

SODOBNA PRIPRAVA HRANE (SPH)

Je enoletni predmet, ki ga učenec izbere v 7. ali v 8. razredu.

Število ur: 2 uri na 14 dni, skupaj letno 35 ur.

Okvirni cilji, vsebine:

- pridobivanje in poglobljanje znanja o prehrani z vidika zagotavljanja in ohranjanja zdravja,
- učenje o pomembnosti varne, varovalne in zdrave prehrane,
- razvijanje sposobnosti uporabe, povezovanja in tvornega mišljenja za preudarno odločanje o lastni prehrani v smislu zagotavljanja zdravja,
- pri načrtovanju prehrane upoštevati načela zdravih prehranskih navad,
- praktična priprava obrokov, ki vsebujejo vse hranilne snovi, ki jih morajo vsebovati celodnevni obroki, da zadostijo potrebam organizma ter
- usvajanje kuharskih postopkov (mehanskih in toplotnih) pri pripravi jedi.



Gradiva, pripomočki:

- zvezek A4, (lahko je tudi zvezek od gospodinjstva iz 6. razreda),
- predpasnik

Posebnosti pouka:

Vsebine se povezujejo s poukom gospodinjstva v 6. razredu, a ga hkrati poglobljajo tam, kjer učence najbolj zanima – priprava različnih jedi.

Ocenjevanje: največji poudarek je na praktičnem delu: priprava in serviranje obrokov ter (seminarska naloga ali plakat).

