



IZBIRNI PREDMETI 2020/2021

NAČINI PREHRANJEVANJA

9. RAZRED



NAČINI PREHRANJEVANJA

Učencem predmet omogoča, da se poučijo o vplivu prehrane pri zagotavljanju in ohranjanju zdravja. Spoznavajo pomembnost varne, varovalne in zdrave prehrane.

Snov je razdeljena v sklope, ki se med seboj povezujejo:

- *TRADICIONALNI IN DRUGI NAČINI PREHRANJEVANJA*
- *PREHREANA V RAZLIČNIH STAROSTNIH OBDOBJIH*
- *PREHRANA V IZREDNIH RAZMERAH IN V NARAVI*
- *PRIPRAVA ZDRAVE HRANE*



NAČINI PREHRANJEVANJA



Učenci:

- razvijajo dobre prehranske navade in odgovoren odnos do zdravja,
- raziščejo tradicionalne in druge načine prehranjevanja,
- spoznajo prehrano v različnih življenjskih obdobjih, izrednih razmerah in v naravi,
- urijo se v pripravi preprostih jedi,
- razvijajo ustvarjalnost,
- poglobljajo znanje v smislu usmerjanja v nadaljnje šolanje na agroživilskih, gostinsko-turističnih in zdravstvenih šolah.



NAČINI PREHRANJEVNJA

- Predmet NAČINI PREHRANJEVANJA je enoletni obvezni izbirni predmet. Vanja se lahko vključijo učenci **devetega razreda**.
- Obsega 35 ur pouka (1 uro tedensko).
- Pouk poteka v blok urah (po dve uri skupaj).
- Predmet je naravnan praktično, saj se učenci urijo v pripravi različnih jedi in pri tem upoštevajo načela zdrave prehrane.

