

## **NAZIV DEJAVNOSTI:** Načini prehranjevanja

Število ur tedensko: 35 ur. Predmet se bo izvajal fleksibilno (2 uri tedensko v enem semestru).

Izvajalec: učitelj gospodinjstva

Razred: 8. - 9. razred



### **Zakaj izbrati ta predmet?**

Glavni namen predmeta je osveščanje učencev o prehrani z vidika zagotavljanja in varovanja zdravja ter nadaljevanje in nadgradnja učnih vsebin, pridobljenih pri predmetu gospodinjstvo v povezavi s praktičnim delom.

### **Kaj bomo počeli?**

Spoznavali bomo pomen ustrezne prehranjenosti za zdravje organizma, slovenske narodne jedi, druge načine prehranjevanja (vegetarijanstvo, makrobiotika, bio prehrana) ter njihove prednosti in slabosti. Seznanili se bomo s prehrano v različnih starostnih obdobjih, s prehrano v naravi, v izrednih razmerah in ob različnih praznovanjih.

Sam potek ur bo zelo pester, dinamičen, predvsem pa bo zajemal veliko praktičnega dela, kjer lahko pokažete tudi svoje praktične sposobnosti in ste lahko hkrati pri svojem delu zelo ustvarjalni in inovativni. Po dogovoru bomo izvedli tudi ogled izven šole ( sejem Narava zdravje, Altermed, Društvo za zdravilne rastline Zasavje...).

### **Načini ocenjevanja:**

Učenci bodo ocenjeni iz teoretičnega (predstavitev PPT ali plakat) in praktičnega dela.