

Predmet:	IZBIRNI PREDMET SODOBNA PRIPRAVA HRANE
Št. ur tedensko:	1
Izbira:	enoletni predmet za 7. razred
Nosilec:	KATICA ROŽAC JERMAN

Opis predmeta:

Učenci se seznanijo z različnimi pojmi, kot so varovalna prehrana, celodnevni obrok, dopolnilni obrok, makrohranila, mikrohranila, priporočena vrednost hranil in podobno, seznanijo se s postopki predpriprave in priprave živil, predvsem bolj zdrave načine priprave (kuhanje v sopari, dušenje v lastnem soku, pečenje v foliji in podobno), analizirajo lastne prehranske navade, ugotavljajo vzroke in posledice slabih prehranskih navad in s tem v zvezi razvijajo odgovornost do svojega zdravja in zdravja drugih, sestavljajo kuharske recepte v smislu priprave zdrave hrane in na njihovi osnovi pripravljajo zdravo hrano. Znanje, ki ga pridobijo, lahko koristno uporabijo v svojem vsakdanjem življenju in jim je dobra popotnica za ohranjanje zdravega življenja.

Cilji:

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 Gospodinjstvo;
- razvijajo individualno ustvarjalnost.



Način izvajanja: 2 uri tedensko / 14 dni ali strnjeno v enem polletju

Načini ocenjevanje: 3 ocene (seminarska naloga, praktično delo, sodelovanje)

Pripomočki: črtani zvezek

