

# Kennsluáætlun skólaárið 2021 – 2022



Fag: Lífstíll og heilsa

Bekkur: 3. og 4.bekkur

Kennarar: Bryndís María Olsen

Bekkur: 3. og 4.bekkur

VIKA	Viðfangsefni	Kennsluáðferðir	verkefni	Hæfniviðmið	Námsmat
<b>Tími 1</b>	Hreinlæti og handþvottur, byrja á umræðum um fæðuhring  Hættur á heimili	Fjölbreyttar kennsluáðferðir: Umræður Verklegar æfingar Spurnaraðferð Umræður	-Fæðuhringurinn -Verkefni tengd handþvotti -Hönnuhús.is	<ul style="list-style-type: none"> <li>• geti farið eftir einföldum leiðbeiningum um hreinlæti</li> <li>• geti sagt frá helstu hættum sem fylgja heimilinu</li> </ul>	Símat, sjálfsmat, kennaramat og virkni í tímum
<b>Tími 2</b>	Fæðuhringurinn og diskurinn Skráargatið Fæðupíramídinn	samræðuaðferð(stýrð umræð) Verklegur tími	-Skráargatið -Fæðuhringurinn -Fæðupíramídinn -Fæðuhringurinn fönndraður -Verkefni tengd Skráargatinu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• geti tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti</li> <li>• geti valið hollan mat og útskýrt áhrif hans á líkama og líðan</li> <li>• kynnist helstu næringarefnum og átti sig á hvaðan þau koma</li> <li>• Noti orð úr öllum hólfunum í fæðuhringnum</li> <li>• geti notað fæðuhringinn til velja hollan mat</li> <li>• átti sig á eigin fæðuvali</li> </ul>	

# Kennsluáætlun skólaárið 2021 – 2022

Fag: Lífstíll og heilsa  
Bekkur: 3. og 4.bekkur  
Kennarar: Bryndís María Olsen



				<ul style="list-style-type: none"><li>• átti sig á tilgangi fæðuhringsins og disksins</li></ul>	
<b>Tími 3</b>	Tannheilsa		<p>-Tannheilsa og því sem tengist því</p> <p>-Búinn til leir og tennur og tannhold leirað</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• geti tjáð sig á einfaldan hátt um heilbrigða lífshætti</li><li>• geti valið hollan mat og útskýrt áhrif hans á líkama og líðan</li><li>• kunni skil á því sem er hollt og óhollt fyrir tannheilsuna</li><li>• Mikilvægt er að hirða vel tennur sínar, þær eiga að endast manni allt lífið.</li><li>• Kalk í mjólkurvörum gerir tennurnar og beinin sterk. (Muna að D-vítamín í lýsi hjálpar til við nýtingu kalks.)</li></ul>	
<b>Tími 4</b>	Gerbakstur -hnoða		Hafrabrauð	<ul style="list-style-type: none"><li>• Farið eftir einföldum uppskriftum og notað til þess einföld mæli- og eldhúsáhöld.</li><li>• Að börnin taki þátt í verklegri vinnu.</li></ul>	

# Kennsluáætlun skólaárið 2021 – 2022

Fag: Lífstíll og heilsa

Bekkur: 3. og 4.bekkur

Kennarar: Bryndís María Olsen



**Krikaskóli**