

Sodobna priprava hrane



Predmet je namenjen tistim, ki jih zanima spoznavanje in poglobljanje znanja iz prehrane (kar smo se učili v 6. razredu pri gospodinjstvu) v povezavi s krepitvijo in varovanjem zdravja. V sodobnem času in tempu življenja je zelo pomembno, da se znamo pravilno prehranjevati. Če se to naučimo že v času odraščanja, nas lahko takšno prehranjevanje spremlja celo življenje.

Učenci spoznavajo:

- hranilne snovi in njihov vpliv na zdravje;
- kakovost živil in jedi;
- praktično pripravo hrane;
- prehranske navade (dobre, slabe, bonton pri mizi, pogrinjek,...).

Ker učenci velik del vsebin spoznajo preko praktičnega dela, je dobrodošlo:

- poznavanje osnovnih ročnih spretnosti, ki ji potrebujemo pri pripravi jedi v domači kuhinji (rezanje, lupljenje, brisanje s krpo, pomivanje posode, pospravljanje kuhinje),
- zanimanje za nove okuse (vse jedi, ki jih pripravimo tudi pojemo),
- vključevanje v gospodinjstva dela tudi doma (te torej delo v kuhinji veseli).

