

Načini prehranjevanja

Učiteljica: Marjanca Bregar

Razred: 9. razred

Obseg predmeta: 32 ur

OPREDELITEV PREDMETA

Pri izbirnem predmetu *Načini prehranjevanja* bomo spoznali metode ugotavljanja stanja prehranjenosti. Govorili bomo o različnih starostnih obdobjih od rojstva do starosti. Spoznali bomo tradicionalne načine prehranjevanja s poudarkom na narodnih jedeh in jih primerjali z drugačnimi načini, kot so: vegetarjanstvo, makrobiotika in bio prehrana. Izbirni predmet je nadgradnja vsebinam prehrane, pridobljenim pri rednem predmetu gospodinjstva.

Kuhanje bo sestavni del vsake učne ure.

Predmet priporočam vsem učencem, ki nameravajo svoje šolanje nadaljevati na agroživilskih, gostinsko turističnih in zdravstvenih šolah.

SPLOŠNI CILJI PREDMETA

Učenci:

- razvijajo sposobnosti uporabe, povezovanja in tvornega mišljenja za preudarno odločanje o lastni prehrani predvsem v smislu zagotavljanja zdravja;
- nadgrajujejo vsebine, ki so jih pridobili pri rednem predmetu gospodinjstva;
- poglobljajo znanja predvsem v smislu usmerjanja v nadaljnje šolanje na agroživilskih, gostinsko –turističnih in zdravstvenih šolah;

razvijajo lastno ustvarjalnost.

PREVERJANJE IN OCENJEVANJE

Preverjanje in ocenjevanje bo potekalo tako kot pri ostalih predmetih.

Ocena bo sestavljena iz teoretičnega znanja, spretnosti pri pripravljanju jedi, reševanja učnih listov in odnosa do dela.

**Hrana te bo spremljala vse življenje,
saj je osnovna potreba organizma.**

