Navodila
za uporabo
SAMOSTOJNIH
DELOVNIH ZVEZKOV
z rešitvami

gospodinjstvo
5. in 6. razred

Ljubljana, 2023

Navodila za uporabo samostojnih delovnih zvezkov z rešitvami
GOSPODINJSTVO 5. in 6. razred
Samostojni delovni zvezki so razviti po veljavnem učnem načrtu.

Besedilo ni lektorirano.

Založila: i2 družba za založništvo, izobraževanje in raziskovanje d.o.o., Ljubljana
Za založbo: Manja Hafner Verbič

E-pošta: info@i2-lj.si
Spletna stran: http://www.i2-lj.si

Oblikovanje in prelom: *i*2 d.o.o., Ljubljana

Ilustracije: Damijan Stepančič

Prva izdaja.

© *i*2 d.o.o., Ljubljana, april 2023

V teh navodilih so izrazi, zapisani v moški slovnični obliki, uporabljajo kot nevtralni za ženski in moški spol.

UVOD

Namen

Učno gradivo v obliki samostojnih delovnih zvezkov je namenjeno predmetu gospodinjstvo v 5. in 6. razredu. Naloge iz samostojnih delovnih zvezkov so namenjene:

5. razred

• spoznavanju koncepta družine, razumejo pomen imena in priimka ter domačega naslova, interpretirajo pojme pripadnost, varnost, zaščita in razvoj, spoznajo načine preprečevanja nesreč doma;
• razvijajo občutek odgovornosti za zadovoljevanje potreb, določijo fizične, čustvene, intelektualne in socialne potrebe otrok, razvijejo občutek pomoči ljudem v stiski in ljudem s posebnimi potrebami;
• razvijejo odgovornost za svoje zdravje, analizirajo pomen doma in družine za dobro počutje, zdravje, higienske okoliščine, pravilno prehrano in varstvo pred nesrečami;
• razumejo, da so viri ključni za zadovoljevanje potreb, razlikujejo med oglasnimi in drugimi informacijami v medijih, interpretirajo negativne učinke, ki jih spodbujajo oglasi in pojava potrošništva;
• ovrednotijo porabo svojega časa, si določijo čas za pomoč in skupne naloge v družini, ovrednotijo porabo svojega prostega časa;
• se seznanijo z oblikami denarja in različnimi načini plačevanja, razlikujejo med prihodki in odhodki, interpretirajo funkcije denarja, izdelajo finančne načrte osebnih letnih stroškov, razvijejo odnos do denarja;
• razlikujejo med naravnimi in umetnimi vlakni, razvrščajo in poimenujejo rastlinska in živalska vlakna ter umetna vlakna iz predelanih snovi, s preiskusi razlikujejo lastnosti vlaken, vedo, izdelajo praktičen izdelek, razlikujejo med tkanino, pletenino in vlaknino, poznajo osnovne tkalske vezave, spoznajo pomen oblačil, razvrščajo oblačila, prepoznajo oblike, namembnost in lastnosti oblačila, spoznajo vzorec, vrsto blaga in linijo oblačila za različne priložnosti, razvrščajo tekstilne vzorce po namenu uporabe;
• prepoznajo različne tipe trgovin, interpretirajo prednosti in pomanjkljivosti različnih oblik nakupov, spoznajo vlogo varstva potrošnikovih pravic, primerjajo različne načine oglaševanja in oglasov, prepoznajo informativne, zavajajoče in z informacijami prenasičene oglase, znajo razbrati bistvo sporočila v oglasu;
• spoznajo pomen načrtovanja nakupov, se seznanijo z načini načrtovanja nakupov, utemeljijo svoje potrebe in želje po obleki, poznajo simbole za nego in vzdrževanje ter znajo razbrati informacije z obesnega lističa;
• ponovijo pomen oznak za vzdrževanje perila glede na oznake, ki jih razberejo z obesnega lističa, določajo temperaturo pralne kopeli za posamezno vrsto perila,
• utemeljijo pomen zdrave obutve, utemeljijo pomen vzdrževanja obutve.

6. razred

• razmišljajo o pravilnem ravnanju z odpadki, spoznajo pravilno ravnanje z odpadki, poznajo razloge za onesnaženost v okolju, poznajo ekološko čiščenje;
• obrazložijo pojma proizvodnja in poraba, poiščejo informacije o proizvodih in storitvah, se učijo o vplivih porabe na okolje;
• razumejo priporočila zdrave prehrane, interpretirajo prehrambne navade, spoznajo načine prehranjevanja, spoznajo načine prehranjevanja, analizirajo človekove potrebe po hranilni in energijski vrednosti, razumejo informacije, ki jih razberejo iz deklaracije, razlikujejo znake kakovosti, poznajo pojem blagovne znamke;

• razumejo pomen shranjevanja živil, razumejo pravilen način dela z živili, spoznajo znake zastrupitve s hrano in osnovno ukrepanje v teh primerih;
• razvrščajo živila v skupine glede na hranljive snovi, ustrezno sestavijo jedilnik za različne obroke in različne priložnosti, analizirajo lastnosti živil, znajo pri svojem delu uporabljati kuharske knjige, recepte, pri pripravi hrane organizirajo svoje delo po načelih higienskega minimuma, poznajo pripomočke in aparate za obdelavo živil in priprave hrane, poznajo kuhalno in servisno posodo in pribor, pripravljajo pogrinjke za različne priložnosti, usvajajo primerno obnašanje pri jedi.

Vrste nalog v samostojnih delovnih zvezkih

Naloge, ki so namenjene utrjevanju in preverjanju znanja

Te naloge učenci[1] rešujejo kot posamezniki, vendar jih lahko rešujejo tudi v skupinah. Naloge so večinoma namenjene utrjevanju in (samo)preverjanju znanja. Ločiti je mogoče med pravilnimi in nepravilnimi odgovori. Pomembno je, da učenci vedno dobijo »povratno informacijo« o tem, ali so nalogo pravilno rešili. To informacijo lahko dobijo od sošolcev in sošolk ali od učiteljice.[2] Pedagoško zanimiva je tudi tretja možnost: učiteljica naroči učencem, naj sami preverijo, ali so njihovi odgovori pravilni. To lahko storijo tako, da pravilni odgovor poiščejo v učbeniku, enciklopedijah ali drugih knjigah, na spletu ali še kje drugje.

Naloge, namenjene izražanju mnenj

Običajno te vrste nalog že zahtevajo obrazložitev učenčevega odgovora. To je ključni del pedagoške strategije, ki je vgrajena v naloge. Ni toliko pomembno, za kateri odgovor se (vsebinsko gledano) učenci odločijo. Pomembnejše je, kako utemeljijo svoje odgovore, katere spoznavne, socialne ali moralne *razloge* (argumente) navedejo za svojo izbiro kako *upravičijo* izbire, kako jih znajo *zagovarjati* pred drugimi itd.

Kako in kdaj uporabljati samostojna delovna zvezka

Naloge v samostojnih delovnih zvezkih se skladno z učnim načrtom za gospodinjstvo vežejo na vsebinska poglavja, znotraj teh pa na tematske celote. Vendar ni treba, da učenci rešujejo naloge natančno v takšnem zaporedju, v kakršnem so natisnjene.

[1] V teh navodilih izraz učenec velja enakovredno za učenca in učenko.
[2] V teh navodilih izraz učiteljica velja enakovredno za učitelja in učiteljico.

Navodila
za uporabo samostojnega delovnega zvezka z rešitvami nalog za predmet

gospodinjstvo
v 5. razredu

1. DOM, ZDRAVJE IN UČENJE

1.1. Dom in družina

1. naloga

Razlike med spoloma pri delitvi domačega dela tako v količini opravljenega dela kot v vsebini del so v družinah različne. Naloga je namenjena razmišljanju in izražanju mnenj, zato nima stvarne rešitve. V nalogi učenci razdelijo domača dela/opravila med člane družine. Pogovor vodite v smeri razprave o enakosti med spoloma in enakopravnosti skupnih del.

2. naloga

Naloga je namenjena razmišljanju in izražanju mnenj. Možni odgovori:
a) Odgovor: NE.
Utemeljitev: Člani družine bi s tem kršili pravico do zasebnosti (16. člen Konvencije o otrokovih pravicah).
b) Odgovor: NE.
Utemeljitev: Tim bi moral vprašati mamo, ali lahko vzame in pokaže sošolcem njeno elektronsko tablico.
c) Odgovor: DA.
Utemeljitev: To je v skladu z običaji in bontonom.
č) Odgovor: NE.
Utemeljitev: Člani družine bi s tem kršili pravico do zasebnosti (16. člen Konvencije o otrokovih pravicah).
d) Odgovor: Vprašanje je namenjeno izražanju mnenja.

3. naloga

Pravilno napisan naslov na razglednici je:

- Valentina Mlakar
- Rožno naselje 62
- 6000 Koper
- Slovenija

1.2. Nesreče doma, zastrupitve in požari

Z nalogami v pod tem naslovom preverimo ali učenci znajo uporabiti osnovna varnostna navodila v vsakdanjem življenju.

4. naloga

UDARCI	
Če nastane buška, jo hladimo z mrzlo vodo.	**DA**
Če po udarcu v/na glavo bruhamo, gremo k zdravniku ali pa ga pokličemo**.**	**DA**
Če po udarcu v/na glavo bruhamo, vzamemo tableto proti slabosti.	**NE**
UREZNINE	
Če se urežemo z umazanim rezilom, rane ne povežemo, saj se tako hitreje zaceli.	**NE**
Če ureznina ni globoka, rano razkužimo in nanjo nalepimo obliž.	**DA**
Če je ureznina globoka, rano povežemo in gremo k zdravniku.	**DA**

5. naloga

Pokličemo **112** in sporočimo osnovne podatke o nesreči. Kdo kliče, kaj, kje (točno lokacijo ali naslov najbližjega oz. znanega objekta, cestne povezave med dvema krajema) ali približno drugega znanega objekta) in kdaj se je zgodilo, koliko je ponesrečencev (ali sta ogrožena življenje in zdravje ljudi).

Dežurni uslužbenec na številki 112 ali 113 se na podlagi posredovanih podatkov odloči, katere enote (reševalci, policija, gasilci) bo aktiviral, po kakšnem vrstnem redu in v kakšnem obsegu.

6. naloga

1.	Nekatera čistila so lahko zelo nevarna za naše zdravje.	**pravilno**
2.	Čeprav je limona naravno čistilo, škodi našemu zdravju.	**nepravilno**
3.	Zdravila hranimo v omari med živili, da so na suhem in v temnem prostoru.	**nepravilno**
4.	Visoko drevo ni primerno za zaščito pred udarom strele.	**pravilno**
5.	V Sloveniji lahko nabiram vse gobe, saj strupenih gob pri nas ni.	**nepravilno**
6.	Majhni otroci se še ne zavedajo nevarnosti igranja z elektriko. Zato moramo vtičnice zavarovati.	**pravilno**

7. naloga

a) **112**
b) **112**
c) **113**

8. naloga

Potreba				**Vrsta potrebe**
Za življenje potrebujem vodo.	•		•	Čustvena
Rad imam sestro.	•		•	Intelektualna
Rad se učim.	•		•	Socialna
Rad se igram s prijatelji.	•		•	Fizična

Pri pogovoru o različnih potrebah učencev in njihovih staršev si lahko pomagate tudi z našim didaktičnim gradivom Ekonomika gospodinjstva ter bivanje in okolje, Potrebe in viri za zadovoljevanje potreb, stran 22 in e-prosojnicami.

9. naloga

Učitelj določi skupino učencev, ki si ogleda šolo in poroča v razredu o njeni urejenosti za dostop oseb z invalidnostjo. Po potrebi učenci predlagajo rešitve.

1.4. Skrb zase

10. naloga

Učenec napiše nekaj primerov kako skrbi za svoje zdravje.

11. naloga

Pred umivanjem rok odstranimo ves nakit. Roke umivamo s toplo tekočo vodo. Roke zmočimo in namilimo ter temeljito zdrgnemo (dlan, prostore med prsti, hrbet roke, konice prstov in zapestje). Po drgnjenju roke dobro speremo in obrišemo.

12. naloga

OSEBNA HIGIENA	umivanje zob, tuširanje, čiščenje nohtov
DRUŽINSKA HIGIENA	pranje posteljnine, pomivanje posode, sesanje prahu po stanovanju, likanje majice, likanje posteljnine
JAVNA HIGIENA	pobiranje smeti v parku, košenje trave ob cesti, pobiranje iztrebkov za svojim psom, skrb za čistočo v šolskih sanitarijah

13. naloga

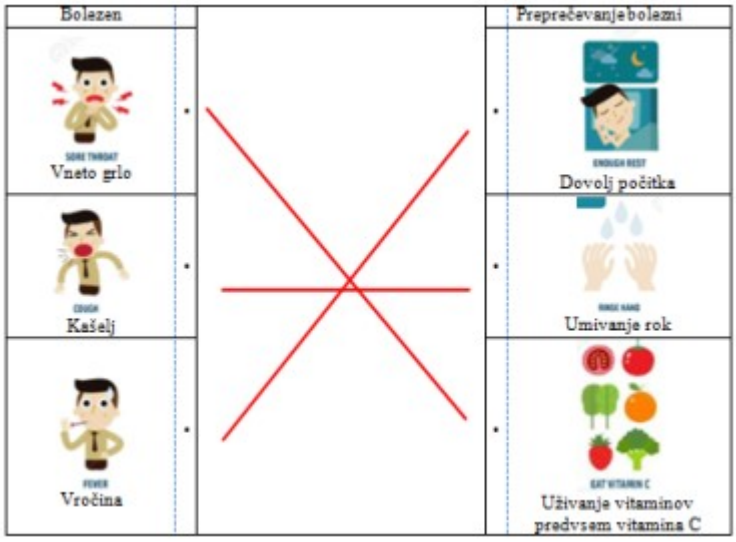
Z zobno pasto in **ZOBNO ŠČETKO** odstranimo **OSTANKE HRANE**, s katerimi se **HRANIJO** bakterije, ki **ŽIVIJO** v ustni **VOTLINI**. Te bakterije **IZLOČAJO** kislo snov, ki **UNIČUJE** površino zob.

1.5. Bolezen

14. naloga

Namen naloge je, da se učenci seznanijo z možnostmi blaženja posledic oziroma nekaterimi možnimi preventivnimi ukrepi pri nekaterih boleznih. Učitelj učence razdeli v skupine. Z nekaj pojasnili pomaga skupinam pri reševanju naloge. Rešitev naloge:

Vneto grlo – kot preventiva se priporoča zlasti zadosten vnos vitaminov, ki jih zaužijemo z zdravo prehrano, predvsem vitaminom C, ki ga najdemo na primer v papriki, jagodičevju, citrusih, čebuli.
Kašelj – zlasti v času gripe in prehlada preprečujemo kašelj z rednim umivanjem rok, saj to pomaga pri preprečevanju širjenja virusov.
Vročina – bolniku z vročino, ki se lahko zdravi doma, običajno zdravnik svetuje počitek in zadosten vnos tekočine, na primer čaja.



15. naloga
Pravilna rešitev je odgovor **b**.

1.6. Hrana in prehrana

16. naloga
Pričakovani odgovor je jabolko.

1.7. Viri za zadovoljevanje človekovih potreb

17. naloga

Vir →	Izdelovalec 1 →	Izdelovalec 2 →	Izdelek
DREVO	DESKE	**MIZAR**	MIZA

18. naloga

Les je obnovljivi vir energije.	**pravilno**
Premog je obnovljivi vir energije.	**nepravilno**
Sonce je neobnovljivi vir energije.	**pravilno**
Nafta je neobnovljivi vir energije.	**nepravilno**

19. naloga

8.05	15.30	17.00	17.30
Čas za **šolo**	Čas za **učenje**	Čas za **delo**	Čas za **igro**
20.15			
Čas za **spanje**			

1.8. Kako se lotimo dela

20. naloga

Pričakovana rešitev naloge je:

OPRAVILO	VRSTNI RED OPRAVIL
Obrisati prah s pohištva.	**6**
Pospraviti šolske knjige in zvezke na pisalni mizi.	**2**
Posesati sobo.	**5**
Pospraviti omaro z oblekami.	**4**
Postlati posteljo.	**3**
Pospraviti nakopičene stvari.	**1**

Pri vodenju pogovora, kako izdelati načrt za izvajanje določene delovne naloge oz. organizacije dela, si lahko pomagate tudi z našim didaktičnim gradivom Ekonomika gospodinjstva ter bivanje in okolje, stran 42 in e-prosojnicami.

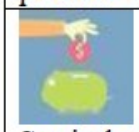
21. naloga

Olajšata učenje **a** in **d**.
Otežujejo učenje **b**, **c**, **č**.

2. DRUŽINSKO GOSPODARJENJE

2.1. Čemu uporabljamo denar

1. naloga

Delniško podjetje ima dobiček.	•	• Ker hranim svoj denar v banki, mi banka pripiše obresti.
Rdečemu križu sem podaril/-a 10 €.	•	• Lastnik delnic dobi izplačilo dela dobička.
 Svoje denarne prihranke hranim v banki.	•	• Ker menjamo denar za izdelek, na primer kruh, rečemo, da je denar menjalni posrednik.
Ko v trgovini kupim kruh, svoj denar zamenjam za izdelek – kruh.	•	• Z denarjem lahko tudi pomagam drugim.

2.2. Kako plačujemo

2. naloga

a) Negotovinsko plačilo

b) Gotovinsko plačilo

c)

- Kreditna kartica: **enkrat na mesec**
- Plačilna kartica: **takoj**

č) **NE**, znesek na osebnem računu se zmanjša samo ob dvigu gotovine.

2.3. Družinski proračun

3. naloga

a) Koliko je ima nujnih odhodki družina Kranjc v mesecu januarju? **883,00** €.
b) Koliko prihodkov je imela družina Kranjc v mesecu februarju? **2157,00** €.
c) Koliko ima drugih odhodkov družina Kranjc v mesecu marcu? **897,00** €.
č) Oče je aprila dobil 700,00 € dodatka za letni dopust. Ali je to prihodek ali odhodek (obkroži odgovor)? **PRIHODEK**
d). V mesecu april je imela družina Kranjc **2645,00** € prihodkov in **2645,00** € odhodkov.
e) Ali se bodo stroški za elektriko, vodo, smeti in čiščenje hodnikov družine Kranjc spremenili, če bodo dobili dojenčka? **DA**, če se družina poveča, se povečajo stroški.

2.4. Kje kupovati

4. naloga

kruh	**I**
sandali	**Č**
žoga za odbojko	**H**
obleka za posebno priložnost	**G**
telečji zrezek	**E**
paket (12 l) mleka	**J**
vijaki in izvijači	**A**
knjiga	**C**
risalni listi	**B**
nagelj	**F**
kopalna kad	**D**

2.5. Načrtovanje nakupov

5. naloga

Pri reševanju naloge učence opozorite na pomembnost branja etiket, nakupovanja primernih količin in nakupovanja sezonskih ter lokalnih živil.

Zaporedna številka	Zapis
5	V trgovini sem pri izbiri živil pozoren/-na na rok uporabe.
1	Doma v omarah pregledam svoje zaloge živil.
6	Ko plačam živila, jih zložim v nakupovalno vrečko.
3	Pripravim nakupovalni listek.
2	Poiščem informacijo, ali kje prodajajo kako živilo iz nakupovalnega listka s popustom.
7	Račun za kupljena živila shranim.
4	V trgovino vedno vzamem s seboj nakupovalno vrečko.

2.6. Oglasi

6. naloga

INFORMATIVNI oglas Seznanijo nas z izdelkom (na primer nov model avtomobila) ali storitvijo.	**PRIPOROČILNI** oglas Posreduje dobro mnenje o izdelku ali storitvi.	**PRIMERJALNI** oglas Primerjajo lastnosti dveh izdelkov ali storitev iste vrste med seboj.

7. naloga

Naloga je namenjena samostojnemu delu.

2.7. Varstvo potrošnikov

8. naloga

Nalogo rešujte v oddelčni skupnosti. Pri tem vodite pogovor v smeri osveščanja pomembnosti organiziranja varstva potrošnikov in njihovih pravic.

Naloge so namenjene izražanju mnenj. Možni odgovori:

a) **DA.**

Utemeljitev: **Garancija zagotavlja, da morajo na servisu izdelek popraviti ali zamenjati z enakim, ki nima napake.**

b) **NE.**

Utemeljitev: **Ker je moja napaka in ne tovarniška.**

c) **DA.**

Utemeljitev: **Garancija zagotavlja brezhibno delovanje naprave za čas garancijskega roka – minimalno 1 leto.**

3. Tekstilije, oblačila in obutev

3.1. Vlakna

1. naloga

Pravilne rešitve so odgovori **a**, **b**, **č**, **d**.

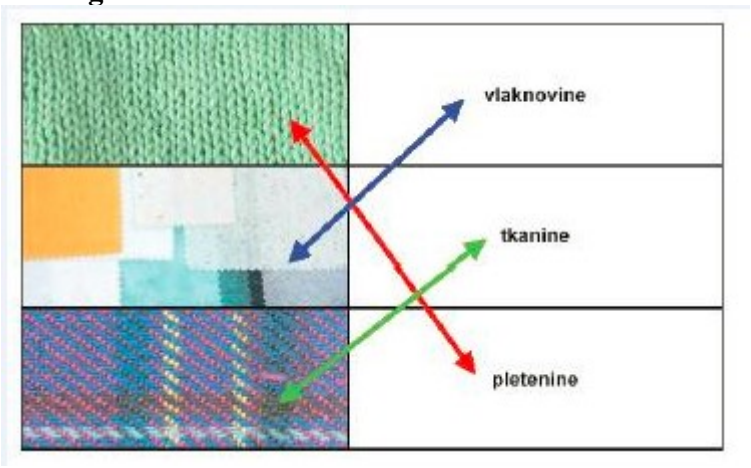
3.2. Naravna in umetna vlakna

2. naloga

a) Na fotografiji je **NAFTNA PLOŠČAD**, s katere črpajo **NAFTO**. Iz nje izdelujejo **SINTETIČNA** vlakna.
b) Na fotografiji je **OVCA**; iz njene dlake pridobijo prejo (nit). Takšno nit lahko pridobimo tudi iz dlake kamel, lam in zajcev. To so **NARAVNA** vlakna**.**
c) Na fotografiji je **LES**, iz katerega lahko pridobijo **UMETNA** vlakna.
č) Na fotografiji je **BOMBAŽEVEC**, iz katerega lahko pridobijo **BOMBAŽNA** vlakna.

3.3. Kako izdelajo in okrasijo blago

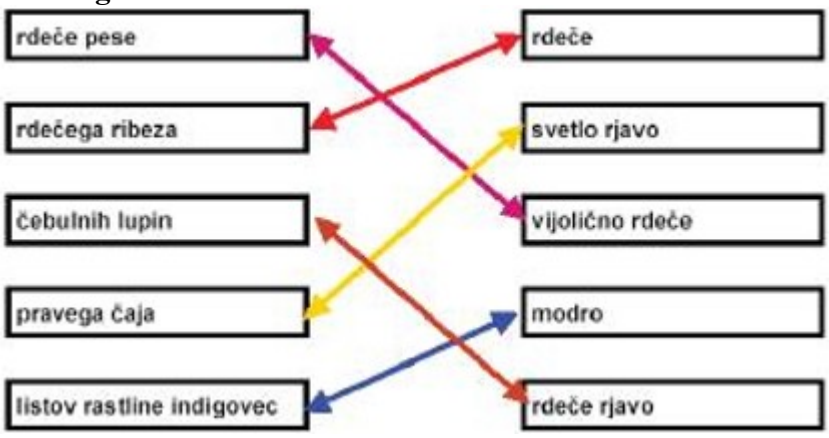
3. naloga



4. naloga

Naloga je namenjena samostojnemu delu.

5. naloga



6. naloga
Pravilne rešitve:
a) Odgovor **2**.
b) Odgovor **1**.
c) Odgovor **3**.

3.4. Od blaga do obleke

7. naloga
Naloga je namenjena samostojnemu delu.

3.5. Kakovost blaga

8. naloga

Ime oblačila	Nepre-močljivo	Vpojno	Trdno	Mehko	Zračno	Se ne mečka	Se tesno prilega	Razteg-ljivo	Toplo
Trenirka		X	X	X	X	X			X
Večerna obleka						X	X		
Pižama		X		X	X		X	X	
Dežni plašč	X		X		X	X			
Spodnja majica		X		X	X		X	X	
Zimska kapa				X	X		X	X	X

9. naloga
Naloga je namenjena spoznavanju blaga in samostojnem delu.

10. naloga
a) Na primer na majicah, spodnjem perilu, hlačah, puloverjih …
b) Na visečih ali všitih etiketah.

3.6. Oblačila

11. naloga

A	**E**	**F**	**D**	**Č**	**G**	**C**	**B**

3.7. Oblačila niso edini izdelki iz blaga

12. naloga

Možni odgovori:

	Tekstilni izdelek	Namen uporabe
Dnevna soba	sedežna garnitura	Prevleka za kavč za zaščito ali dekoracijo.
	blazina	Za okras sedežne garniture ali udobno sedenje.
	oblazinjen fotelj	Z blagom oblečemo sedalo in naslonjalo.
	preproga	Okrasi prizorišče in ščiti talne obloge (parket).
Taborjenje	šotor	Za zaščito ljudi
	nahrbtnik	Za nošenje opreme
	kapa	Za zaščito glave pred soncem
Jedilni kot	namizni prt	Za okrasitev in zaščito mize.
	kuhinjske krpe in rokavice	Za uporabo pri kuhanju in vzdrževanju kuhinje.
	zavesa	Z njimi opremimo, okrasimo in zatemnimo stanovanje, varujejo našo zasebnost.

3.8. Vzdrževanje tekstilnih izdelkov

13. naloga

Namen naloge je, da učenci znajo brati osnovne simbole pranja perila. Rešitev naloge:

Znaki	Pomen znakov
	Oblačila peremo pri temperaturi vode 95 stopinj, dovoljeno je kemično čiščenje, ni dovoljeno sušenje v bobnu, likamo pri najvišji temperaturi.
	Oblačila peremo pri temperaturi vode 40 stopinj, dovoljena sta kemično čiščenje in sušenje v bobnu pri nižji temperaturi, likamo pri temperaturi do 110 stopinj.
	Oblačila peremo ročno, ni dovoljeno kemično čiščenje, sušimo neožeti izdelek, likamo pri temperaturi do 110 stopinj.
	Pranje v pralnem stroju ni dovoljeno, dovoljeno je kemično čiščenje, sušenje v bobnu in likanje nista dovoljena.

14. naloga

Namen naloge je, da učenci znajo razvrstiti tekstilne izdelke in oblačila glede na barvno obstojnost, tekstilno surovino ter znajo določiti temperaturo pralne kopeli. Rešitev naloge:

2)

Volnen pulover

Ali bi smeli volnen pulover prati v pralnem stroju? **NE.**

3)

Barvna majica

Ali bi smeli barvno majico prati v pralnem stroju? **DA.**
Če si obkrožil/-a odgovor DA, napiši, kateri program bi izbral/-a za ta tekstilni izdelek. **B**
4)

Svilena ruta

Ali bi smeli svileno ruto prati v pralnem stroju? **DA.**
Če si obkrožil/-a odgovor DA, napiši, kateri program bi izbral/-a za ta tekstilni izdelek. **C**

3.9. Obutev in vzdrževanje obutve

16. naloga
V rešitvah smo odgovore označili s črkami tako, kot bodo označeni v ponatisu delovnega zvezka.

a)

Znaka pomenita, da je podplat narejen iz usnja.

b)

Znaka pomenita, da sta podlaga in vložek narejena iz tekstilnih materialov.

c)

Znaka pomenita, da je zgornji del narejen iz kritega usnja.

č)

Znaka pomenita, da je podplat narejen iz drugih materialov.

Navodila
za uporabo samostojnega delovnega zvezka z rešitvami nalog za predmet

gospodinjstvo
v 6. razredu

1. Proizvodnja, potrošnja in varovanje okolja

1.1. Kako dobimo, kar potrebujemo za življenje

1. naloga

Naloga je namenjena samostojnemu delu.

1.2 V okolju povzročamo škodo

2. naloga

Naloga je namenjena samostojnemu delu.

3. naloga

Naloga je namenjena spoznavanju razlogov za onesnaženost okolja. Nadaljujete pogovor o posledicah onesnaževanja. Pri pogovoru si lahko pomagate z našim didaktičnim gradivom Ekonomika gospodinjstva ter bivanje in okolje, stran 76 in e-prosojnicami.

a)
Opis škode v okolju: **Onesnaževanje in zastrupljanje ozračja.**
Kaj je povzročilo škodo? **Škodljivi plini.**
b)
Opis škode v okolju: **Onesnaževanje in zastrupljanje vode ter podtalnice.**
Kaj je povzročilo škodo? **Odpadki.**
c)
Opis škode v okolju: **Škodljive snovi v prsti.**
Kaj je povzročilo škodo? **Škropljenje polj s pesticidi.**

4. naloga

Rešitev naloge

Trditev	
Mojca si je kupila plašč v trgovini z rabljenimi oblačili.	✓
Pri nakupu avtomobila Janezu ni pomembno, koliko škodljivih plinov izpusti avto v ozračje. Avto bo kupil, ker mu je všeč njegova oblika.	X
Luka je kupil paket vode v plastenkah.	X
Barbara pri nakupu kreme za telo preverja sestavine, napisane na embalaži. Ker so navedene le naravne sestavine, se odloči za nakup kreme.	✓
Jan kupi majico, narejeno v Bangladešu.	X
Vid kupi zelenjavo na kmetiji v bližini domačega kraja.	✓
Nina kupi sadje, pridelano v Južni Afriki.	X

5. naloga
Učenci pri reševanju te naloge spoznajo nekatera naravna čistila in njihovo uporabo.

kis •		• pomivanje posode
drobni pesek •		• čiščenje kuhinjske delovne površine
pralni orešček •		• čiščenje maščobe
soda bikarbona •		• čiščenje umivalnika
rezina limone •		• pranje perila

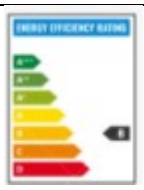
1.3 Kako pridobimo dovolj energije

6. naloga
Pri reševanju te naloge učenci ločijo obnovljive in neobnovljive vrste energij. Nato vodite pogovor o posledicah onesnaževanja okolja s posamezno vrsto energije. Pri pogovoru si lahko pomagate z našim didaktičnim gradivom Ekonomika gospodinjstva ter bivanje in okolje, stran 77 in e-prosojnicami.

O	veter
O	vodni tok rek
N	nafta
O	sonce
N	premog

N	zemeljski plin
O	biološka goriva iz rastlin, ki jih goji človek
O	plima in oseka
O	lesna goriva

7. naloga
Učenci se pri reševanju te naloge učijo branja nalepk in varčevanja z energije.

 **3**	**2**
1	**4**

2. O PREHRANI

2.1 Telo potrebuje hranilne snovi

1. naloga

Naloga je namenjena samostojnemu delu.

2. naloga

a)

1040 kJ

b)

2280 kJ

3. naloga

Živilo	kcal v 100 g živila	Hranilna snov
mleko	64	beljakovine
riba	287	beljakovine
sveži pomarančni sok	45	vitamini in minerali
margarina	729	maščoba
jogurt	61	beljakovina
krompir	87	ogljikovi hidrati
jajce	162	beljakovina
makaroni	361	ogljikovi hidrati
paradižnikov sok	20	vitamini in minerali
beli kruh	234	ogljikovi hidrati
grozdje	60	vitamini in minerali
špinača	26	vitamini in minerali

	Živilo	kCal v 100 g živila
1.	margarina	729
2.	makaroni	361
3.	riba	287
4.	beli kruh	234
5.	jajce	162

2.2. Živila, ki vsebujejo veliko ogljikovih hidratov

4. naloga

a)

V živilih, ki jih ponazarja risba, je veliko **ogljikovih hidratov**.

b)

So pomemben **vir energije.**

c)

Vprašanje je namenjeno samostojnemu delu.

5. naloga

a)

Možni odgovori: **pšenica, rž, pira, ječmen, koruza, oves, proso.**

b)

- Bela moka nima ovojnice zrn, imenovane otrobi. Če ne odstranijo ovojnic, dobijo temnejšo moko. Črna pšenična moka je iz neoluščenih semen.
- Osnovne sestavine za izdelavo kruha so žitna moka, voda, kvas in sol. Da dobimo različne vrste kruha, osnovnim sestavinam dodajamo tudi druge sestavine, kot so otrobi, mak, kalčki, semena, sadje, različne vrste moke (sojina, krompirjeva ...), škrob, gluten, jajca, jajčni izdelki, sladkor, maščobe, začimbe, aditivi.

c)

Naloga je namenjena samostojnemu delu. Možen odgovor:

- **Zarečenega kruha se največ poje.**
- Možen odgovor po SSKJ: **Prenagljene izjave, sodbe mora človek dostikrat preklicati, spremeniti.**

2.3. Živila, ki vsebujejo veliko brljskovin

6. naloga

Rešitev naloge:

Teletina		Pršut
• Meso klavne živine		• Mesni izdelek
Hrenovka		Divja svinja
• Mesni izdelek		• Divjačinsko meso
Losos		Piščančje bedro
• Ribje meso		• Perutninsko meso
Svinjski kotleti		Kranjska klobasa
• Meso klavne živine		• Mesni izdelek
Puran		Inčun
• Perutninsko meso		• Ribje meso

7. naloga

a)

V živilih, ki jih ponazarja risba, je veliko **beljakovin**.

b)

Telo jih potrebuje za ohranjanje in obnavljanje celic. Beljakovine so tudi vir energije.

c)

Vprašanje je namenjeno samostojnemu delu.

8. naloga

a)

V Sloveniji dobivamo mleko tudi od **koz, ovc in kobil.**

b)

Naloga je namenjena samostojnemu delu. Možen odgovor: **V severni Afriki pridobivajo mleko od kamel, v Skandinaviji od losov, v Južni Ameriki pa od lam.**

c)

Možni odgovori so **soja, riž, oves, kokos.**

9. naloga

2.4. Živila, ki vsebujejo veliko vitaminov in mineralov

10. naloga

a)

V živilih, ki jih ponazarja risba, je veliko:

1. **vitaminov,**
2. **mineralov.**

b)

Pravilen odgovor: **Ščitijo telo pred obolenji.**

c)

Pravilen odgovor: **So v našem organizmu gradbene in varovalne snovi.**

č)

Vprašanje je namenjeno samostojnemu delu.

11. naloga

Zelenjavo delimo glede na užitni in uporabni del rastline v prehrani:

• korenovke imajo odebeljene korenine, najbolj razširjene so korenček, peteršilj, rdeča pesa, repa, koleraba in hren;

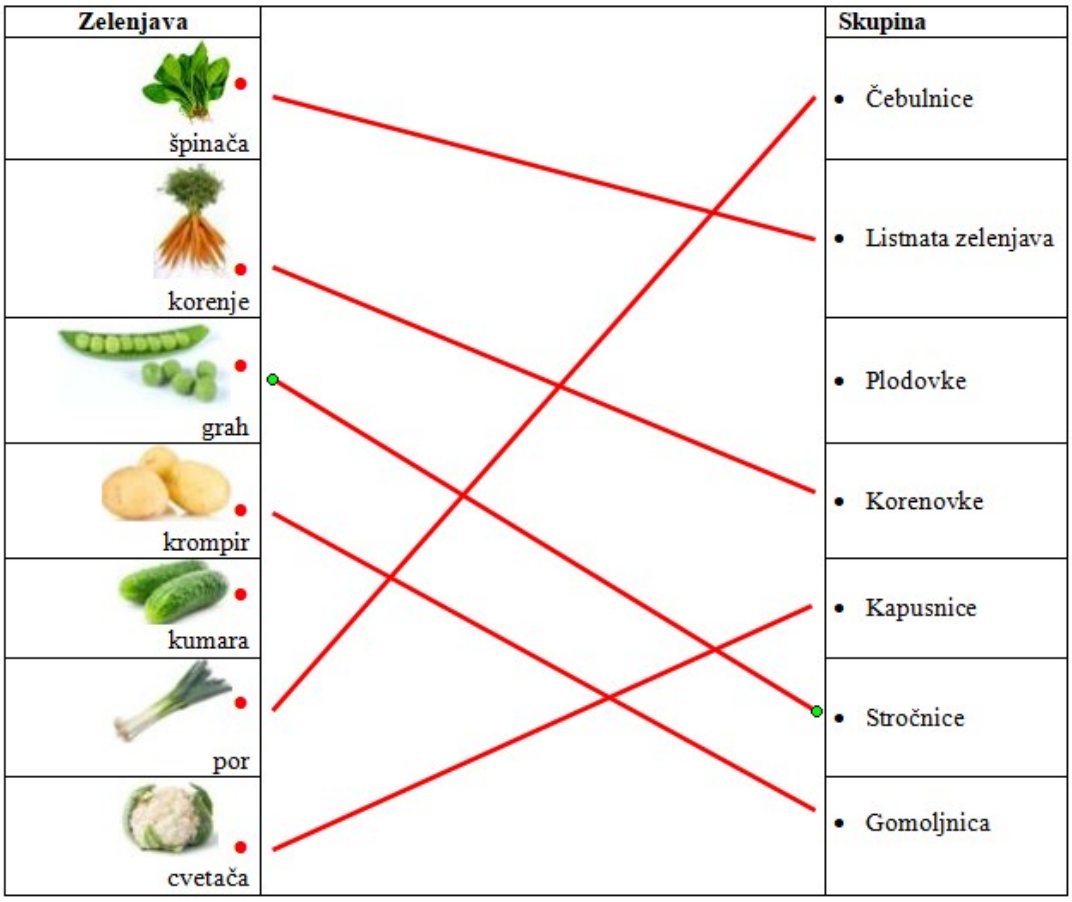
• listna zelenjava ima užitne liste, pri nas pojemo veliko solate, špinače, blitve, radiča, rukole, zelja in ohrovta;

• kapusnice (cvetna zelenjava) imajo užitne cvetove, priljubljeni so cvetača, brokoli in artičoke;

• plodovke so paradižnik, kumare, paprika, feferoni, bučke, buče in jajčevci;

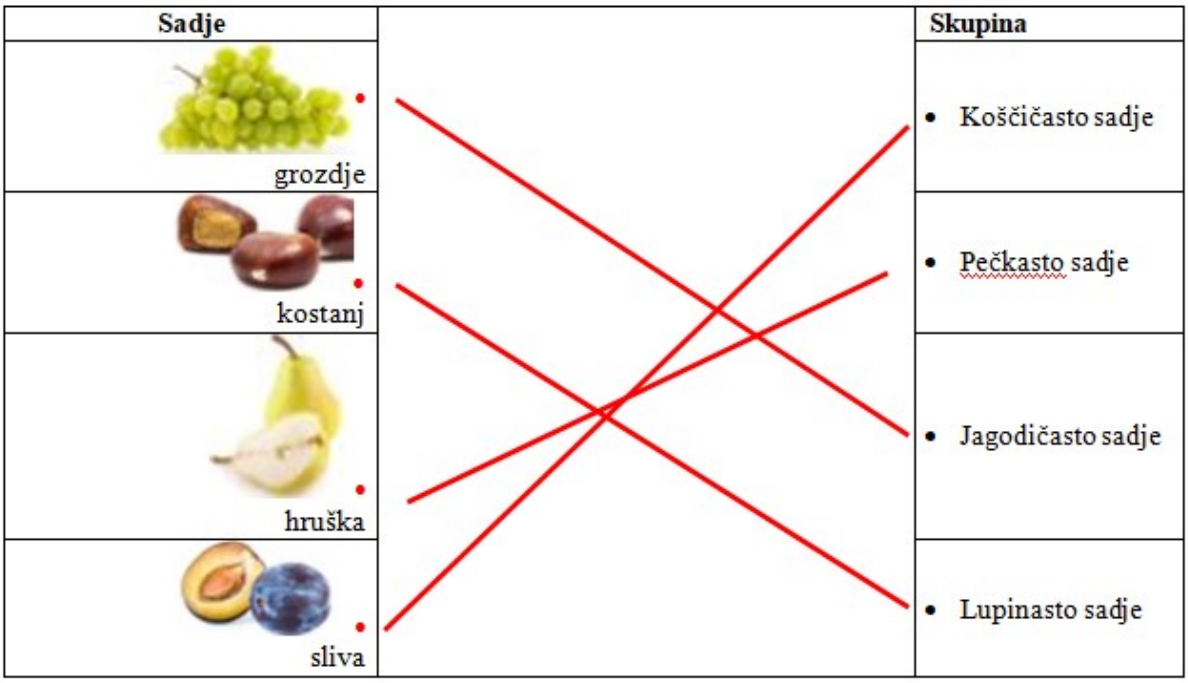
• stročnice imajo užitne mlade stroke (fižol in grah), pri soji, leči, bobu, čičeriki, fižolu in arašidih pa uživamo semena;

• gomoljnice imajo užiten gomolj rastline, pri nas je to krompir, v tujini pa uživajo tudi topinambur; posebej okusen je mladi krompir;
• čebulnice so šalotka, čebula, česen in por.



12. naloga
Sadje je po izvoru:
• **kontinentalno** (pečkato, koščičasto, jagodičevje in lupinasto),
• **južno** (agrumi – limone, pomaranče, grenivke, mandarine, pomelo) in drugo južno sadje (kivi, kaki, rožiči, datlji, smokve – fige ...),
• **tropsko sadje** (banane, ananas, mango, avokado ...).

Po sadnem izboru delimo sadje na:
• **pečkato** (jabolka, hruške, kutine, naši, kaki …),
• **koščičasto** (slive, breskve, marelice, češnje, višnje ...),
• **jagodičevje** (jagode, borovnice, maline, grozdje, brusnice, ribez ...),
• **lupinasto** (lešniki, mandlji, orehi, kostanj, arašidi, pistacija ...).



2.5. Živila, ki vsebujejo veliko maščob

13. naloga

a)

V živilih, ki jih ponazarja risba, je veliko ene od vrst hranilnih snovi. Katere? **Maščobe.**
Zakaj telo potrebuje to vrsto hranilnih snovi? **Z njimi pridobi predvsem energijo.**

b)

Vprašanje je namenjeno izražanju mnenj.

c)

Pravilna odgovora:

- **Ker to povzroča preveliko telesno težo.**
- **Ker to poveča nevarnost za obolenja srca in ožilja.**

č)

Pravilen odgovor: **Oznaka pomeni, da imajo živila manj mlečne maščobe**.

14. naloga

Hranilne snovi	Pomen	Živila
ogljikovi hidrati	So pomemben vir energije. Vsebujejo tudi prehranske vlaknine, ki pospešujejo prebavo.	**testenine, moka, kruh, kosmiči, riž**
beljakovine	**So gradniki celic in jih obnavljajo. Potrebne so za normalno delovanje telesa in so vir energije.**	**meso, ribe, jajca, grah, fižol, soja, leča, mleko, sir, jogurt**
minerali	So v našem organizmu varovalne in gradbene snovi.	**meso, ribe, stročnice, mleko**
maščobe	**Telo z maščobami pridobi predvsem energijo.**	maslo, olje, mast
vitamini	**Uravnavajo presnovo in ščitijo organizem pred različnimi boleznimi.**	**pomaranča, grenivka, zelje, kivi, paprika, grozdje, jabolko …**

15. naloga
Vprašanji a in b sta namenjena samostojnemu delu.
c)
Pomen vode je vzdrževanje stalne telesne temperature, prenašanje hranilnih snovi in odnašanje presnovnih proizvodov. (Voda omogoča vse biokemijske procese v telesu. Zmanjšanje količine vode v človeškem telesu za 10–15 % je lahko smrtno nevarno.)

2.6. Kako sestaviti zdrav jedilnik

16. naloga
Vprašanja so namenjena samostojnemu delu.

17. naloga
a)
Uravnotežena prehrana je pravilno sestavljena in pripravljena hrana, ki je enakomerno razporejena čez ves dan (pet obrokov) in zadovolji potrebe po hranilnih in varovalnih snoveh.

Ob predstavitvi nekaterih krožnikov učencev vodite pogovor o zdravi prehrani. Znano je, da hranilne snovi in energija, ki jo dobimo s hrano, omogočajo boljše počutje, razpoloženje, pa tudi zbranost pri delu. Oblikovanje zdravih prehranskih navad je zato nujno že v zgodnjem življenjskem obdobju. Na prehrano naroda, družine in posameznika vplivajo številni dejavniki (družbeni, verski in osebni). Hrana mora po energijski in biološki vrednosti ustrezati priporočenim normativom za posamezno starostno obdobje. Hrana mora biti pravilno razporejena tekom dneva, saj energijo potrebujemo za delo, in ne za počitek. Priporoča se pet dnevnih obrokov.
b)
Vprašanje je namenjeno samostojnemu delu.

2.7. Prehranjevalne navade

18. naloga
Naloga je namenjena samostojnemu delu.

19. naloga
Naloga je namenjena samostojnemu delu. Možni odgovori so:
a)
Tradicionalne jedi v Sloveniji so npr. j**ota, žlikrofi, prekmurska gibanica, praženi krompir, potica, ajdovi vzhajanci, pogače.**
b)
Možni odgovori: **Pica, mineštra** (Italija) in **idrijski žlikrofi** (italijanski ravioli), **bograč** (Madžarska), **jabolčni zavitek**, **flancat**, **buhtel** in **krof** (iz alpskih dežel in so postala tipična »slovenska jed«), **dunajski zrezek** (Avstrija) ...

2.9. Kako naj se prehranjujejo učenci

20. naloga

a)

Možni odgovori: **Deklica je zleknjena na kavču, pije (sladko) pijačo, je čips in gleda televizijo.**

b)

Možni odgovori:

1. **Za obrok si vzamemo čas.**
2. **Jemo sede in v mirnem okolju.**
3. **Med jedjo ne beremo ali gledamo televizije.**
4. **Jemo počasi in hrano dobro prežvečimo.**
5. **Obrok naj vsebuje malo maščob, soli, sladkorja in sladkih pijač.**
6. **Obrok naj vsebuje čim več zdravih živil ter sadja in zelenjave.**

c)

Vprašanje je namenjeno samostojnemu delu.

2.10. Označevanje živil

21. naloga

Naloge so namenjene samostojnemu delu.

Učencem pojasnimo, da je pomembno brati oznake na embalaži živil. Mnoge oznake na embalažah so zakonsko določene. Za njih veljajo zelo strogi predpisi o načinu pridelave in predelave. Pri izbiri živil je tudi pomemben vir – od kod prihaja živilo. Lokalna hrana naredi krajšo pot do potrošnika, ima višjo hranilno vrednost in vsebuje manj dodatkov (aditivov) in pesticidov. Sadje in zelenjava, ki imata dolgo transportno pot, imata manj vitaminov in mineralov.

22. naloga

23. naloga

Naloga je namenjena samostojnemu delu.

2.11. Z živili moramo previdno ravnati

24. naloga

Naloga je namenjena samostojnemu delu. Možni odgovori:

Kuhar bi moral:

1. počistiti kuhinjo,
2. ugasniti plinski štedilnik,
3. zapreti vodo,
4. umakniti mačko iz delovne površine ali kuhinje,
5. pospraviti nož,
6. zapreti hladilnik,
7. pobrati kuhinjsko krpo.

25. naloga

a)

Površine moramo očistiti, ker se mikroorganizmi selijo z enega živila na drugega, v ostankih jedi pa se hitro množijo.

b)

Roke si moramo umiti, da z njih speremo mikroorganizme.

c)

Predpasnik si moramo nadeti, da si ne umažemo obleke in da poskrbimo za higieno v kuhinji.

č)

Nož moramo pomiti, da z njega speremo mikroorganizme.

d)

Posodo moramo splakniti, da speremo ostanke čistila.

26. naloga

Odgovori na naslednja vprašanja.

a)

Poleti.

b)

Ker je vroče, se živila hitreje pokvarijo.

c)

Driska, bruhanje in visoka vročina.

č)

kremne sladice, sladoled, majoneza

d)

Počistiti, dezinficirati vso opremo in delovne površine. Zaposlene je treba napotiti na zdravstveni pregled in zagotoviti, da skrbijo za higieno (umivanje rok, pravilno hranjenje živil, temeljito umivanje sadja in zelenjave pod tekočo vodo).

2.12. Shranjevanje živil in jedi

27. naloga

Naloga je namenjena skupinskemu delu.

Ob nalogi vodite pogovor o nujnosti ustreznega shranjevanja živil za ohranjanje kakovosti. V preteklosti so živila shranjevali v domačih shrambah. Danes sta hlajenje in zamrzovanje najpogostejši obliki shranjevanja sveže hrane. Suha živila, kot so žita (pira, ješprenj, koruzni zdrob …), stročnice, orehi in kruh je bolj primerno shranjevanje pri sobni temperaturi. Enako velja za zaprta konzervirana živila v pločevinki.

28. naloga

Naloga je namenjena samostojnemu delu.

29. naloga

a)

Trajno sterilizirano mleko	Sveže mleko	Sveže pasterizirano mleko
3	1	2

b)

Če v mlekarni mleko zavrejo (nad 100 ^{o}C - sterilizacija) je uporabno nekaj mesecev.

2.13. Preden začnemo kuhati …

30. naloga

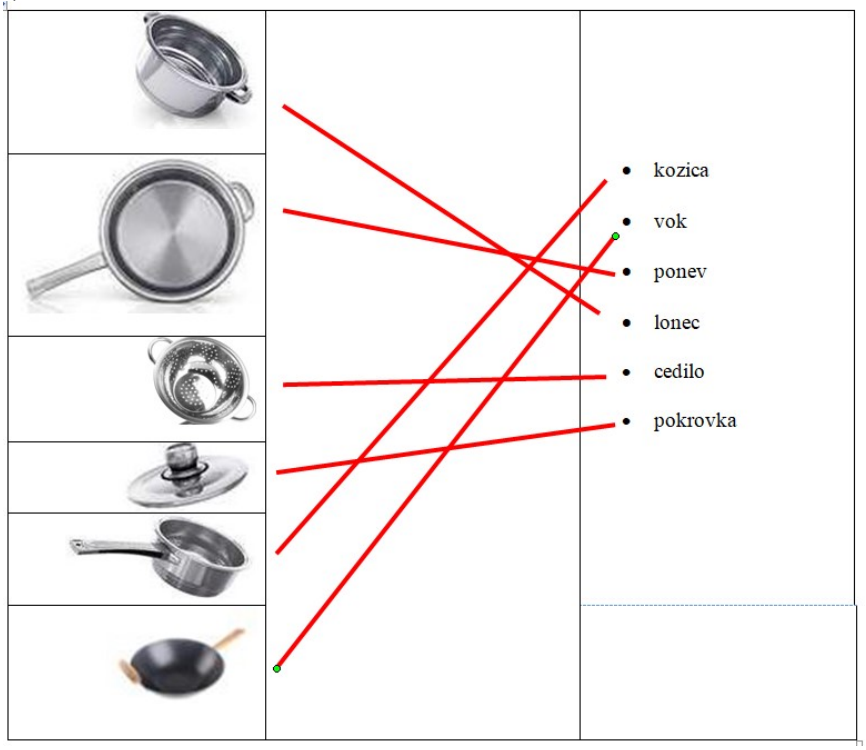
31. naloga

 Način: operemo pod vodo Živilo: sadje, zelenjava, meso	 Način: rezanje na koške Živilo: sadje, zelenjava, meso	 Način: lupljenje Živilo: krompir, sadje, zelenjava
 Način: trenje Živilo: začimbe, zelišča, oreščki,	 Način: ribanje Živilo: sir, sadje, zelenjava	 Način: gnetenje Živilo: testo
 Način: stepanje Živilo: smetana, jajca	 Način: strganje Živilo: maslo, margarina	 Način: mletje Živilo: sadje, zelenjava, oreščki

2.14. Pripomočki in aparati za pripravo ter obdelavo živil

32.

a)



b)

Možne rešitve:

c)

nož za rezanje	vilice za sladico	jedilne vilice	žlička za čaj, kavo ali sladico	jedilna žlica

č)
Možni odgovori: jušnik, solnica, popernica, posoda za omako.

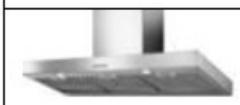
d)
Pravilni odgovor je: **4**

33. naloga

a)

2	**6**	**1**
5	**4**	**3**

b)

V pomivalnem stroju operemo posodo, servirno posodo, pribor in kuhinjske pripomočke.	V zamrzovalniku hranimo živila in jedi.	V hladilniku hranimo živila, jedi in pijačo.
V pečici pečemo različne jedi, na primer pico.	V pomivalnem koritu lahko pomivamo posodo, umivamo sadje in zelenjavo.	Na električnem štedilniku, štedilniku na plin in štedilniku s steklokeramično ploščo kuhamo.
 Napa nad štedilnikom odvaja soparo in prečisti zrak.		

2.15 Toplotna obdelava živil

34. naloga

Naloga je namenjena samostojnemu delu.

Možni odgovori:

paradižnik	• kuhanje v navadnem loncu • pečenje • soparjenje • pečenje na žaru • dušenje
krompir	• kuhanje v navadnem loncu • kuhanje v loncu na pritisk • pečenje • cvrtje • pečenje na žaru • segrevanje v mikrovalovni pečici • praženje
testenine	• kuhanje v navadnem loncu • segrevanje v mikrovalovni pečici
perutnina	• kuhanje v navadnem loncu • kuhanje v loncu na pritisk • pečenje • cvrtje • pečenje na žaru • dušenje
jajce	• kuhanje v navadnem loncu • pečenje
sir	• pečenje • cvrtje • pečenje na žaru • segrevanje v mikrovalovni pečici
riba	• kuhanje v navadnem loncu • pečenje • cvrtje • soparjenje • pečenje na žaru
čebula	• kuhanje v navadnem loncu • pečenje • cvrtje • pečenje na žaru • dušenje • praženje

2.16. Dodatki jedem

35. naloga

Naloga je namenjena samostojnemu delu. Možni odgovori:
Jota: sol, črni poper, mleta paprika in česen.
Zelenjavna juha: sol, črni poper, peteršilj, zelena in česen.
Rižota z mesom: sol, črni poper, peteršilj in lovorov list.
Makaroni s paradižnikovo omako: sol, črni poper, origano, bazilika, mleta paprika in česen.

2.17. Pogrinjek in bonton

36. naloga

1. krožnik
2. servet
3. žlica
4. vilice
5. kozarec

37. naloga

Naloga je namenjena samostojnemu delu.