virgni í kennslustundum	70%
	Tímaverkefni	30%

Reglur áfanga	Notkun á snjallsímum er ekki leyfileg í tímum nema með leyfi kennara.
----------------------	---

Annað sem kennari vill láta koma fram	Kennsluáætlun kann að taka breytingum en þá að höfðu samráði við nemendur.
--	--

Þekking	Leikni
Nemandi skal hafa öðlast þekkingu og skilning á: <ul style="list-style-type: none"> Mikilvægi hollrar næringar og á fjölbreyttu fæðuvæli Fæðuhringnum og samsetningu fæðunnar Áhrifum fæðunnar á líkamann Sjálfstæðum vinnubrögðum 	Nemandi skal hafa öðlast leikni í að: <ul style="list-style-type: none"> Skipuleggja eigin fæðu yfir daginn með tilliti til hollrar næringar og fjölbreytts fæðuvals Sjá úr hvaða fæðuflokkum maturinn er Búa til innkaupalista og fara í innkaupaferðir

Virðing, samvinna og árangur

<ul style="list-style-type: none">• Samvinnu og verkaskiptingu	<ul style="list-style-type: none">• Vinna sjálfstætt og í samvinnu við aðra nemendur
	
Hæfni	
Nemandi skal geta hagnýtt þá þekkingu og leikni sem hann hefur aflað sér til að:	
<ul style="list-style-type: none">• Skipuleggja fjölbreyttan og næringarríkan matseðil• Elda hollan og fjölbreyttan mat• Vinna með öðrum• Skipuleggja matseðil og kaupa inn	

Kennsluvikur	Áætluð yfirferð námsefnis	Skil á verkefnum
1. vika 20. - 27. Ágúst	Kynning áfangans og áhugakönnun	
2. vika 30. ágúst - 3. September	Vöflur	
3. vika 6. - 10. September	Taco Pizza	
4. vika 13. - 17. September	Rice Crispies	
5. vika 20. - 24. September	Eðla	
6. vika 27. sept. - 1. Október	Hamborgarar	
7. vika 4. - 8. Október	Subway kökur	
8. vika 11. - 15. Október	Vanillu cupcakes	Skreytingakeppni
9. vika 18. - 22. október <i>Vetrarleyfi 18. og 19. okt.</i>	Vetrarleyfi	
10. vika 25. - 29. Október	Djöflakaka	
11. vika 1. - 5. Nóvember	Tómatpasta og hvítlauksbrauð	
12. vika 8. - 12. Nóvember	Gulrótakaka	
13. vika 15. - 19. Nóvember	Smákökur	
14. vika 22. - 26. Nóvember	Piparkökur	
15. vika 29. nóv. - 3. Desember	Lakkrístoppar	

Með fyrirvara um breytingar og von um gott samstarf

Telma Rut Eiríks