

Srednja šola za gostinstvo in turizem Maribor		
Vrsta izobraževanja: Srednje poklicno izobraževanje		
Program izobraževanja: Gastronomske in hotelske storitve		
Izobraževanje za poklic: Gastronom hotelir		
UČITELJ: Ksenija Suban Horvat, Branko Žlof		
PREDMET: Gastronomija	LETNIK: 2.	DATUM IN URA: 11. 10. 2011
UČNA TEMA: Hranilne snovi		
UČNA ENOTA: Določanje energijske gostote malice		
CILJI:		
Dijakinje in dijaki:		
<ul style="list-style-type: none"> • utrdijo, katere hranilne snovi imajo v organizmu energijsko vlogo; • utrdijo pojem "energijska vrednost živila"; • utrdijo, kako lahko z deklaracije na embalaži razberejo podatke o energijski in hranilni vrednosti živila; • podatek o energijski vrednosti živila "pretvorijo" v podatek o energijski gostoti živila; • spoznajo pomen energijske gostote obroka za zdravje; • utrdijo množenje in deljenje z desetiškimi števili; • utrdijo izračunavanje premega sorazmerja; • utrdijo preračunavanje merskih enot kcal-kJ; • utrdijo način iskanja podatkov v preglednicah ter branje podatkov s pomočjo grafa; • določijo energijsko gostoto izbrane malice (laboratorijska metoda); • izbrana živila znajo uvrstiti v ustrezne skupine prehranske piramide; • sklepajo, katere skupine živil iz prehranske piramide imajo višjo energijsko vrednost; • primerjajo energijsko gostoto treh malic ter ugotavljajo, kakšen vpliv ima energijska gostota vsake izmed treh malic na zdravje; • v primeru, da ima obrok preveliko energijsko gostoto, predlagajo ustrezne, zdravju prijazne rešitve. 		
UČNE METODE: raziskovalna laboratorijska		
UČNE OBLIKE: frontalna, delo v skupinah		
UČNI PRIPOMOČKI IN SREDSTVA:		
delovni listi, embalaža različnih živil, izbrana živila treh različnih malic, tehtnica, 3 merilni valji (1000 cm ³), 3 noži in 3 lesene deske, kuhalnica, tablice o energijskih vrednostih posameznih živil, kalkulator, tridimenzionalni modeli prehranske piramide 1992.		
MEDPREDMETNE POVEZAVE: M3: priprava posameznih skupin jedi, M4: priprava rednih obrokov, matematika, naravoslovje (1. letnik)		
POTEK UČNE URE		
UČITELJ	DIJAKINJE IN DIJAKI	
UVODNI DEL		
Utrjevanje: energijska vrednost živil Vodi razgovor.	utrdijo, kaj so hranilne snovi in kakšna je njihova vloga v organizmu; utrdijo, kaj je energijska vrednost živila; na izbrani embalaži poiščejo podatek o energijski vrednosti posameznega živila ter preračunajo njegovo energijsko gostoto; primerjajo podatek o energijski vrednosti jogurta in lahkega jogurta ali ledenega čaj in light ledenega čaja;	

MOTIVACIJA

Kaj bo danes za malico?

JEDRNI DEL

razdeli material za delo, nadzoruje delo

VSEBINSKA RAZČLEMB

Utrjevanje: hranilne snovi, vloga hranilnih snovi v organizmu, energijska vrednost živil. Pomen energijske gostote obroka. Določanje energijske gostote izbrane malice (delo po skupinah). Primerjava energijske gostote treh malic. Analiza energijske gostote izbranega obroka.

DOMAČE DELO**ZAKLJUČNI DEL**

vodi razgovor

OPOMBA

Dobro bi bilo, da pri učni uri sodeluje tudi profesor matematike, saj pričakujem največ težav pri preračunavanju posameznih vrednosti.

se razdelijo v tri delovne skupine; izberejo eno izmed treh ponujenih malic;

določijo energijsko gostoto izbrane malice; primerjajo energijsko gostoto treh malic; v primeru previsoke energijske gostote posamezne malice predlagajo rešitve.

Razmisli, kako bi "sestavil" sendvič, ki bi imel primerno energijsko gostoto.

Določanje energijske gostote obroka

Naštej hranilne snovi, ki dajejo telesu energijo. _____, _____ in

_____.
Kaj je energijska vrednost? _____

Naloga:

Na izbrani embalaži poišči podatek o energijski vrednosti posameznega živila ter ga vpiši v spodnjo preglednico. Bodi pozoren na enote.

živilo	energijska vrednost kcal/100g živila	energijska vrednost kJ/100g živila	energijska gostota kcal/g živila	energijska gostota kJ/g živila

Pri pouku gastronomije ste že spoznali pojem energijska gostota. Povedali ste, da imajo maščobe najvišjo energijsko gostoto, saj sprosti en gram maščobe 9,3 kcal ali 38,9 kJ energije. Energijska gostota maščob je torej 9,3 kcal/g oz. 38,9 kJ/g, energijska vrednost beljakovin in ogljikovih hidratov pa 4,1 kcal/g oz. 17,1 kJ/g.

Naloga:

S pomočjo podatkov o energijski vrednosti izbranih živil, ki si jih vpisal v zgornjo preglednico, skušaj izračunati energijsko gostoto teh živil.

Naloga: primerjaj energijsko vrednost jogurta in lahkega jogurta ali ledenega čaja in light ledenega čaja. Kaj opaziš?

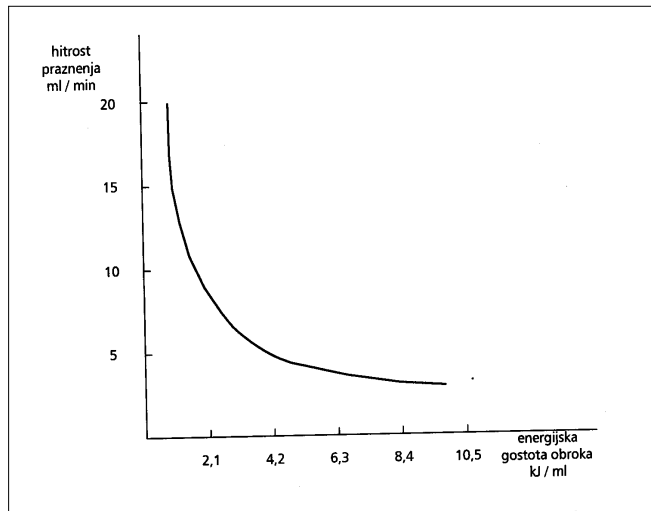
Energijska gostota izraža količino kcal ali kJ v enem ml ali v enem gramu hrane.

Naša hrana lahko ima energijsko gostoto od 0 do 9 kcal/ml ali od 0 do 9 kcal/g hrane.

Energijska gostota zaužite hrane ima pomembno vlogo tudi pri vzdrževanju telesne mase, saj vpliva na hitrost praznjenja želodca. Strokovnjaki domnevajo, da ima pomembno vlogo pri uravnavanju teka prav hitrost praznjenja želodca.

Naloga:

Na spodnjem grafu poišči vrednosti energijske gostote tvojih izbranih živil. Kaj opaziš?



Hitrost praznjenja želodca pri različno energijsko gostih obrokih hrane (Pokorn, 1997)

Priporočljiva energijska gostota obroka, ki omogoča optimalno praznjenje želodca in ne obremenjuje presnove, je 1 kcal/ml, to je 4,2 kJ/ml.

Navodilo za delo: Razdelili se boste v tri skupine. Vsaka skupina bo določila energijsko gostoto izbrane malice. Nato boste primerjali energijsko gostoto vseh treh malic med seboj ter ugotavljali, katera izmed malic ima takšno energijsko gostoto, ki je najbolj ugodna za zdravje. Če boste ugotovili, da ima katera izmed izbranih malic preveliko energijsko gostoto, boste predlagali ustrezne rešitve.

Za delo boste potrebovali živila izbrane malice, tehtnico, merilni valj, nož in leseno desko, tablice o energijskih vrednostih posameznih živil, kalkulator.

Naloga:

V preglednico vpišite živila izbrane malice. Posamezna živila nato stehtajte.

Prostornino živil boste določali s pomočjo merilnega valja, zato živila po potrebi sesekljajte.

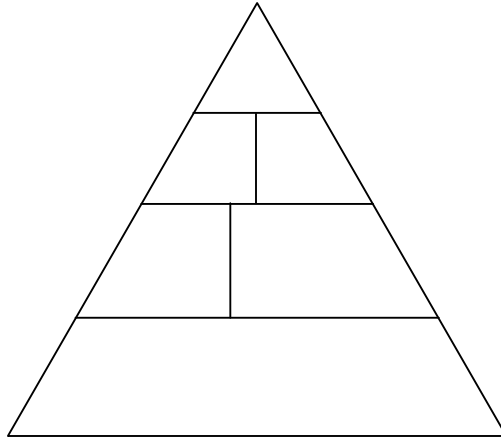
S pomočjo tabel določite navedenim živilom energijsko vrednost ter preračunajte energijsko gostoto obroka.

živilo	masa (g)	prostornina (cm ³)	energijska vrednost (kJ)	energijska vrednost (kcal)
skupaj				

Odgovor: Energijska gostota obroka je _____ kJ/g ali _____ kcal/g

Energijska gostota obroka je _____ kJ/ml ali _____ kcal /ml.

V shemo prehranske piramide vpišite živila izbrane malice na ustrezno mesto. Kaj ugotovite?



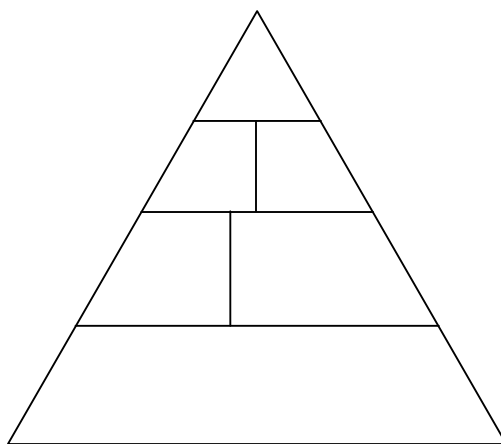
Vpišite še podatke o malicah, ki so ju preučevale sošolke in sošolci ostalih skupin.

Malica št. 2: _____

Energijska gostota obroka: _____ kJ/g ali _____ kcal/g.

Energijska gostota obroka: _____ kJ/ml ali _____ kcal/ml.

V shemo prehranske piramide vpišite živila malice številka 2 na ustrezno mesto. Kaj ugotovite?

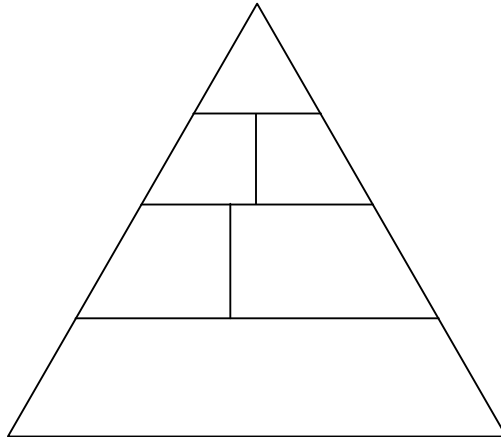


Malica št. 3: _____

Energijska gostota obroka: _____ kJ/g ali _____ kcal/g.

Energijska gostota obroka: _____ kJ/ml ali _____ kcal/ml.

V shemo prehranske piramide vpišite živila malice številka 3 na ustrezno mesto. Kaj ugotovite?



Sedaj primerjajte energijsko gostoto posameznih malic.

Katera izmed malic ima najprimernejšo energijsko gostoto?

Ali ima katera izmed preučevanih malic previsoko energijsko gostoto? Kaj lahko storite v tem primeru.

DOMAČE DELO: Razmisli, kako bi sestavil sendvič, ki bi imel primerno energijsko gostoto.

Za vzdrževanje telesne teže je **optimalna** energijska gostota **1 kcal/g**.

EVALVACIJSKI VPRAŠALNIK ZA UČITELJA/OPAZOVALCA

Datum: 11. 10. 2011

Šola: Srednja šola za gostinstvo in turizem Maribor

Letnik: 2. e

Starost dijakinj in dijakov: 16-17 let

Ime in priimek evalvatorja: Ksenija Suban Horvat

Učna tema: Določanje energijske gostote malice

1. OCENA DOSEGANJA CILJEV/NAMENA UČNE URE:

Cilji so bili doseženi, potrebna je še analiza rezultatov in utrjevanje.

2. FAZE UČNEGA PROCESA (izhodišče, uvod, osrednji del, zaključni del):

Izhodišče-utrjevanje: energijske snovi v prehrani, energijska vrednost živil; osrednji del: laboratorijsko praktično delo po skupinah; zaključni del: primerjava energijske gostote treh malic ter ovrednotenje energijske gostote vsake predstavljene malice glede njene ustreznosti za vzdrževanje telesne mase.

3. METODE IN OBLIKE DELA (ustreznost, razumljivost):

Ustrezne, razumljive, primerne.

4. KOMUNIKACIJA V RAZREDU (verbalna in neverbalna):

Dobra.

5. SPODBUJANJE K LASTNI AKTIVNOSTI:

Veliko.

6. PRIMERNOST UČNEGA GRADIVA IN PRIPOMOČKOV:

Ustrezno in ga je dovolj.

7. MEDPREDMETNE POVEZAVE:

Naravoslovje, matematika, praktični pouk kuharstva.

8. KAJ BI SPREMENIL/A PRI URI? (predlogi, ideje, komentarji):

Na delovne liste bi napisala podatke o energijskih vrednostih živil, ki niso v originalni embalaži in so jih dijaki uporabljali, saj se z iskanjem podatkov po tablicah niso znašli. Ker smo v okviru urnika in z njim določenih učnih ur vedno v stiski s časom (in ker imamo tudi v istem dnevu pouk na dveh lokacijah-ki sta med seboj oddaljeni 1 km), bi bilo smiselno opisano uro izvajati v okviru interesnih dejavnosti ali v času projektnega tedna. Da bi učno snov o energijski gostoti hrane osmislili tako, da bi dijakinje in dijaki začeli to znanje resnično uporabljati tudi v vsakdanjem življenju, bi bilo dobro izvesti še kakšno uro s to tematiko, npr. Jedilnik včerajšnjega dne.

Končni sklep sestanka po uri naj odgovori na vprašanje: **Kaj bi bilo lahko boljše oz. kaj bi lahko spremenili?**

Evalvatorji smo bili enotnega mnenja glede tega, da je ena šolska ura premalo za izvedbo celotne vaje, vključno z zaključki, analizo in evalvacijo. Ker pa na naši šoli ni mogoče uskladiti urnika glede na dejanske potrebe, menimo, da bi se opisana ura dobro "obnesla" v okviru projektne dela ali raziskovalne naloge. Strinjali smo se tudi, da se ura izvaja z največ 16 dijaki in da morata biti obvezno prisotna dva izvajalca, saj so imeli dijaki največ problemov s preračunavanjem energijske vrednosti izbranega živila in z iskanjem podatkov o energijski vrednosti posameznega živila v tablicah. Menimo tudi, da so znanja, pridobljena v tej vaji, nujno potrebna za vsakega mladostnika, pa tudi odraslega človeka.

Moje mnenje o tem, da bi v bodoče pri izvajanju učne ure dijakom napisala energijske vrednosti izbranih živil na učni list, kolega nista sprejela. Oba sta matematika in menita, da je iskanje podatkov v preglednicah in branje grafov zelo pomembna veščina tudi v vsakdanjem življenju. Pa tudi v poklicnem življenju bodo kuharji morali biti veščiji tudi tega, zato je tudi namen šolanja (kurikula), da se dijaki v tem izurijo. Potrebovali bi pač več kot eno šolsko uro za izvedbo celotne vaje, čeprav smo dijake že v času svojih učnih ur na takšno delo pripravili.

EVALVACIJSKI VPRAŠALNIK ZA UČITELJA/OPAZOVALCA

Datum: 11.10.2011

Šola: Srednja šola za gostinstvo in turizem Maribor

Vrsta in ime izobraževalnega programa: Srednje poklicno izobraževanje, Gastronomske in hotelske storitve, Gastronom hotelir

Razred: 2.e

Starost otrok: 16-17

Ime in priimek evalvatorja: Branko Žlof

Predmet: Gastronomija

Učna tema: Hranilne snovi

Učna enota: Energijska gostota hrane

1. OCENA DOSEGANJA CILJEV UČNE URE:

Poglavitni cilji učne ure so bili:

- utrditev pomena hranilnih snovi v organizmu s stališča energijske vloge,
- utrditev pomena energijske vrednosti živila, ki jo dijaki poiščejo na embalaži posameznega živila,
- poznavanje pojma energijske gostote živila in razumevanje pomena energijske gostote obroka za zdravje,
- določanje energijske gostote izbrane malice,
- razviti sposobnost uvrščanja izbranih živil v ustrezne skupine prehranske piramide ter razumevanje povezave z energijsko vrednostjo teh skupin,
- primerjava energijske gostote izbranih treh malic in ugotavljanje njihovega vpliva na človekovo zdravje,
- razvijanje sposobnosti kritične presoje energijske gostote obroka in predlaganje ustreznih, zdravju prijaznih rešitev.

Menim, da so bili zastavljeni cilji učne ure v glavnem doseženi. Glede na obsežnost vsebin in ciljev bi bila najbolj primerna izvedba v dveh šolskih urah (blok urah), kar pa v konkretnem primeru zaradi šolskega urnika ni bilo mogoče realizirati, zato je izvedba potekala v dveh ločenih delih / urah v različnih dnevih.

2. POTEK FAZ UČNEGA PROCESA:

Faze učnega procesa so potekale tekoče in v ustreznem načrtovanem sledju. V izhodišču in v uvodu je učiteljica dijakom ustrezno predstavila problemsko situacijo ter zastavljene cilje. S pomočjo anketnega lističa je učiteljica pridobila informacijo o tem, ali so dijaki pozorni na energijsko vrednost živil, ki jih vsak dan uživajo.

S pomočjo pripravljenih učnih (delovnih) listov so najprej utrdili nekatere pojme, ki so bili obravnavani pri prejšnjih urah kot so npr. hranilne snovi in njihova vloga v organizmu ter energijska vrednost živil. Dijaki so v okviru tega na embalaži vsakdanjih živil poiskali podatke o energijski vrednosti posameznega živila in podatke vpisali v tabelo delovnega lista. Pri tem so morali izračunati tudi energijsko gostoto posameznega živila ter primerjati energijske vrednosti običajnega jogurta in lahkega jogurta ter običajnega ledenega čaja in light ledenega čaja ter komentirati ugotovitve.

Poleg tega so morali s pomočjo grafa na delovnem listu, ki je prikazoval odvisnost hitrosti praznjenja želodca od energijske gostote obroka ugotoviti, kolikšni sta omenjeni vrednosti pri izbranih živilih, ki so jih dobili. Pojasniti so morali tudi, kaj so pri tem opazili.

V osrednjem delu so se dijaki razdelili v tri skupine. Vsaka skupina je dobila nalogo določiti energijsko gostoto izbrane malice. Morali so stehtati sestavine obroka in ugotoviti prostornino živil, ki sestavljajo posamezno malico ter določiti energijsko gostoto izbrane malice.

V zaključnem delu so dijaki v vodenem razgovoru analizirali dobljene rezultate in primerjali energijske gostote vseh treh malic ter ugotavljali, katera izmed malic ima najprimernejšo energijsko gostoto. Prav tako so predlagali rešitve, kako bi izbrali živila v obroku tako, da bi dosegli ustrezno, to je priporočljivo energijsko gostoto obroka.

Dijaki so dobili tudi navodila za domače delo, v katerem naj bi razmislili in predlagali, kako bi sestavili sendvič, ki bi imel primerno energijsko gostoto.

3. METODE IN OBLIKE DELA:

Pri uri so bile uporabljene metoda razlage, metoda razgovora in raziskovalna laboratorijska učna metoda, učna oblika pa je bila frontalna v začetnem delu in kot delo v skupinah v osrednjem delu pri izvedbi ekperimenta in v zaključnem delu, ko je potekala predstavitev in primerjava ugotovitev, do katerih je prišla posamezna skupina.

4. KOMUNIKACIJA V RAZREDU:

Komunikacija v razredu je bila intenzivna predvsem pri esperimentalnem delu, ko so bili dijaki najbolj motivirani in so radi sodelovali, sicer pa so bile opazne razlike med skupinami. Pri samem iskanju podatkov na embalaži živil in energijskih vrednosti živil iz tabel so se dijaki zanašali en na drugega, tako da je bilo pri nekaterih potrebna vzpodbuda učitelja za izvedbo potrebnih aktivnosti. Menim, da je razlog za to v premajhni samozavesti nekaterih dijakov in njihovih pričakovanjih, da bo večino stvari zanje opravil učitelj. Očitno jih bo potrebno pri pouku še bolj angažirati za samostojno delo in tudi sodelovanje v skupini, kar je eden pomembnejših ciljev njihovega izobraževanja.

Tudi komunikacija med učiteljem in dijaki je bila ustrezna z razumljivimi razlikami med posameznimi dijaki in tudi skupinami.

5. SPODBUJANJE K LASTNI AKTIVNOSTI:

Kot je že pri prejšnji točki omenjeno, je bilo pri nekaterih dijakih potrebne precej vzpodbude k lastni aktivnosti in pomoči in usmeritev učitelja. Dijaki so bili bolj zadržani pri preračunavanju posameznih energijskih vrednosti živil, kar je po mojem posledica slabšega matematičnega znanja. To je profesorica, ki je vodila učno uro tudi predvidevala, zato je povabila k sodelovanju tudi učitelja matematike.

6. PRIMERNOST UČNEGA GRADIVA IN PRIPOMOČKOV:

Učni pripomočki in sredstva so bili primerni in so jih dijaki v glavnem znali ustrezno uporabiti. Razumljivo so lažje in bolj suvereno obvladovali laboratorijski del ure, saj je bil ta del zelo povezan z njihovim praktičnim strokovnim področjem gastronomije.

Več težav so imeli pri preračunavanjih vrednosti in interpretaciji rezultatov energijske gostote živil na podlagi grafa, ki je bil sestavni del delovnega lista. To je bilo tudi pričakovano, saj imajo dijaki, ki so sodelovali pri uri, slabše razvite matematične kompetence. Večina teh dijakov je prišla v srednjo šolo s slabim matematičnim predznanjem in večinoma z oceno zadostno pri predmetu matematika v zadnji triadi osnovne šole.

7. MEDPREDMETNE POVEZAVE:

Učne ure omogočajo precejšnje medpredmetno povezovanje in sicer najbolj z modulom M3 - Priprava posameznih skupin jedi in modulom M4 – Priprava rednih obrokov, pa tudi s predmetom Naravoslovje (1. letnik), Matematika (1. letnik – odnosi med količinami – premosorazmerje) .

8. KOMENTARJI IN PREDLOGI:

Modelna učna ura oz. uri, ki sta bili izvedeni, sta po mojem mnenju zelo primerni in koristni iz številnih vidikov učno vzgojnega procesa, saj obsegata številne vsebine in cilje, ki so pomembni in zelo koristni za dijake v okviru njihovega izobraževanja in tudi privatnega življenja. Ustrezne prehranjevalne navade so namreč eden od bistvenih elementov skrbi za človekovo zdravje. Zato je še posebej pomembno, da jih razvijamo že pri otrocih in mladostnikih.

Poleg tega omogočata učna tema in učna enota številne možnosti medpredmetnega povezovanja, kar je tudi pomemben dejavnik kvalitetnega izobraževanja.

Za kvalitetno izvedbo učne enote sta potrebni vsaj dve šolski uri oz. najbolje blok ura in še ena ura za evalvacijo čez nekaj dni oz. čez kak teden.

Pri pripravi ure je koristno in potrebno sodelovanje učiteljev s predmetnih področij, ki so navedena pri medpredmetnih povezavah v 7.točki tega evalvacijskega vprašalnika. Pri izvedbi ure pa je nujno sodelovanje in prisotnost dveh učiteljev, kar se je pokazalo kot zelo koristno in potrebno pri usmerjanju dijakov pri izvedbi posameznih aktivnosti.

Učna ura je po mojem mnenju zelo primerna tako za dijake izobraževalnega programa Srednjega poklicnega izobraževanja kot tudi izobraževalnega programa Srednjega strokovnega izobraževanja. Dijaki, ki so sodelovali pri učni uri, so z veseljem sodelovali pri posameznih aktivnostih, še posebej v eksperimentalnem delu v skupini, kjer so lahko razvijali svoje kompetence sodelovalnega učenja in timskega dela. Potrdili so tudi, da bi si želeli še več takih ur pouka in tudi pri ostalih predmetih oz. predmetnih področjih.

EVALVACIJA VPRAŠALNIK ZA UČITELJA/OPAZOVALCA

Datum: 11. 10. 2011

Šola: Srednja šola za gostinstvo in turizem Maribor

Razred: 2. E

Starost otrok: 17 let

Ime in priimek izvajalca: Ksenja Suban Horvat, prof.

Ime in priimek evalvatorja: Vesna Kolenko, prof.

Učna tema: Določanje energijske gostote obroka

Pilotska učna ura je bila izvedena v drugem letniku v programu gastronom-hotelir na smeri kuhar. Cilj učne ure so bili znati na živilih poiskati podatke o njihovih energijskih vrednostih, izraziti iz teh podatkov energijsko gostoto živil, v tabelah poiskati energijsko vrednost živila, s katerim se dela eksperiment, izračunati energijsko vrednost proučevanega živila glede na njegovo težo, zmeriti volumen živil, katera proučujemo in iz katerih je sestavljena malica, izračunati energijsko gostoto malice, primerjati energijske gostote treh različnih malic.

V izhodiščni fazi je izvajalka napovedala učno temo in v uvodu so dijaki pisno odgovorili na vprašanje, kako pogosto preverjajo na deklaracijah hranilno vrednost živil, ki jih uživajo. Prevladujoča učna oblika je bila delo s celim razredom z učno metodo frontalnega dela. V osrednjem delu so se dijaki najprej razdelili v dvojice in oblika dela se je spremenila v delo v dvojicah, metoda pa je bila metoda opazovanja. Dijaki so iz embalaž različnih živil izpisovali energijske vrednosti živil. Nato je sledila metoda razlage in dijaki so izračunali energijsko gostoto hrane na en gram živila. Tukaj je bila uporabljena medpredmetna povezava z matematiko, saj so obnovili deljenje z desetiškimi števili. Nato so se dijaki razdelili v tri skupine in od izvajalke dobili živila za tri različne malice. Učna gradiva so se mi zdela zelo primerna, ker so bila realna, torej prava živila, uporabljeni pripomočki so bili noži za razrezanje živil, kuhinjske deske, merilni valji in tehtnica ter učni list. Učna oblika v nadaljevanju je bilo skupinsko delo, metoda pa raziskovalna laboratorijska. Dijaki so morali stehtati živila, v tabelah piskati energijsko vrednost posameznega živila in glede na težo izračunati energijsko vrednost živila. Pri računanju so uporabili znanja matematike, saj so računali prema sorazmerja in prebirali podatke iz tabel, pri tehtanju pa sem opazila medpredmetno povezavo z naravoslovjem. V nadaljevanju so dijaki uporabili večšine praktičnega pouka in živila narezali na drobne koščke, da so jih lahko dali v merilni valj in izmerili volumen malice. Nato so lahko izračunali še energijsko gostoto malice na en gram in energijsko gostoto malice na en mililiter. Ob koncu ure je zmanjkalo časa, da bi dobljene vrednosti primerjali, kar bo nadoknadeno v naslednji šolski uri.

Komunikacija med izvajalko in dijaki je bila primerna, dijaki so bili sproščeni in zelo pogosto so spraševali vse kar jih je zanimalo. Dijaki so potrebovali dosti motivacije, jasna, kratka navodila in nenehen nadzor nad izvajanjem dela.

Predlagam, da bi to zanimivo dejavnost izvajali v blok uri, da bi lahko delo opravljali bolj sproščeno, pod manjšim časovnim pritiskom in na koncu ne bi zmanjkalo časa za evalvacijo rezultatov.

Menim pa, da jih je izvajalka motivirala za razmišljanje o temi primerne prehrane za malico in da bodo v prihodnje pozorneje sledili energijski vrednosti živil, ki jih bodo uživali.

Evalvatorka:

Vesna Kolenko, prof.

ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA ZA DIJAKINJE IN DIJAKE

Datum: 11. 10. 2011 in 18. 10. 2011

Šola: Srednja šola za gostinstvo in turizem Maribor

Letnik: 2. e

Starost otrok:

Spol: 2 dekleti in 16 fantov

Ime in priimek evalvatorja: Ksenija Suban Horvat

Učna tema: Določanje energijske gostote malice

Vprašanje za dijakinje in dijake pred pričetkom izvajanja modelne učne ure:

Anketiranje je bilo anonimno, zato je vsak dijak dobil svojo šifro. Sodelovalo je 16 dijakov in dve dijakinji.

Kako pogosto preveriš na deklaraciji energijsko in hranilno vrednost živila, ki ga uživaš?

- a) vedno
- b) zelo pogosto
- c) včasih, tu in tam
- d) redko, komaj kdaj
- e) nikoli

Moja šifra je

Vprašanje za dijakinje in dijake po izvedeni modelni učni uri:

Ali boš odslej bolj pozoren na zapisane podatke o energijski vrednosti na deklaraciji?

- a) da, vsekakor
- b) morda
- c) ne

Moja šifra je

Vprašanje za dijakinje in dijake teden dni po izvedeni modelni učni uri:

Kako pogosto si v zadnjem tednu preveril podatek o energijski in hranilni vrednosti živila?

- a) vedno
- b) zelo pogosto, skoraj vedno
- c) včasih, le tu in tam
- d) redko, skoraj nikoli
- e) nikoli

Moja številka je

Odgovori dijakinj in dijakov so zbrani v spodnji preglednici.

šifra	Kako pogosto preveriš na deklaraciji energijsko in hranilno vrednost živila, ki ga uživaš? Odgovori pred uro	Ali boš odslej bolj pozoren na zapisane podatke o energijski vrednosti na deklaraciji? Odgovori po uri	Kako pogosto si v zadnjem tednu preveril podatek o energijski in hranilni vrednosti živila? Odgovori po enem tednu
1	redko, komaj kdaj	da, vsekakor	redko
2	redko, komaj kdaj	da, vsekakor	redko
3	redko, komaj kdaj	morda	nikoli
4	vedno	da, vsekakor	zelo pogosto, skoraj vedno
5	včasih, tu in tam	morda	redko
6	nikoli	ne	včasih, le tu in tam
7	nikoli	ne	nikoli
8	nikoli	morda	redko
9	nikoli	morda	nikoli
10	nikoli	ne	nikoli
11	včasih, tu in tam	morda	redko
12	redko, komaj kdaj	morda	redko
13	nikoli	ne	nikoli
14	nikoli	ne	nikoli
15	nikoli	morda	redko
16	včasih, tu in tam	morda	zelo pogosto, skoraj vedno
17	nikoli	morda	nikoli
18	včasih, tu in tam	morda	redko

Analiza rezultatov anketiranja

Pred pričetkom učne ure je le en dijak odgovoril, da vedno preveri podatke o energijski in hranilni vrednosti živila, ki ga uživa; pet jih je odgovorilo, da to storijo včasih-le tu in tam, štiri, da to storijo redko-komaj kdaj, osem pa jih je priznalo, da tega ne počenjajo.

Po uri so dijakinje in dijaki razmišljali tako: trije anketirani so odgovorili, da bodo odslej zagotovo pozorni na vrednost o energijski vrednosti živila, 10 jih dopušča možnost, da bodo to morda le storili, šest jih pa tega tudi v bodoče ne bo delalo.

Po preteku enega tedna sta dva dijaka odgovorila, da sta v zadnjem tednu zelo pogosto oz. skoraj vedno prebirala podatke o energijski in hranilni vrednosti živil na embalaži; včasih, le tu in tam je to počel en dijak, redko osem dijakov, sedem dijakov pa sploh ne.