

## NAČINI PREHRANJEVANJA

**Razred: 9. razred**

**Trajanje predmeta: 2 uri tedensko na 14 dni / 32 ur letno**

**Vrsta predmeta: Predmet, vezan na razred**

**Mentorica: Špela Marolt**



Izbirni predmet je namenjen učencem **9. razred**. Z izbirnim predmetom želimo nadgraditi znanje iz gospodinjstva in ovrednotiti različne načine prehranjevanja.

Glavni cilj predmeta je pripraviti in izbrati bolj zdravo prehrano in spoznati različne načine prehranjevanja in njihov vpliv na zdravje. Nadgradili bomo znanje iz gospodinjstva z vsebinskimi sklopi:

- Prehranjenost,
- Tradicionalni in drugi načini prehranjevanja,
- Prehrana v različnih starostnih obdobjih,
- Prehrana v posebnih razmerah.

Izbirni predmet se bo izvajalo praktično in teoretično. Obiskalo se bo tudi enega izmed bližnjih obratov proizvodnje živil.