

IZBIRNI PREDMET: NAČINI PREHRANJEVANJA

UČITELJ, KI BO IZVAJAL PREDMET: TATJANA PERŠAK



KOMU JE PREDMET NAMENJEN?

Predmet je namenjen tistim učencem, ki ste se odločili pridobiti več znanja o tradicionalni prehrani, o prehrani v različnih starostnih obdobjih ter praktične izkušnje pri pripravi hrane.

Organizacija pouka:

- učenci: 8. in 9. razreda

KOLIKO ČASA TRAJA:

Enoletni predmet.

ŠTEVILO UR NA TEDEN:

Izvajanje: 2 uri /teden, strnjeno, v obsegu 35 (32) ur.

SPLOŠNI CILJI PREDMETA:

- učenci razvijajo sposobnosti uporabe, povezovanja in tvornega mišljenja za preudarno odločanje o lastni prehrani v smislu zagotavljanja zdravja,
- razvijajo individualno ustvarjalnost,

- poglobljajo znanja z vidika usmerjanja v nadaljnje šolanje na agroživilskih, gostinsko turističnih in zdravstvenih šolah,
- nadgrajujejo vsebine, ki so jih dobili pri rednem predmetu gospodinjstva.

Učenci spoznavajo:

- prehranjenost z vidika varovanja in ohranjanja zdravja,
- tradicionalne in drugačne načine prehranjevanja,
- prehrano v različnih starostnih obdobjih,
- prehrano v izrednih razmerah, ki je vezana na okolje in stanje v danem trenutku.

NAČIN PRIDOBIVANJA OCEN:

- ocenjuje se praktično delo
- ocenjuje se delo seminarских nalog
- ocenjuje se učenčeva spretnost in iznajdljivost



KAKŠNA ZANIMIVOST, KI BI UČENCE POSEBEJ PRITEGNILA?

Veliko je različnih načinov prehranjevanja. Za nas pa je pomembno, da prepoznamo njihove prednosti in slabosti.

Potrebe organizma po hrani so v različnih življenjskih obdobjih različne. Naučili se bomo prisluhniti spremembam in zanje izbrati takšno hrano, ki varuje zdravje.

Kako se da preživeti s hrano, ki nam je v danih razmerah na voljo?