

ELT.4 | Nutriment e sanadad - chapir ils connexs ed agir a moda reflectada

◀ Cumpetenzas precedentas: NUS.1.2		renviaments
1. Las scholaras ed ils scholars san identifitgar ils connexs da differentas influenzas sin la sanadad e concepir l'agen mintgadi uschia ch'el promova la sanadad.		FSP - Sanadad ERC.5.1
<i>Sanadad sco resursa</i>		
ELT.4.1	Las scholaras ed ils scholars ...	
3	a » san declarar il connex da differentas influenzas sin la sanadad (p.ex. nutriment, moviment, detensiun, posiziun dal corp, cundiziuns da lavur, chargias).	
	b » san identifitgar e denominar en il mintgadi cundiziuns, situaziuns e modas d'agir che han in bun resp. in nausch effect per la sanadad (p.ex. giudiment, consum, dependenza dad insatge, moviment).  facturs da sanadad	
	c » identifitgeschan sanadad sco resursa e san denominar tant sfidas sco era strategies per mantegnair tala.	
	d » san declarar l'influenza da facturs politics, economics, socials e culturalas sin cundiziuns da viver d'umans che promovon la sanadad (p.ex. ambient d'abitar, cundiziuns a la piazza da lavur, autezza da las entradas).	

◀ Cumpetenzas precedentas: NUS.1.3		renviaments
2. Las scholaras ed ils scholars san identifitgar influenzas sin il nutriment ed adattar il mangiar ed il baiver a la situaziun.		
<i>Mangiar e baiver</i>		
ELT.4.2	Las scholaras ed ils scholars ...	
3	a » san identifitgar aspects socials e culturalas tar il mangiar e baiver e reflectar davart lur influenzas sin il svilup d'in cumportament da mangiar (p.ex. usits famigliars, peers, reclama, atgnadads culturalas areguard la tscherna da victualias e preparaziun da pasts).  aspects culturalas dal mangiar	
	b » san cumparegliar mangiativas sur ils senns (p.ex. aspect, savur, gust tar suc d'oranschas), descriver caracteristicas sensoricas (p.ex. nianzas da color, intensitad da la savur, grad da la dulzchezza) e formular supposiziuns co ch'i dat differenzas.  sensorica da victualias	
	c » san identifitgar pussaivladads d'agir per in mangiar e baiver che promova la sanadad sco era discutir pretensiuns envers la realisaziun (p.ex. basegn quotidian da liquid, ir enturn cun bavronas che cuntegnan zutger).  concepziun da pasts, tscherna da la bavrona	
	d » san adattar il mangiar ed il baiver a differentas situaziuns e concepir a moda variada.	

◀ Cumpetenzas precedentas: NUS.1.3

3. Las scolaras ed ils scolars san tscherner mangiativas tenor criteris definids.

renviaments

FSP - Economia e consum
NT.7.2

Schelta da mangiativa

ELT.4.3

Las scolaras ed ils scolars ...

3	a	» san giuditgar la tscherna da mangiativas or d'ina perspectiva da la sanadad e formular alternativs d'agir.  recumandaziuns da nutriment: gruppas da vivondas, basegn da nutriment, substanzas nutritivas, ballantscha d'energia	
	b	» san prender infurmaziuns or da designaziuns da mangiativas e giuditgar l'offerta areguard differents aspects (p.ex. sanadad, conservabladad, conservaziun, derivanza, produciun, ecologia, certificaziun).  designaziun da mangiativas	
	c	» san sa basar tar la schelta da mangiativas sin recumandaziuns da nutriment, identifitgar e discutir en quest connex conflicts d'interess e differentas tenutas da valurs.	

◀ Cumpetenzas precedentas: NUS.1.3

4. Las scolaras ed ils scolars san preparar mangiativas resguardond aspects da la sanadad.

renviaments

Preparaziun da mangiativas

ELT.4.4

Las scolaras ed ils scolars ...

3	a	» san resguardar en il tractament da mangiativa l'effect da microorganismes (p.ex. conservabladad, igiena, preparaziun).  igiena en il tractament da mangiativas, microorganismes	
	b	» san preparar sezs pasts cun agid d'in recept.	
	c	» san resguardar caracteristicas da victualias tar l'elavuraziun e tar la preparaziun (p.ex. mantegniment dal gust, consistenza, valor nutritiva; midada da la temperatura, aua, grass).  preparaziun buna per las mangiativas	
	d	» san tscherner e preparar pasts resguardond aspects da la sanadad e da l'ecologia (p.ex. valor energetica e nutritiva da mangiativas, preparaziun che mantegna las substanzas nutritivas, mangiativas stagiunals).	
	e	» san planisar e preparar pasts ch'en adattads a la situaziun (p.ex. pauc temp per preparar las mangiativas, resguardar incompatibilitads da mangiativas, duvrar mangiativas avant maun, pussaivladads finanzialas).  planisaziun da pasts	

- ◀ Cumpetenzas precedentas: NUS.1.3
- 5. Las scolaras ed ils scolars san chapir sfidas globalas da l'alimentaziun d'umans.**

renviaments

FSP - Economia e consum
STS.3.2.c*Sfidas globalas da l'alimentaziun*

ELT.4.5

Las scolaras ed ils scolars ...

3	a	» san mussar a maun da mangiativas exemplaricas ils connexs globals da la producziun da vivondas (p.ex. lieus da producziun, process da producziun, ir enturn cun resursas sco aria, terren, aua, cundiziuns da lavur e da salari).  producziun e distribuziun sin l'entir mund da mangiativas	
	b	» san analisar offertas da mangiativas tenor effects locals e globals (p.ex. charn, pesch, verdura, fritga).	
	c	» sa fatschentan cun dumondas da la garanzia da nutriment per il futur d'ina populaziun mundiala creschenta.  garanzia da nutriment sin tut il mund	
	d	» san discutir pussaivladads d'agir sco contribuziun ad ina garanzia da nutriment sin tut il mund.	