NAČINI PREHRANJEVANJA

Učiteljica: Karin Magdič
Vrsta: **enoletni predmet**
Razred: **9.**
Obsega **32 ur**.

Pouk bo potekal na 14 dni po 2 uri.

Namen predmeta je učence poučevati o prehrani z vidika zagotavljanja in varovanje zdravja. Učijo se o pomembnosti zdrave prehrane, obravnavajo načine prehranjevanja in prehrano v različnih starostnih obdobjih življenja in v posebnih razmerah.

Delo bo potekalo v izmenjavi teoretičnega in praktičnega dela.

- 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**,
- poglabljajo znanja predvsem v smislu usmerjanja za nadaljnje šolanje na agroživilskih, gostinsko - turističnih in zdravstvenih šolah,
- razvijajo individualno ustvarjalnost.

- Vsebine:

1. **Prehranjenost**
2. **Tradicionalni in drugačni načini prehranjevanja**
3. **Prehrana v različnih starostnih obdobjih**
4. **Prehrana v posebnih razmerah**

Odpravili se bomo tudi v dve restavraciji z namenom, da učenci spoznajo različne načine prehranjevanja.