



PREDSTAVITEV IZBIRNEGA PREDMETA

NAČINI PREHRANJEVANJA

ZA UČENCE 8. RAZREDOV

NARAVOSLOVNO-TEHNIČNI SKLOP

IZBIRNI PREDMET JE ENOLETNI. IZVAJA SE V BLOK URAH NA 14 DNI, 35 UR LETNO. POUK TEMELJI NA PRAKTIČNIH VAJAH-PRIPRAVI HRANE.

CILJI PREDMETA

UČENCI:

- RAZVIJAJO SPOSOBNOSTI UPORABE, POVEZOVANJA IN TVORNEGA MIŠLJENJA ZA PREUDARNO ODLOČANJE O LASTNI PREHRANI PREDVSEM V SMISLU ZAGOTAVLJANJA ZDRAVJA;
- SPOZNAVAJO POMEMBNOST ZDRAVE PREHRANE, OBRAVNAVAJO NAČINE PREHRANJEVANJA IN PREHRANO V RAZLIČNIH STAROSTNIH OBDOBJIH ŽIVLJENJA IN V POSEBNIH RAZMERAH;
- NADGRAJUJEJO VSEBINE, KI SO JIH PRIDOBILI PRI REDNEM PREDMETU GOSPODINJSTVO;
- POGLABLJAJO ZNANJA, PREDVSEM V SMISLU USMERJANJA V NADALJNJE ŠOLANJE NA AGROŽIVILSKIH, GOSTINSKO-TURISTIČNIH IN ZDRAVSTVENIH ŠOLAH;
- RAZVIJAJO INDIVIDUALNO USTVARJALNOST.



VSEBINE:

- STANJE PREHRANJENOSTI V POVEZAVI Z ZDRAVJEM,
- SLOVENSKE NARODNE JEDI,
- DRUGAČNI NAČINI PREHRANJEVANJA (VEGETARIJANSTVO, BIO-PREHRANA, MAKROBIOTIKA),
- PREHRANA V RAZLIČNIH STAROSTNIH OBDOBJIH (DOJENČEK, MALI OTROK, ŠOLAR, ODRASLI, STAREJŠI, ŠPORTNIKI, NOSEČNICE),
- NAČRTOVANJE PREHRANE V DRUŽINI,
- PREHRANA V POSEBNIH RAZMERAH