

Skólanámskrá Víkurskóla 2026-2027

fag: Boostbarinn og hollt snakk

Kennari: Anna Guðbjörg Guðjónsdóttir

Grunnþættir menntunar

Hér að neðan eru linkar í rit um grunnþætti menntunar



Fag við lok 10. bekkjar		
Námsþættir	Hæfniviðmið nemandi getur:	Námsleiðir
Matvæli og heimilið	• Tileinkað sér og skilið mikilvægi hreinlætis og þrifa tengdu matreiðslu og eldhúsi. • Nýtt miðla til að finna sér einfaldar uppskriftir. • Unnið sjálfstætt og í hóp eftir uppskriftum og notað algengustu hugtök í eldhúsinu.	Námsleiðir: Innlögn, umræða og hópavinna. Námsmat: Símat byggt á virkni og vinnu í hverjum tíma.
Búst og hollt snakk	• Útbúið fjölbreytta og næringarríka búst (smoothies) úr fersku hráefni.	Námsleiðir: Verklegir tímar í eldhúsi og tilraunastarfsemi.

	• Útfært og matreitt mismunandi gerðir af hollu snakki (t.d. hafrastangir, ristaðar hnetur/fræ eða ávaxtasnakk). • Sýnt sköpunargáfu við að breyta hefðbundnum uppskriftum í hollari kosti.	Námsmat: Símat byggt á vinnusemi, frumkvæði og samvinnu í tímum.
Hráefni og næringargildi	• Þekkt öll helstu hráefni sem tengjast hollustu og bakstri. • Lesið utan á umbúðir og skilið grunnhugtök í næringarfræði (t.d. hitaeiningar, prótein, kolvetni og fitur). • Reiknað út og lagt mat á næringargildi þeirra uppskrifta sem unnið er með í tímum.	Námsleiðir: Umræða, verkefnavinna og læra með því að gera. Námsmat: Símat þar sem lagt er mat á hversu vel nemandinn skilar skráningu og útreikningar á næringargildi í tímum.