|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Učitelj/učiteljica:** |  | **Razred:** | **5.** |
| **Mjesto i datum izvođenja aktivnosti:** |  | **Redni broj sata** | **10.** |
| **Nastavna tema:** | **Samostalna priprema jednostavnijih obroka za mlade** | **Broj sati izvedbe:** | **1** |
| **Sadržaj koji se obrađuje:** | **Pravilna prehrana** |
| **Očekivanja međupredmetnih tema** | | | |
| osr A.2.3. Razvija osobne potencijale.  osr B.2.4. Suradnički uči i radi u timu.  A.2.2. A Razlikuje pravilnu od nepravilne prehrane i razumije važnost pravilne prehrane za zdravlje.  C.2.1. Istražuje procese proizvodnje dobara, pružanja usluga i gospodarske djelatnosti u zajednici.  odr A.2.2. Uočava da u prirodi postoji međudjelovanje i međuovisnost**.** | | | |
| **Ključni pojmovi:** | obrok, međuobrok | | |
| **Potrebno pripremiti:** | prehrambene namirnice koje će se koristiti na satu (voće), zdjelice i žlice | | |
| **Prijedlog prikaza tijeka sata i aktivnosti učenika** | | | |
| **Uvodni dio**  Sat započinje razgovorom o vrstama i broju dnevnih obroka. Učenici/učenice iznose svoje navike i iskustva. Zaključuje se važnost konzumiranja redovitih obroka, tri obroka i dva međuobroka (prijepodnevna i popodnevna užina) dnevno. Razgovaraju o važnosti redovitoga unosa voća i povrća. **Središnji dio**  Razrednik/razrednica upućuje učenike/učenice na samostalnu pripremu pravilnog međuobroka – voćne salate. Prethodni sat učenici/učenice dobili su zadatak pripremiti i donijeti voće (narezano ako je potrebno). Učenicima/učenicama se pojašnjava na koji način odrediti količinu voća koja se preporučuje za jedan međuobrok (mjera je broj komada voća koji stane u jednu dječju šaku). Učenici, pridržavajući se higijenskih mjera, pripremaju voćnu salatu.  **Završni dio** Učenici/učenice donose zaključak o važnosti konzumiranja voća za međuobrok. Na kraju sata učenici mogu pojesti pripremljeni međuobrok. | | | |

**Prilog**