

OPREDELITEV PREDMETA

Pri izbirnem predmetu NAČINI PREHRANJEVANJA učence poučujemo o prehrani z vidika zagotavljanja in varovanja zdravja. Učijo se o pomembnosti zdrave prehrane, obravnavajo načine prehranjevanja in prehrano v različnih starostnih obdobjih življenja in v posebnih razmerah.

ORGANIZACIJA POUKA

Izbirni predmet je enoletni, namenjen učencem od 7. do 9. razreda.

Skupina je lahko heterogena.

Predmet se ocenjuje številčno.

Izvajanje: 1 ura tedensko ali 2 uri skupaj na 14 dni; v obsegu 35 (32) ur.

Izvajalka predmeta: Irena Anžur Brcar, univ. dipl. inž. živilske tehnologije



IZBIRNI PREDMET

NAČINI PREHRANJEVANJA



POVEZAVE

BIOLOGIJA

KEMIJA

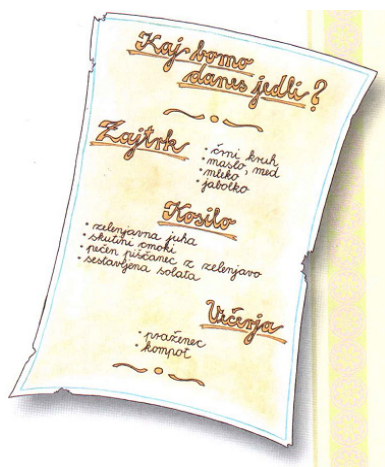
ŠPORTNA VZGOJA

MEDICINA

ŽIVILSKA TEHNOLOGIJA

GOSPODINJSTVO

ZEMLJEPIS



SPLOŠNI CILJI PREDMETA

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
- poglobljajo znanja z vidika usmerjanja v nadaljnje šolanje na agroživilskih, gostinsko-turističnih in zdravstvenih šolah
- razvijajo individualno ustvarjalnost

IZ 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