

**IZBIRNI PREDMET: SODOBNA PRIPRAVA HRANE**

**UČITELJ, KI BO IZVAJAL PREDMET: TATJANA PERŠAK**



**KOMU JE PREDMET NAMENJEN?**

**Predmet je namenjen tistim učencem,** ki ste se odločili pridobiti več znanja in praktičnih izkušenj o prehrani ter o sodobnih načinih priprave hrane.

**ORGANIZACIJA POUKA:**

- učenci: 7. razred
- enoletni predmet
- izvajanje: 2 uri /teden, strnjeno, v obsegu 35 ur

**SPLOŠNI CILJI PREDMETA:**

- učenci razvijajo sposobnosti uporabe, povezovanja in tvornega mišljenja za preudarno odločanje o lastni prehrani v smislu zagotavljanja zdravja,
- razvijajo individualno ustvarjalnost,
- poglobljajo znanja z vidika usmerjanja v nadaljnje šolanje na agroživilskih, gostinsko turističnih in zdravstvenih šolah,
- nadgrajujejo vsebine, ki so jih dobili pri rednem predmetu gospodinjstva.

## **Učenci spoznavajo:**

- hranilne snovi v povezavi z zdravjem
- kakovost jedi in živil
- postopke predpriprave in priprave živil ter jedi
- načela, ki jih upoštevamo pri pripravi hrane
- prehranske navade in pomen dobrih prehranskih navad za zdravje človeka



## **OCENJEVANJE PREDMETA:**

- ocenjuje se praktično delo
- ocenjuje se delo seminarских nalog
- ocenjuje se učenčeva spretnost in iznajdljivost

Naše zdravje je v veliki meri odvisno od ustrezne hrane, ki mora biti raznolika, pravilno sestavljena pa tudi pravilno pripravljena.

## **KAKŠNA ZANIMIVOST, KI BI UČENCE POSEBEJ PRITEGNILA?**

To kar se boš naučil, te bo spremljalo v vsakodnevnem življenju, saj je hrana osnovna potreba organizma. Če je ustrezno izbrana in pripravljena, ohranja in varuje naše zdravje. Zdravje pa je naše največje bogastvo.