

SODOBNA PRIPRAVA HRANE

Izbirni predmet **SODOBNA PRIPRAVA HRANE** je enoleten predmet in je namenjen učencem 7. In 8. razreda.

Pri izbirnem predmetu bodo učenci spoznavali prehrano z vidika zagotavljanja in varovanja zdravja. Spoznali bodo tudi pomembnost varne, varovalne in zdrave prehrane ter praktično usvajali različne načine priprave hrane.

Učenci bodo tekom pouka:

- razvijali sposobnosti uporabe, povezovanja in odločanja o lastni prehrani predvsem v smislu zagotavljanja zdravja,
- nadgrajevali vsebine, ki so jih pridobili pri rednem predmetu gospodinjstvo,
- poglobljali znanja o sodobni pripravi hrane z uporabo sodobnih tehnik, postopkov.

Poudarek pri izbirnem predmetu je predvsem na **praktičnem pouku** (priprava raznovrstnih in zdravih jedi). Po dogovoru bomo **obiskali restavracijo** z netradicionalno prehrano (npr. kitajsko restavracijo) in si ogledali proizvodnjo pridelave ali predelave hrane (npr. pridelava mlečnih izdelkov,...). Predmet sodobna priprava hrane bo v učencih vzbudila zanimanje in jih motivirala za pridobivanje **znanj o prehrani, ter pripravi raznovrstnih in pestrih obrokov.**

Ocenjevanje:

- referat ali seminarska naloga
- ocena iz praktičnega dela.

Pripomočki za delo:

- predpasnik in določeni kuharski pripomočki, ter določena živila
- mapa za vlaganje receptov

Število ur: 35; izvajalka: Tina Trobec



NAČINI PREHRANJEVANJA

Izbirni predmet **NAČINI PREHRANJEVANJA** je enoleten predmet in je namenjen učencem **9. razreda**.

Pri izbirnem predmetu bodo učenci spoznavali prehrano z vidika zagotavljanja in varovanja zdravja. Spoznali bodo tudi pomembnost varne, varovalne in zdrave prehrane ter praktično usvajali različne načine priprave hrane.

Učenci bodo tekom pouka:

- razvijali sposobnosti uporabe, povezovanja in odločanja o lastni prehrani predvsem v smislu zagotavljanja zdravja,
- nadgrajevali vsebine, ki so jih pridobili pri rednem predmetu gospodinjstvo,
- poglobljali znanja o sodobni pripravi hrane z uporabo sodobnih tehnik, postopkov.

Poudarek pri izbirnem predmetu je predvsem na **praktičnem pouku** (priprava raznovrstnih in zdravih obrokov). Po dogovoru bomo **obiskali restavracijo** netradicionalno prehrano (npr. kitajsko restavracijo) in si ogledali proizvodnjo pridelave ali predelave hrane (npr. pridelava mlečnih izdelkov,...). Predmet načini prehranjevanja bo v učencih vzbudila zanimanje in jih motivirala za pridobivanje **znanj o prehrani, ter pripravi raznovrstnih in pestrih obrokov**.

Ocenjevanje:

- referat ali seminarska naloga
- ocena iz praktičnega dela.

Pripomočki za delo:

- predpasnik in določeni kuharski pripomočki, ter določena živila
- mapa za vlaganje receptov

Število ur: 35; izvajalka: Tina Trobec

