

Назив предмета:	ИСХРАНА			
Годишњи фонд часова:	68			
Разред:	први			
Циљеви предмета:	<ul style="list-style-type: none"> - Стицање знања о хранљивим материјама и енергетској вредности животних намирница; - Стицање знања о принципима правилне исхране и потребама у исхрани; - Оспособљавање ученика да утврди састав оброка којима се задовољавају енергетске потребе људи; - Стицање знања о болестима које изазива неправилна исхрана. 			
ТЕМА	ЦИЉ	ИСХОДИ	ОБАВЕЗНИ И ПРЕПОРУЧЕНИ САДРЖАЈИ ПО ТЕМАМА	НАЧИН ОСТВАРИВАЊА ПРОГРАМА
		По завршетку теме ученик ће бити у стању да:		
Хранљиве материје	<ul style="list-style-type: none"> • Стицање знања о хранљивим материјама и енергетској вредности животних намирница 	<ul style="list-style-type: none"> • дефинише појмове хране и исхране • разликује улоге хране и исхране • објасни улогу појединих хранљивих материја у организму; • разликује намирнице по пореклу; • наведе хемијски састав и значај појединих намирница биљног порекла у исхрани; • наведе хемијски састав и значај појединих намирница животињског порекла у исхрани; • наведе предности употребе органских производа у људској исхрани; • објасни појмове органске и конвенционалне хране, • наведе ризике употребе генетски модификоване хране; • израчуна енергетску вредност појединих намирница. 	<ul style="list-style-type: none"> • Појам хране • Појам исхране; • Подела и врсте хранљивих материја и њихови извори; • Подела и врста намирница биљног порекла • Подела и врста намирница животињског порекла; • Органска храна; • Генетски модификована храна; • Енергетска вредност намирница и енергетске потребе. 	<p>На почетку теме ученике упознати са циљевима и исходима наставе/учења, планом рада и начинима оцењивања.</p> <p>Облици наставе теоријска настава 68 часова Подела одељења на групе Одељење се не дели на групе</p> <p>Методе наставе: Избор метода и облика рада за сваку тему одређује наставник у зависности од наставних садржаја, способности и потреба ученика, материјалних и других услова. Користити вербалне методе (метода усменог излагања и дијалогска метода), методе демонстрације, извршење задатка, презентација израде радног задатка, текстуално-илустративне методе.</p> <p>Место реализације наставе Теоријска настава се реализује у учионици/школском кабинету</p> <p>Оцењивање У настави оријентисаној ка достизању исхода прате се и вреднују процес наставе и учења, постигнућа ученика (продукти учења) и сопствени рад. Да би вредновање било објективно и у функцији учења, потребно је ускладити нивое исхода и начине оцењивања.</p> <p>Оцењивање наученог (сумативно) Ученик се оцењује на основу:</p> <ul style="list-style-type: none"> - усмене провере постигнућа, - писмене провере - практичног рада, - извештаји,
Правилна исхрана	<ul style="list-style-type: none"> • Стицање знања о принципима правилне исхране и потребама у исхрани 	<ul style="list-style-type: none"> • наведе принципе правилне исхране; • наброје узроке неправилне исхране; • објасне последице неправилне исхране; • израчуна индекс ухрањености (БМИ); • састави дневни оброк. 	<ul style="list-style-type: none"> • Принципи правилне исхране; • Потребности у људској исхрани; • Пирамида исхране • Болести изазване неправилном исхраном; • Индекс ухрањености (БМИ); • Састављање дневног obroка; • Микроорганизми у храни - корисна и штетна дејства; • Најчешћи узроци квара намирница; 	
Кварење намирница и конзервисање	<ul style="list-style-type: none"> • Стицање основних знања о кварењу намирница и методама конзервисања 	<ul style="list-style-type: none"> • наброје најчешће узроке квара намирница; • објасне услове под којима настаје кварење намирница; • наведе начине смањења ризик кварења намирница; 	<ul style="list-style-type: none"> • Микроорганизми у храни - корисна и штетна дејства; • Најчешћи узроци квара намирница; 	

- наведе начине очувања (намирница);
- опише методе конзервисања намирница;
- наведе могуће узрочнике и начине тровања храном.

- Начини очувања намирница од производње до потрошње;
- Методе конзервисања;
- Органолептичка својства намирница, провера декларације;
- Биолошки, хемијски и радиолошки узрочници тровања храном.

- есеја
- Оцењивање за учење (формативно)**
- Ученик се оцењује на основу:
- посматрање,
 - контролне вежбе,
 - дијагностички тестови,
 - самоевалуација,
 - вршњачко оцењивања,
 - практичне вежбе
- Међупредметно повезивање:**
- здравствена култура,
 - куварство
 - основе туризма и угоститељства
 - хемија