



IZBIRNI PREDMET ZA 7. razred:

NAČINI PREHRANJEVANJA

Barbara Vevar



Načini prehranjevanja je **enoletni** izbirni predmet, ki ga lahko izberejo učenci 7. razreda. Pri predmetu učenci spoznavajo pomen varne, varovalne in zdrave prehrane, načine prehranjevanja in prehrano v različnih življenjskih obdobjih.

Pri predmetu bomo spoznavali slovenske narodne jedi in nacionalne jedi drugih dežel, vegetarijanstvo, makrobiotiko, bioprehrano in prehrano v različnih življenjskih obdobjih - kako se oskrbeti s hrano, da bo zadostila osnovnim potrebam organizma. Pri predmetu učenci tudi samostojno pripravljajo jedi. Del ur opravimo tudi na lokacijah izven šole (ogled živilsko-predelovalnega obrata ali obisk Srednje gostinske in turistične šole Radovljica).

Opredelitev predmeta:

Učence pri predmetu poučujemo o prehrani z vidika zagotavljanja in varovanja zdravja, o pomembnosti zdrave hrane.

Obseg ur: 35 ur, 2 uri na 14 dni

Splošni cilji predmeta:

- Učenci razvijajo sposobnost uporabe, povezovanja in razmišljanja za preudarno odločanje o lastni prehrani predvsem v smislu zagotavljanja zdravja.
- Učenci nadgrajujejo vsebine, ki so jih pridobili pri rednem predmetu gospodinjstvo.
- Učenci poglobljajo znanje predvsem v smislu usmerjanja v nadaljnje šolanje na agroživilskih, gostinsko-turističnih in zdravstvenih šolah.
- Učenci razvijajo individualno ustvarjalnost.