**Od 11. 5. 2020 do 22. 5. 2020 – delo na daljavo GOS 6. a, p**

 

Tema: **ALI JE POMEMBNO KAJ JEM?**

V učbeniku GOS 6 na strani 54 in 57 preberi »ALI JE POMEMBNO KAJ JEM?«

Pri proučevanju in usvajanju znanja si lahko pomagaš še s spletnimi stranmi:

* <https://veskajjes.si/nasveti-in-novice/51-nasveti-za-zdravo-prehranjevanje/vem-kaj-jem> - vem kaj jem
* <https://ucilnice.arnes.si/pluginfile.php/1799184/mod_resource/content/2/JE%20POMEMBNO%2C%20KAJ%20JEM.pdf> – je pomembno kaj jem
* <https://prehrana.si/moja-prehrana/solarji-in-mladostniki> - prehrana mladostnikov...
* <https://aktivni.metropolitan.si/prehrana/zdrava-prehrana/zdrav-obrok-kaj-morate-upostevati-pri-pripravi/> - zdrav obrok…
* <https://www.youtube.com/watch?v=NZQrb_mGgFA> – ali je žvečilni gumi hrana (kot zanimivost)
1. **DEL:**

V zvezek gos napiši naslov in odgovori na naslednja vprašanja:

1. Ali prehrana vpliva na tvoje/naše zdravje?
2. Koliko obrokov na dan moraš ali naj bi zaužil/a?
3. Kaj in koliko naj ješ, da boš zdrav/a?
4. Nariši »zdrav – prehranski krožnik« in na njem razporedi pravilno količino hranilnih snovi.
5. Na strani 57 v učbeniku prepiši » povzetek«.
6. **DEL:**
* po lastnem izboru **pripravi eno jed** (naj bo za kosilo ali večerjo), vendar to ne sme biti sladica
* postopek priprave »dekumentiraj« - **poslikaj**
* v zvezek gos **napiši poročilo** o tvoji pripravi jedi ali praktičnem delu

Vse skupaj pošlji na e - mail magdalena.penko-sajn@osagpostojna.si.