



Zavod
Republike
Slovenije
za šolstvo

Gospodinjstvo

Učbenik za 5. razred osnovne šole

**Prilagojeni izobraževalni program z nižjim
izobrazbenim standardom**

5



Bernarda Kramar



Zavod
Republike
Slovenije
za šolstvo

Bernarda Kramar

GOSPODINJSTVO

Učbenik za 5. razred osnovne šole

**Prilagojeni izobraževalni program z nižjim
izobrazbenim standardom**

5

Ljubljana 2009

Bernarda Kramar

GOSPODINJSTVO 5

Učbenik za 5. razred osnovne šole

**Prilagojeni izobraževalni program z nižjim
izobrazbenim standardom**

<i>Strokovni pregled</i>	dr. Verena Koch in Nika Križnar
<i>Jezikovni pregled</i>	Patricija Vičič
<i>Urednici</i>	mag. Darinka Ložar in Andreja Nagode
<i>Ilustracije</i>	Alenka Vuk
<i>Oblikovanje</i>	Žiga Valetič, Grafični atalje Zenit
<i>Računalniški prelom</i>	Kočevski tisk Kočevje, d. d.
<i>Izdal in založil</i>	Zavod Republike Slovenije za šolstvo
<i>Predstavniki založbe</i>	mag. Gregor Mohorčič
<i>Izvedba</i>	RACMAN Audio Video Studio, d. o. o.
<i>Naklada</i>	120 izvodov Ljubljana, 2009 Prva izdaja

Učbenik je izdan s finančno podporo Ministrstva RS za šolstvo in šport.

Strokovni svet Republike Slovenije za splošno izobraževanje je na svoji 123. seji dne 18. 6. 2009 na podlagi 25. člena Zakona o organizaciji in financiranju vzgoje in izobraževanja (Uradni list RS, št. 115/03 – ZOFVI-UPB3) in 15. člena Pravilnika o potrjevanju učbenikov (Ur. l. RS, št. 57/06) sprejel sklep št. 6130-1/2009/130 o potrditvi učbenika GOSPODINJSTVO 5, učbenika za gospodinjstvo za 5. razred osnovne šole, prilagojeni izobraževalni program z nižjim izobrazbenim standardom.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

64(075.2):376

KRAMAR, Bernarda

Gospodinjstvo 5 [Elektronski vir] : učbenik za 5. razred osnovne šole : prilagojeni izobraževalni program z nižjim izobrazbenim standardom / Bernarda Kramar ; ilustracije Alenka Vuk. - 1. izd. - Ljubljana : Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2009

ISBN 978-961-234-735-2

244060160

© Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2009

Vse pravice pridržane. Brez založnikovega pisnega dovoljenja gradiva ni dovoljeno reproducirati, kopirati ali kako drugače razširjati. Ta prepoved se nanaša tako na mehanske (fotokopiranje) kot na elektronske (snemanje ali prepisovanje na kakršen koli pomnilniški medij) oblike reprodukcije.



KAZALO

1. HRANA, PREHRANA	7
GOSPODINJSKA UČILNICA	8
• OPREMA V GOSPODINJSKI UČILNICI	8
• GOSPODINJSKI PRIPOMOČKI ZA PRIPRAVO IN SERVIRANJE HRANE	9
• Kuhalna posoda	9
• Gospodinjski pripomočki	10
• Jedilna posoda in jedilni pribor	11
• POMEN HIGIENE V KUHINJI	12
DNEVNI OBROKI	15
• KULTURNO UŽIVANJE HRANE	16
• RAVNANJE S KUHINJSKIMI ODPADKI	22
VITAMINI V PREHRANI	24
MALI GOSPODINJSKI APARATI	29
• UNIVERZALNI GOSPODINJSKI APARAT	29
• SOKOVNIK	32
• OŽIMNICA, KONZERVIRANJE IN KONZERVANSI	33
PRAZNOVANJE	38

• • •

2. TEKSTIL, OBLAČILA IN OBUTEV	41
ROČNO ŠIVANJE	42
• ŠIVALNI PRIBOR	42
• PREDNJI IN STIČNI VBOD	45
OBUTEV	53

3. OSNOVE HIGIENE	59
OSEBNA HIGIENA	60
• NEGA ROK IN NOHTOV	60
• NEGA OBRAZA	63
• NEGA TELESA	64
• NEGA NOG IN NOHTOV	65
• NEGA LAS IN LASIŠČA	67
• UPORABA SANITARIJ	68
USTNA HIGIENA IN NEGA ZOB	70
ŠOLSKA TORBA	74

• • •

4. BIVANJE IN OKOLJE	75
MOJA ŠOLA	76
• UREJENOST IN DOMAČNOST ŠOLSKEGA OKOLJA	76
MOJ DOM	79
• STANOVANJSKE ZGRADBE	79
• STANOVANJSKI PROSTORI	80
• POHIŠTVENA OPREMA V SOBI ŠOLARJA	81
• Ležišče	82
• Delovni prostor	83
• Shranjevalno pohištvo	84

• • •

5. EKONOMIKA GOSPODINJSTVA	85
POTREBE	86
SMOTRNA RABA VIROV	88
• SMOTRNA RABA ENERGIJE	88
• SMOTRNA RABA MATERIALA	90
• UPRAVLJANJE S ČASOM	91
• SMOTRNA RABA DENARJA	91
DENAR	93
• NAČINI PLAČEVANJA	93
• VALUTA	94
• VARČEVANJE IN POSOJILO	95



LEGENDA



RAZMISLI IN ODGOVORI



PRAKTIČNA VAJA



RECEPT



SLOVARČEK NOVIH BESED



V TEM POGLAVJU SEM SE NAUČIL

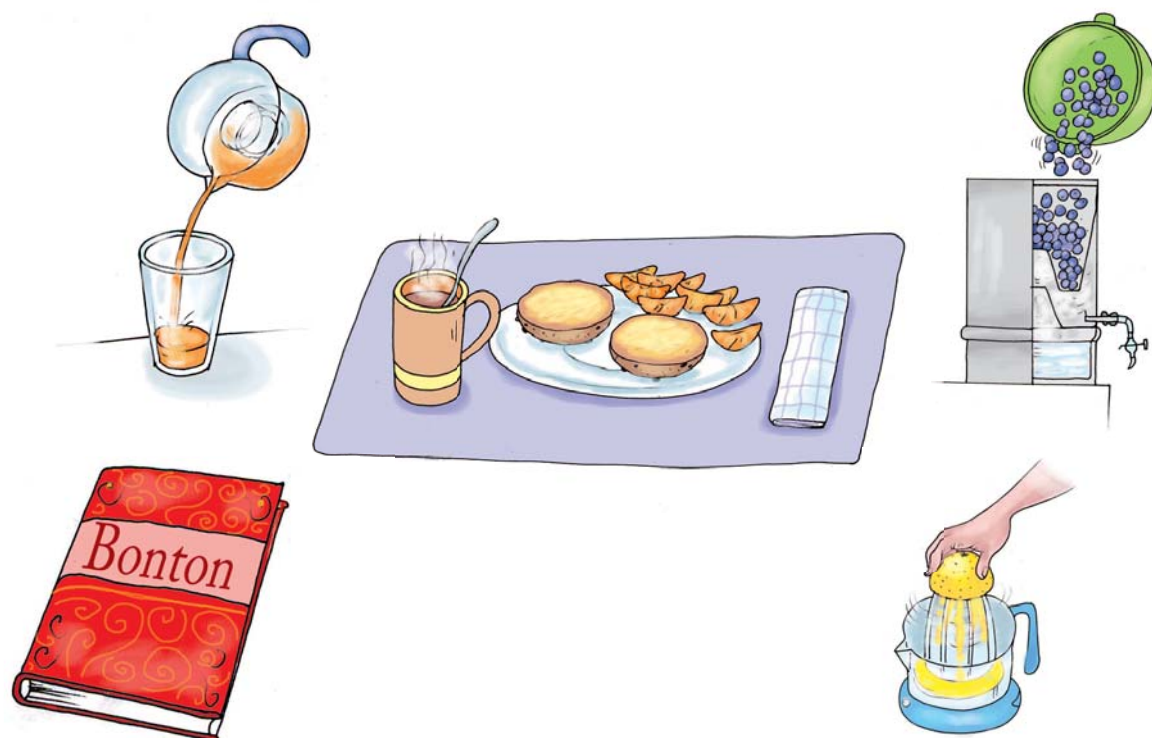


RAZŠIRI SVOJE ZNANJE



HRANA, PREHRANA

Dobre prehranjevalne navade se kažejo v uživanju pravilno sestavljene in pripravljene hrane. Jestiti je potrebno večkrat na dan z enakomernimi vmesnimi presledki. Ne smemo pozabiti tudi na kulturo prehranjevanja. Prostor, kjer se prehranjujemo, naj bo urejen, prijetnega videza, hrana naj bo ustrezno postrežena, prav tako je pomembno naše vedenje pri mizi. O vsem tem govori prvo poglavje učbenika. Izvedel pa boš tudi nekaj o opremi v gospodinjski učilnici, konzerviranju živil, ozimnici ipd.



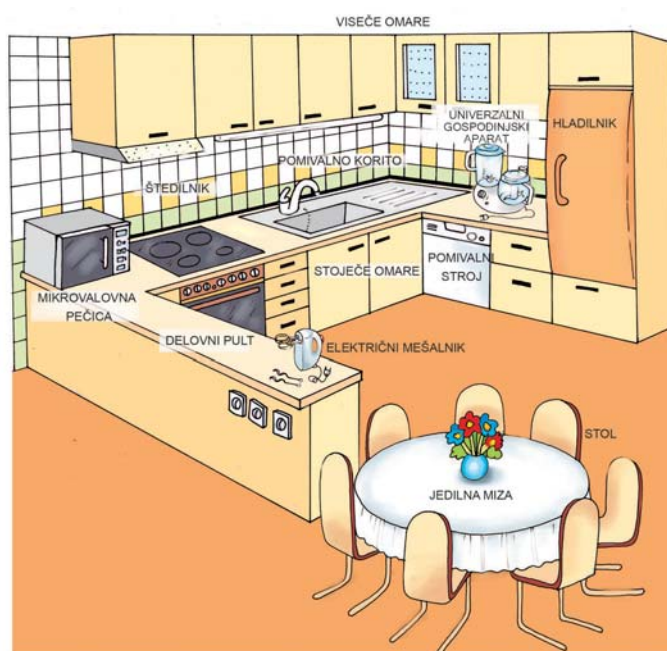
GOSPODINJSKA UČILNICA

Verjetno si opazil, da se gospodinjska učilnica razlikuje od drugih učilnic. Lahko bi rekli, da je podobna domači kuhinji. Premisli in naštej, kaj vse delamo v kuhinji.

OPREMA V GOSPODINJSKI UČILNICI

Opremo v gospodinjski učilnici sestavljajo **stoječe** in **viseče omare**, **delovni pult**, **pomivalno korito**, **jedilna miza**, **stoli** ter **veliki** in **mali gospodinjski aparati**. V stoječih in visečih omarah shranjujemo kuhalno in jedilno posodo, kuhinjske pripomočke, jedilni pribor ter nekatera živila. Na delovnem pultu hrano pripravljamo. Kulturno uživanje hrane nam omogoča prostor, kamor postavimo jedilno mizo in stole. K velikim gospodinjskim aparatom uvrščamo **štedilnik**, **pečico**, **hladilnik**, **zamrzovalnik** in **pomivalni stroj**. Med male gospodinjske aparate sodita **mikrovalovna pečica**, **univerzalni gospodinjski aparat** in še številni drugi aparati. Veliki in mali gospodinjski aparati so nam v veliko pomoč pri pripravi hrane.

S pomočjo ilustracije poimenuj opremo v gospodinjski učilnici.



GOSPODINJSKI PRIPOMOČKI ZA PRIPRAVO IN SERVIRANJE HRANE

Opiši krožnik, ki bi ga izbral za serviranje juhe, ter krožnik za tortico. Kateri jedilni pribor bi pri tem uporabil?

Kuhalna posoda

Kuhalna posoda je posoda, ki je namenjena kuhanju hrane. Materiali, iz katerih je narejena takšna posoda, morajo biti odporni na visoke temperature in udarce. Ta posoda je različnih oblik in velikosti. Pravilna izbira kuhalne posode omogoča tudi ekonomično pripravo jedi.



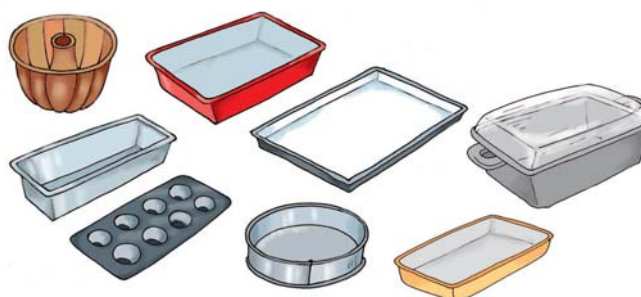
lonec, ekonom lonec



kozice



ponve



pekači

Maja si želi pogreti mleko. Razmisli in povej, katera ilustracija prikazuje pravilno izbiro kuhalne posode.



Gospodinjski pripomočki

Poimenuj gospodinjske pripomočke in povej, za kaj jih uporabljamo.

Gospodinjski pripomočki so pripomočki, ki jih uporabljamo za pripravo hrane.



nož



nož za kruh



lupilec



tlačilka za krompir



cedila



strgalo



ožemalec



zajemalka



kuhalnica



kladivo za meso



deska



valjar



metlica



lopatica

Jedilna posoda in jedilni pribor

Jedilno posodo in **jedilni pribor** uporabljamo za uživanje hrane. K jedilni posodi uvrščamo krožnike, skledice, skodelice in kozarce. Osnovni jedilni pribor sestavljajo žlica, vilica in nož. Poznamo pa tudi posebne jedilne pribore, ki jih uporabljamo, na primer, za uživanje rib ali sladice.

• Jedilna posoda



globoki
krožnik



plitvi
krožnik



desertni
krožnik



sklede



skodelice



kozarci

- Jedilni pribor



žlica



vilica

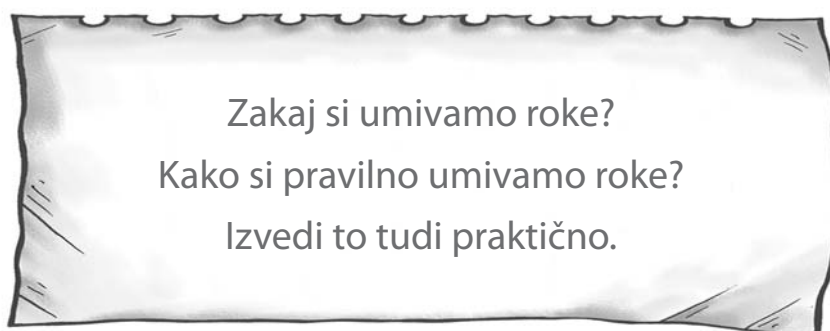


nož

desertna
žličkadesertna
vilicadesertni
nožnož za
ribe

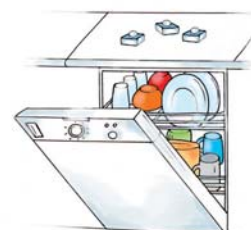
Iz revij in katalogov izreži slike, ki prikazujejo kuhinjsko opremo, aparate, pripomočke in pribor, ter izdelaj plakat.

POMEN HIGIENE V KUHINJI



Higiena v kuhinji je pomembna, saj le na ta način preprečimo, da bi hrano med pripravo okužili. Zato v vsaki kuhinji veljajo higienska pravila:

- Skrbimo za osebno higieno.
- Skrbimo za čistočo posode, kuhinjskih pripomočkov in jedilnega pribora.



- Vzdržujemo čistočo opreme, delovnih površin in aparatov.



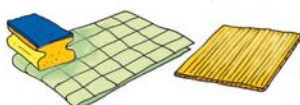
Preverimo, ali je električni aparat izklopljen iz električne vtičnice.



- Ostanke hrane in druge odpadke sproti odnašamo. Pri tem poskrbimo za ločevanje odpadkov, kar pomeni, da jih odlagamo v različne, v ta namen pripravljene zabojnike.



Pri izbiri čistil in drugih pripomočkov za čiščenje upoštevamo vrsto materialov, iz katerih so površine, ki jih želimo očistiti. Pri tem si pomagamo z navodili, ki so zapisana na čistilnih sredstvih. Izberajmo čistila, ki so okolju prijazna, in bodimo varčni pri njihovi uporabi. Ne pozabimo tudi na lastno zaščito. Nadenimo si predpasnik, rokavice, in če imamo dolge lase, si jih spnimo v čop.



NAVODILO ZA UPORABO

Velike površine:
Zlijte 2 zamaška čistila
v vedro in ga do polovice
napolnite z vodo.
Splakovanje ni potrebno.

Trdovratni madeži:
Zlijte nekaj kapljic čistila
neposredno na madeže.
Obrišite z mokro krpo.
Površine v stiku s hrano
dobro sperite z vodo.



Slovarček novih besed

aparat – priprava za opravljanje določenega dela

higiena – skrb za čistočo



V tem poglavju sem se naučil

Opremo v gospodinjski učilnici sestavljajo **stoječe** in **viseče omare**, **delovni pult**, **pomivalno korito**, **jedilna miza**, **stoli** ter **veliki** in **mali gospodinjski aparati**.

Kuhalna posoda je posoda, ki je namenjena kuhanju hrane.

Gospodinjski pripomočki so pripomočki, ki jih uporabljamo za pripravo hrane.

Jedilno posodo in **pribor** uporabljamo za uživanje hrane.

K jedilni posodi uvrščamo krožnike, skleda in skodelice. Osnovni jedilni pribor sestavljajo žlica, vilica in nož.

Higiena v kuhinji je pomembna, saj le na ta način preprečimo, da bi hrano med njeno pripravo okužili. Zato skrbimo za osebno higieno, za higieno kuhinjske opreme, aparatov, posode, pripomočkov ter pribora. Ostanke hrane in druge odpadke sproti odnašamo. Poskrbimo za ločeno zbiranje odpadkov.



Razširi svoje znanje

Znanje o osebni higieni in higieni kuhinje, ki si ga pridobil v šoli, primerjaj s svojimi dosedanjimi izkušnjami. Izdelaj miselni vzorec o tem, kako boš spremenil osebne higienske navade in kaj boš upošteval pri pripravi hrane.

DNEVNI OBROKI

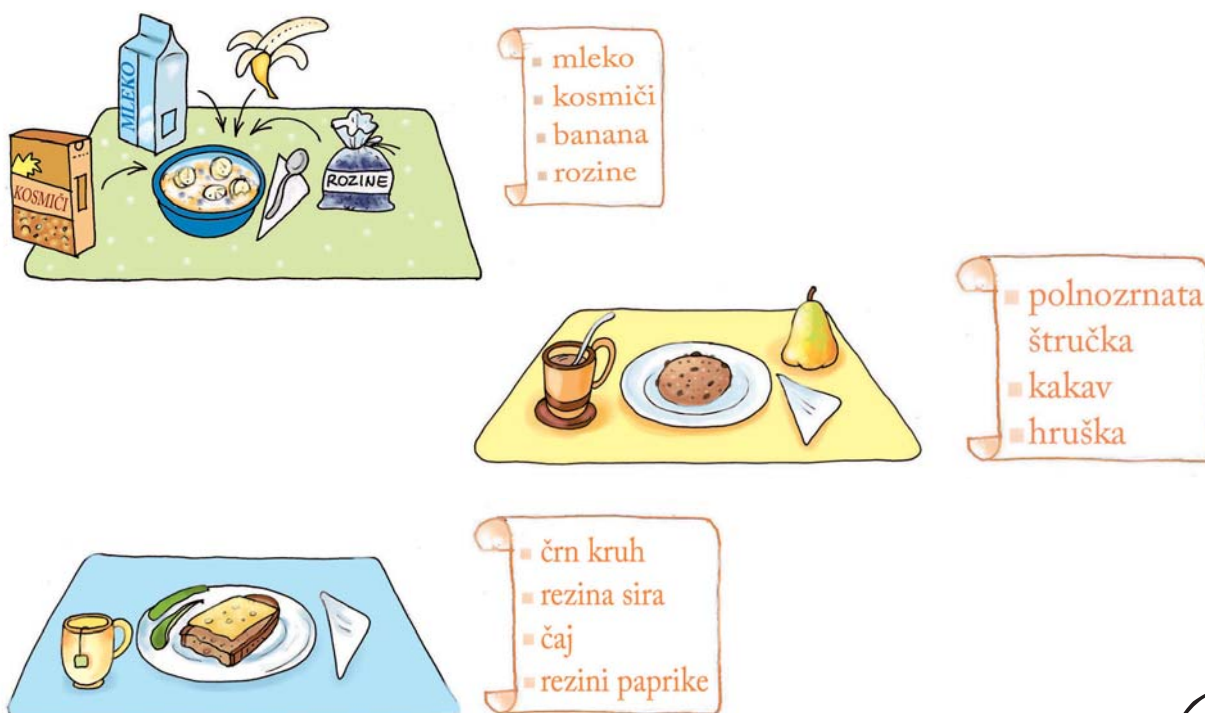
Pomisli, kdaj, kaj in koliko si pojedel včeraj.

Človek, ki se zdravo prehranjuje, je večkrat na dan. Hrano, ki jo zaužijemo v enem dnevu, razdelimo na pet dnevnih obrokov: **zajtrk**, **dopoldansko malico**, **kosilo**, **popoldansko malico** in **večerjo**. S takim načinom prehranjevanja telesu zagotovimo enakomerno oskrbo s hranilnimi snovmi in z energijo, ki jo potrebujemo za delo, učenje ter vse, kar počnemo. Posebno pozornost moramo nameniti zajtrku, saj je po prespani noči prvi obrok, ki telesu vrne zaloge porabljene energije. Zajtrk naj bo skrbno načrtovan. Bogat naj bo z živili, ki dajejo telesu **energijo** (kruh, razni kosmiči in kaše). Vsebuje naj tudi živila, ki so potrebna **za rast in razvoj** (mleko in mlečni izdelki), ter živila, ki **telo varujejo pred boleznimi** (sadje in zelenjava).

Če sodiš v tisto skupino ljudi, ki ne uživajo zajtrka, verjetno v šoli komaj čakaš na malico. Tudi šolska malica naj bo skrbno načrtovana. Prav tako kot zajtrk naj tudi malica vsebuje:

- živila, ki dajejo energijo,
- živila, ki so potrebna za rast in razvoj, ter
- živila, ki telo varujejo pred boleznimi.

Vendar pa se moramo zavedati, da šolska malica ne nadomesti zamujenega zajtrka.

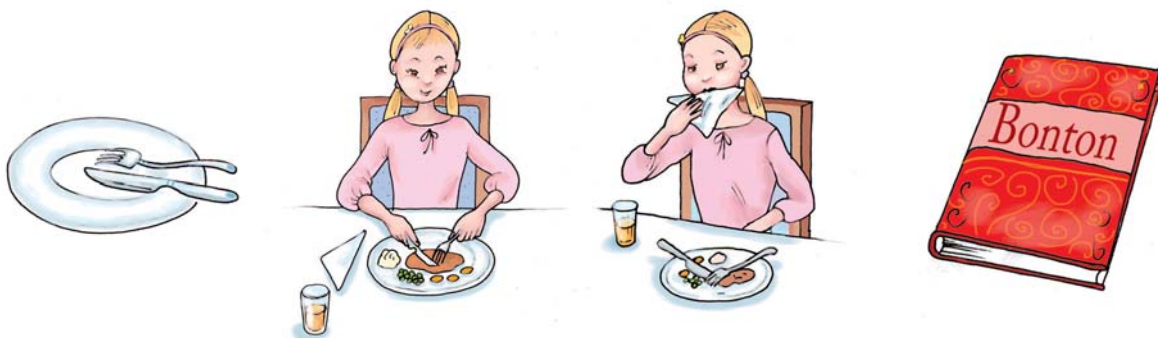


KULTURNO UŽIVANJE HRANE

Kaj pomeni kulturno uživanje hrane?
Pomagaj si s spodaj naštetimi nasveti.

- Roke si umivamo pred in po jedi.
- Pravilno uporabljamo jedilno posodo.
- Uporabljamo jedilni pribor.
- Jemo počasi.
- S polnimi usti ne govorimo.
- Pred pitjem si obrišemo usta.
- Kruh prijemamo z roko.
- Z roko prijemamo tudi kose perutnine, sendviče, sadje in drobno pecivo.
- Prevroče juhe ne pihamo.
- Če želimo imeti med jedjo proste roke, pribor na krožniku za trenutek prekrizamo.
- Po končani jedi položimo nož in vilice vzporedno na krožnik.

Več o lepem vedenju si lahko prebereš v knjigi o bontonu.



Pripravili bomo nekaj zajtrkov oziroma malic, pred tem pa se bomo naučili narediti pogrinjek, da bomo pripravljene jedi lahko kulturno zaužili.



Zajtrk – jogurt s kosmiči in sadjem (za 1 osebo)

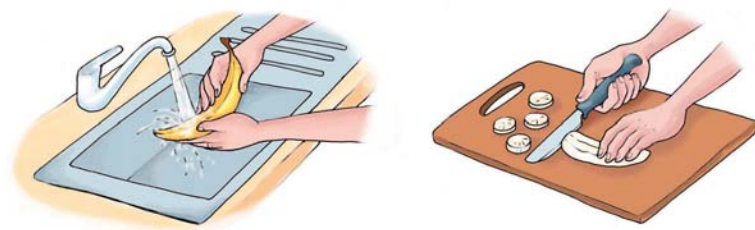
Potrebujemo:

- jogurt z manjšo vsebnostjo maščob
- 3 žlice kosmičev
- sadež (banano, jabolko ali hruško)

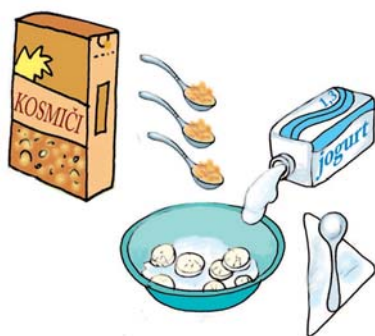
Pripomočki:

- deska
- nož
- skodelica
- žlička

Potek dela:



Banano operemo, olupimo in narežemo na majhne koščke.



Koščke banane stresemo v manjšo skledo ter dodamo jogurt in kosmiče.





Zajtrk – polnozrnata štručka, maslo, kakav, pomaranča (1 oseba)

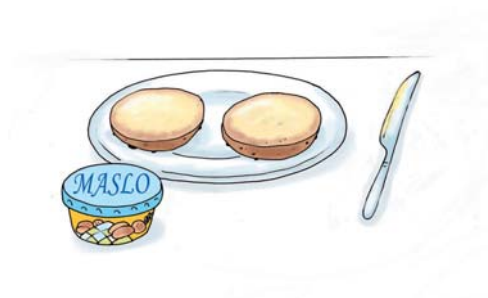
Potrebujemo:

- polnozrnato štručko
- 20 g masla
- 2 dcl mleka z manjšo vsebnostjo maščob
- 2 žlički kakava
- pomarančo

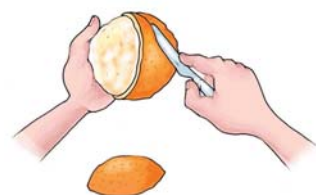
Pripomočki:

- nož za kruh
- nož za maslo
- desertni krožnik
- lonček
- skodelica
- žlička

Potek dela:



Štručko z nožem za kruh prerežemo in jo namažemo z maslom.



Pomarančo olupimo.



V manjšem lončku pogrejem mleko in ga nalijemo v skodelico. Dodamo dve žlički kakava ter zmešamo.





Malica – prosena kaša s suhim sadjem (za 1 osebo)

Potrebujemo:

- 2 žlici prosene kaše
- 2 dcl mleka
- pest suhega sadja po okusu (rozine, slive, marelice)
- ščepec soli
- žličko sladkorja

Pripomočki:

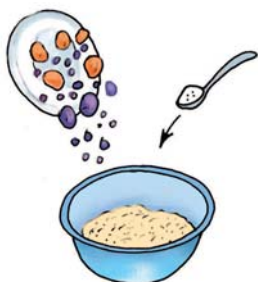
- cedilo
- kozica
- kuhalnica
- skleda
- žlička

Potek dela:



Kašo očistimo tujih delcev, operemo in odcedimo.

Mleko zavremo, solimo in dodamo kašo. Kašo na nizki temperaturi kuhamo 20 minut. Vmes večkrat premešamo.



Kuhano kašo prelijemo v skledo, dodamo pest suhega sadja in potresemo s sladkorjem.



Malica – črn kruh, ribji namaz, čaj (za 1 osebo)

Potrebujemo:

- košček črnega kruha
- ribji namaz (mala pločevinka tune, trdo kuhano jajce, trikotnik topljenega sira, kislá kumarica, žlička majoneze in žlička gorčice)
- čaj v filter vrečki po okusu
- 2 dcl vode

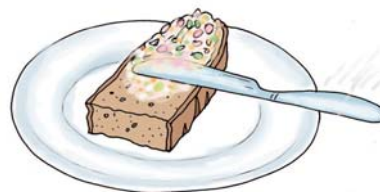
Pripomočki:

- nož za kruh
- deska
- skleda
- žlica
- lonček
- žlička
- desertni nož
- desertni krožnik

Potek dela:



Ribji namaz pripravimo tako, da v skledi zmešamo tuno, topljeni sir, majonezo, gorčico, na drobno narezano trdo kuhano jajce in kumarico.



Ko je namaz pripravljen, ga namažemo na kruh.



Vodo zavremo, z njo prelijemo čajno vrečko, pokrijemo in pustimo stati nekaj minut.



Razširi svoje znanje

Osvojeno znanje o pripravi zajtrkov in malic prenesi v domače okolje ter svoji družini pripravi zajtrk.

RAVNANJE S KUHINJSKIMI ODPADKI

Kaj pomeni ločeno zbiranje odpadkov?
Ali v tvoji družini ločujete odpadke?

Kuhinjski odpadki so odpadki, ki v gospodinjstvu predstavljajo največji delež odpadkov in so sestavljeni iz različnih snovi. Med kuhinjske odpadke prištevamo biološke odpadke, papir, plastiko, pločevino, steklo, kosovne odpadke in nevarne odpadke. Večino teh odpadkov odlagamo v zabojnike, ki so temu namenjeni: v zabojnike za papir, steklo, plastiko in biološke odpadke. To so koristni odpadki, saj jih kasneje industrijsko predelamo in postanejo spet uporabni. Pravimo, da jih **recikliramo**.



Med **kosovne odpadke** sodijo pohištvo, vzmetnice, oblazinjeno pohištvo, svetila, veliki kovinski in železni kosi. Kosovni odpadki se odvažajo po urniku, ki velja za posamezno področje.

Posebno pozornost moramo nameniti odpadkom, kot so razna čistila, dezinfekcijska sredstva, zdravila, baterije. To so **nevarni odpadki**. Nevarni odpadki morajo biti zaprti v embalaži, ki omogoča varen prenos do zbirnega mesta. Teh odpadkov nikoli ne mešamo med seboj.



Kosovni odpadki



Nevarni odpadki

Z ločenim zbiranjem odpadkov prispevamo k čistejšemu okolju. Zmanjšata se količina skupnih odpadkov na odlagališčih in poraba energije za pridobivanje novih surovin.

Klasični zabojnik za smeti je namenjen raznim odpadkom, ki ne sodijo v druge zabojnike.



Slovarček novih besed

biološki odpadki – odpadki, ki so del žive narave (ostanki sadja in zelenjave, jajčne lupine, čajne vrečke, veje, listje)

dezinfekcijsko sredstvo – snov, ki je namenjena uničevanju zdravju škodljivih mikroorganizmov

kosovni odpadki – odpadki iz gospodinjstev, ki zaradi svoje velikosti in teže niso primerni za odlaganje v zabojnike za običajne odpadke

nevarni odpadki – odpadki, ki imajo eno ali več nevarnih lastnosti

V tem poglavju sem se naučil



Kuhinjski odpadki so odpadki, ki v gospodinjstvu predstavljajo največji delež odpadkov in so sestavljeni iz različnih snovi. Med kuhinjske odpadke prištevamo organske odpadke, papir, plastiko, pločevino, steklo, kosovne odpadke in nevarne odpadke. Večino teh odpadkov odlagamo v zabojnike, ki so temu namenjeni: v zabojnike za papir, steklo, plastiko in biološke odpadke. To so koristni odpadki, saj jih kasneje industrijsko predelamo in postanejo spet uporabni. Pravimo, da jih **recikliramo**.

VITAMINI V PREHRANI

Raje ješ sadje ali zelenjavo? Naštej različne vrste sadja in zelenjave.

Vitamine uvrščamo med **zaščitne snovi**, saj ščitijo naše telo pred različnimi boleznimi. Večina vitaminov se nahaja v sadju in zelenjavi. Pomembno je, da ta živila čim pogosteje uživamo toplotno neobdelana (presna), saj so nekateri vitamini zelo občutljivi. Uničujejo jih visoka temperatura, svetloba in kisik iz zraka. Vitamine označujemo z velikimi črkami abecede. Na ilustraciji si oglej, kateri vitamini se nahajajo v določenem sadju oziroma zelenjavi.

Vitamin A



Vitamin D



Vitamin B



Vitamin E



Vitamin C



Vitamin K



Vsak izmed naštetih vitaminov ima v našem organizmu posebno vlogo.



Slovarček novih besed

citrusi – južno sadje kiselkastega okusa (limone, pomaranče, mandarine, grenivke)

vitamini – hranilne snovi, ki jih telo potrebuje v majhnih količinah; so predvsem v svežem sadju in zelenjavi; ščitijo naš organizem pred boleznimi in skrbijo za pravilen potek življenjskih procesov

zaščitne snovi – snovi, ki ščitijo naše telo pred različnimi boleznimi; npr. vitamini



V tem poglavju sem se naučil

Vitamine uvrščamo med **zaščitne snovi**, saj ščitijo naše telo pred različnimi boleznimi. Večina vitaminov se nahaja v sadju in zelenjavi. Pomembno je, da ta živila čim pogosteje uživamo toplotno neobdelana (presna), saj so nekateri vitamini zelo občutljivi. Uničujejo jih visoka temperatura, svetloba in kisik iz zraka. Vitamine označujemo z velikimi črkami abecede.



Priporočljivo je, da pojemo 400 gramov sadja oziroma zelenjave na dan. Seveda ne naenkrat, ampak po malem pri vsakem obroku.



Pomarančni sok (za 1 osebo)

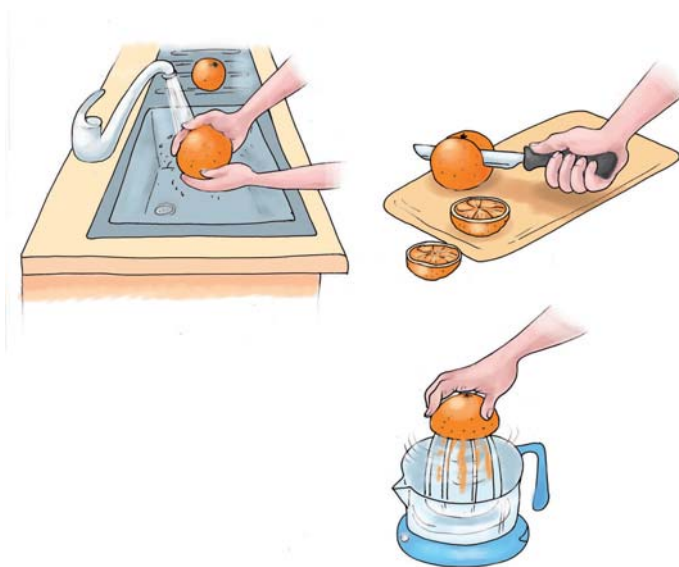
Potrebujemo:

- 2 pomaranči

Pripomočki:

- deska za rezanje
- nož
- ožemalnik
- kozarec

Potek dela:



Oprani pomaranči prerežemo na polovico in ožamemo.



Sveže stisnjen sok nalijemo v kozarec.



Limonada (za 1 osebo)

Potrebujemo:

- limono
- žlico medu
- 2 dcl vode

Pripomočki:

- deska za rezanje
- nož
- ožemalnik
- kozarec
- žlica

Potek dela:



Oprano limono prerežemo na polovico in ožamemo.



V kozarec z vodo nalijemo limonin sok in dodamo med. Vse skupaj dobro premešamo.



Sadna solata (za 4 osebe)

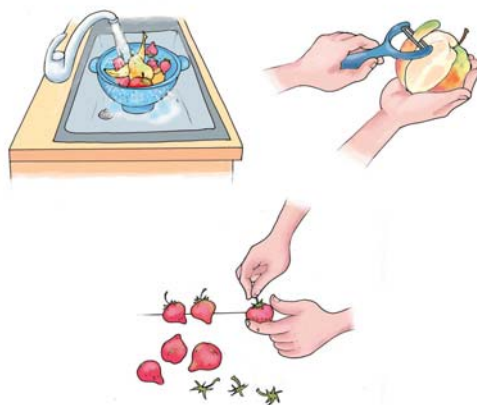
Potrebujemo:

- jabolko
- banano
- hruško
- ½ melone
- 200 g jagod
- pest rozin
- 3 žlice medu
- sok ½ limone

Pripomočki:

- skleda
- deska
- lupilec
- nož
- skodelice
- žličke

Potek dela:



Sadje operemo, olupimo in odstranimo peške. Jagodam odstranimo peclje.



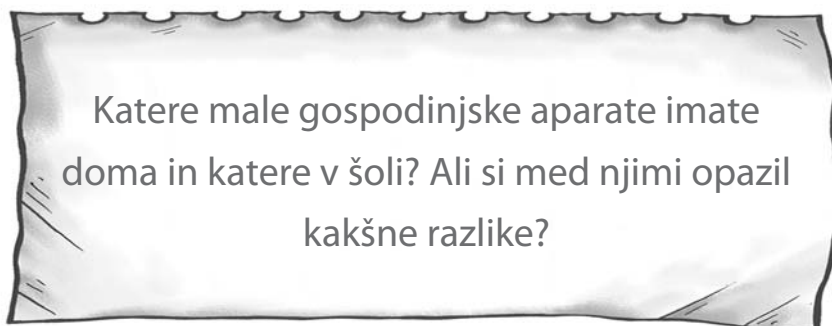
Očiščeno sadje narežemo na majhne koščke in ga stresemo v skledo.



Dodamo mu oprane rozine, med, limonin sok ter vse skupaj dobro premešamo.



MALI GOSPODINJSKI APARATI



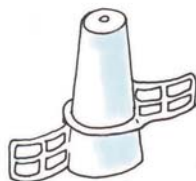
Mali gospodinjski aparati nam lajšajo delo, omogočajo hitrejšo pripravo živil in tudi delo je bolj higiensko. Zato si kar težko predstavljamo, da v kuhinji ne bi imeli vsaj enega malega gospodinjskega aparata. Spoznali bomo **univerzalni gospodinjski aparat** in **sokovnik**.

UNIVERZALNI GOSPODINJSKI APARAT

Univerzalni gospodinjski aparat prav gotovo sodi med najuporabnejše male gospodinjske aparate, saj vsebuje veliko pripomočkov za pripravo hrane in pijač. Z univerzalnim gospodinjskim aparatom lahko:

- sekljamo zelenjavo, sadje ali oreščke,
- meljemo meso,
- stepamo smetano, beljak,
- gnetemo testo,
- strgamo korenje, čokolado,
- ožemamo citruse,
- meljemo kavo,
- mešamo napitke, kreme, paštete.

Deli univerzalnega gospodinjskega aparata

univerzalni
nožnastavek za
stepanjenastavek za
gnetenjenastavka za
strganje in
rezanjenastavek za
ožemanjenastavek za
mletje kavenastavek za
mešanje

Po končanem delu moramo električne gospodinjske aparate najprej izključiti iz električnega omrežja. Z vlažno, dobro ožeto krpo obrišemo ohišje aparata. Snemljive dele operemo pod tekočo vodo ali v pomivalnem stroju.



Ob pomoči učitelja boste spoznali delovanje univerzalnega gospodinjskega aparata in pripravili okusen napitek.



Sadni sok s smetano (za 2 osebi)

Potrebujemo:

- banano
- 8 jagod
- limono
- sladko smetano

Pripomočki:

- univerzalni gospodinjski aparat
- deska
- nož
- visok kozarec
- žlička

Potek dela:



Banano operemo, olupimo in narežemo na koščke. Jagode operemo ter jim odstranimo peclje.



Sadje stresemo v aparat in zmeljemo. Sok nalijemo v kozarec.



Stepemo sladko smetano. Pazimo, da čas stepanja ni predolg.



SOKOVNIK

S pomočjo **sokovnika** iz sadja in zelenjave stisnemo sok. Sveži sokovi vsebujejo veliko več vitaminov kot sokovi, ki jih kupimo v trgovini. Poleg tega industrijsko pripravljene sokovi pogosto vsebujejo dodatke, kot so umetna sladila, barvila, arome in konzervansi. Dolgotrajno in prekomerno uživanje teh snovi lahko resno škoduje našemu zdravju.



Sadno-zelenjavni sok (za 1 osebo)

Potrebujemo:

- jabolko
- korenček

Pripomočki:

- sokovnik
- deska
- nož
- kozarec

Potek dela:



Jabolko in korenček operemo.



S pritiskom na gumb vključimo sokovnik. S posebnim nastavkom potiskamo primerno velike koščke v odprtino, pristavimo kozarec in počakamo, da priteče sok.

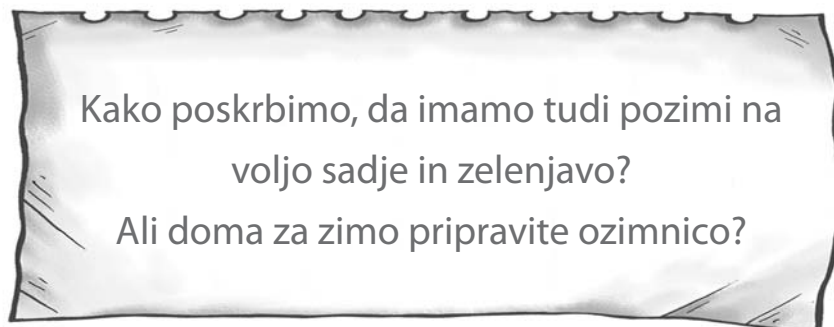


Slovarček novih besed

umetno sladilo – snov, ki je sladkega okusa; ne daje energije in je namenjena bolnikom s sladkorno boleznijo

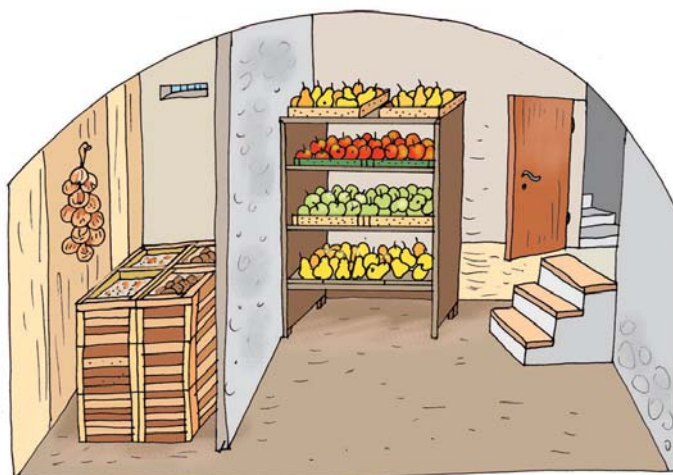
konzervansi – snovi, ki so dodane živilom z namenom, da jim podaljšajo obstojnost

OZIMNICA, KONZERVIRANJE IN KONZERVANSI



Za **ozimnico** so primerne določene vrste sadja in zelenjave, ki jih shranjujemo za daljši čas pri primerni kletni temperaturi (5 °C–15 °C). Lahko pa sadje in zelenjavo pred shranjevanjem tudi drugače pripravimo – **konzerviramo**. Ozimnico si pripravimo v času, ko sta sadje in zelenjava zrela, in ju tako lahko uživamo tudi čez zimo.

Včasih, ko prehrambena industrija še ni bila tako razvita, je bila priprava ozimnice doma skoraj obvezna. Danes se za pripravo ozimnice odloča manj ljudi (posebej v mestih), saj imamo na trgovskih policah skozi vse leto pestro izbiro živil. Poleg tega doma povečini nimamo primernih kleti in shramb za shranjevanje ozimnice. Vendar pa se vse več ljudi zaveda pomena zdrave prehrane in njene pridelave, zato se mnogi odločajo za domačo pridelavo sadja in zelenjave. To nato vlagajo, sušijo, iz nje pripravljajo naravne sokove, pečejo kruh.

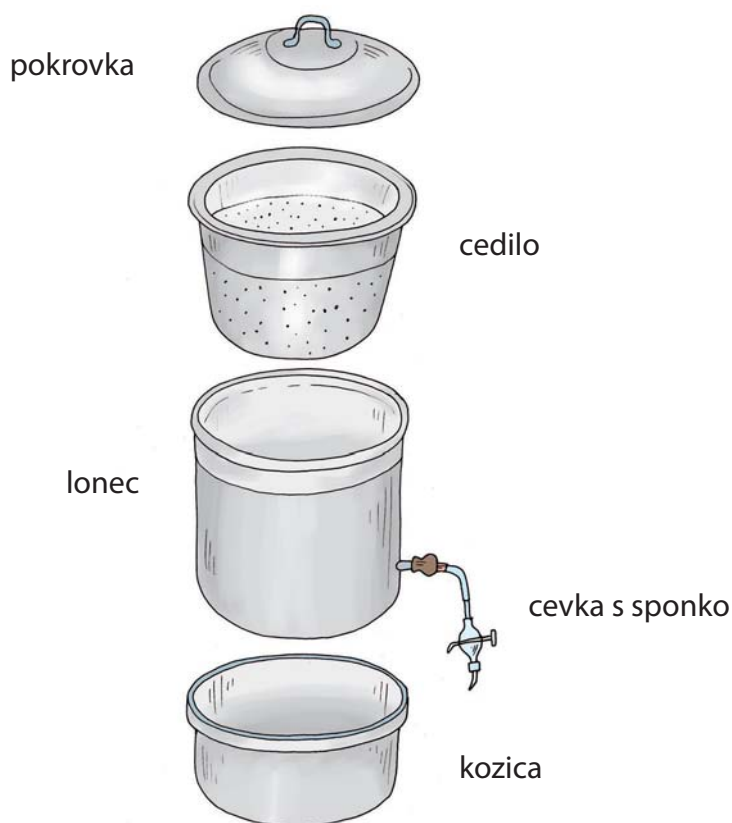


Konzerviranje je vsak postopek, s katerim podaljšamo živilom obstojnost. Načinov konzerviranja je več, na primer konzerviranje s pomočjo visokih temperatur (do 100 °C), s kisom, sladkorjem, z uporabo kemičnih konzervansov. S temi postopki preprečimo kvarjenje živil.

Konzervansi so snovi, ki jih dodajamo živilom, da jim podaljšamo rok uporabe. Ker so to večinoma sintetično pripravljene snovi, se raje odločimo za uživanje živil, ki ne vsebujejo konzervansov. To je tudi eden izmed vzrokov, zakaj si mnogi izmed nas sami pripravimo nekatera živila za ozimnico.



Nekatere vrste sadja in zelenjave lahko tudi sočimo. Za pripravo sokov na ta način najpogosteje uporabimo sokovnik, ki s pomočjo pare iz sadja in zelenjave izloči sok in ju tako konzervira.





Grozdni sok

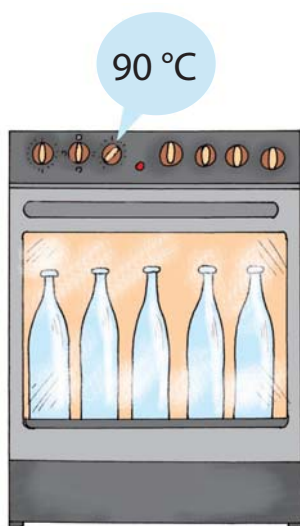
Potrebujemo:

- 5 kg grozdja

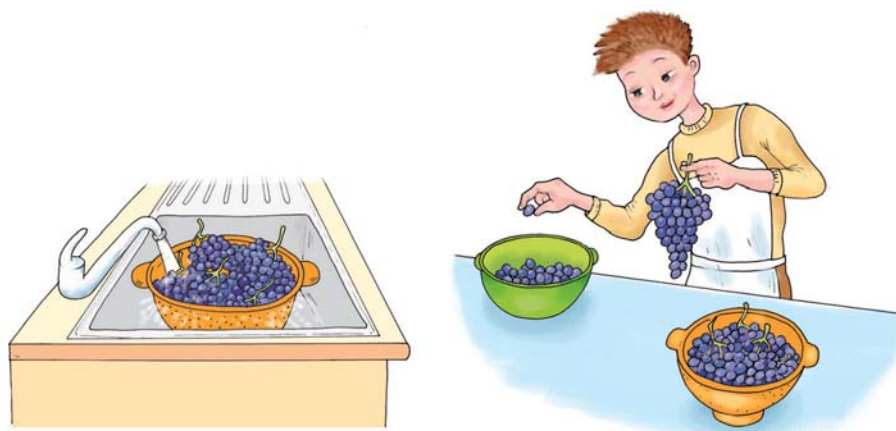
Pripomočki:

- sokovnik za sočenje
- steklenice
- cedilo
- gumijasti zamaški
- etikete

Potek dela:



Steklenice dobro pomijemo ter jih pred uporabo segrejemo v pečici na temperaturo 90 °C.



Grozdje operemo in oberemo jagode.



V kozico sokovnika nalijemo vodo, sokovnik sestavimo in na kuhališču segrevamo toliko časa, da voda zavre.



V cedilo sokovnika stresemo grozdne jagode, pokrijemo in sočimo 1 uro. Ko priteče prvi liter soka, ga vlijemo nazaj v sokovnik, ker je navadno vodén.



Sok natočimo v segrete steklenice do vrha in jih še vroče zamašimo.



Steklenice ohladimo, preverimo, če so dobro zaprte, jih opremimo z etiketo, na kateri so podatki o vrsti soka, datumu polnjenja ter roku uporabe.

Poleg grozdja lahko sočimo tudi jagode, maline, češnje, slive, jabolka, hruške, breskve. Od zelenjave so za sočenje primerni korenje, pesa, paradižnik.

**Slovarček novih besed**

etiketa – nalepka

konzerviranje – postopek, s katerim živilu podaljšamo obstojnost

ozimnica – določena vrsta sadja in zelenjave, shranjena za daljši čas pri primerni kletni temperaturi (5 °C–15 °C)

sočenje – pridobivanje soka iz sadja in zelenjave s segrevanjem

**V tem poglavju sem se naučil**

Za **ozimnico** so primerne določene vrste sadja in zelenjave, ki jih shranjujemo za daljši čas pri primerni kletni temperaturi.

Konzerviranje je vsak postopek, s katerim podaljšamo živilom obstojnost.

Konzervansi so snovi, ki jih dodajamo živilom, da jim podaljšamo rok uporabe.

PRAZNOVANJE

Ali se spomniš kakšnega praznovanja?

Praznik, naj bo osebni ali ob kateri drugi priložnosti, je za mnoge ljudi prijeten dan, povezan s praznovanjem, druženjem. Nekateri državni in cerkveni prazniki so tudi dela prosti dnevi. Tako imamo priložnost, da te dneve primerno praznujemo ali da počnemo stvari, ki nas veselijo. Otroci pa se prav gotovo veselite svojega rojstnega dne.



Pripravili bomo praznovanje rojstnega dne. Da bo praznovanje uspešno, moramo izdelati načrt za potek praznovanja. Izdelati je potrebno vabila, izbrati darilo za slavljenca, pripraviti pogrinjek, sestaviti voščilo.

• Vabilo

Na praznovanje vabimo ustno ali pisno. To storimo vsaj en teden pred praznovanjem. V pisnem vabilu moramo napisati, na kateri dogodek vabimo, kdaj bo ta dogodek in kje.

Ljubljana, 20. 8. 2009

Draga Lara,

vabim te

na praznovanje

svojega rojstnega dneva.

Praznovanje bo v nedeljo, 26. 8. 2009,

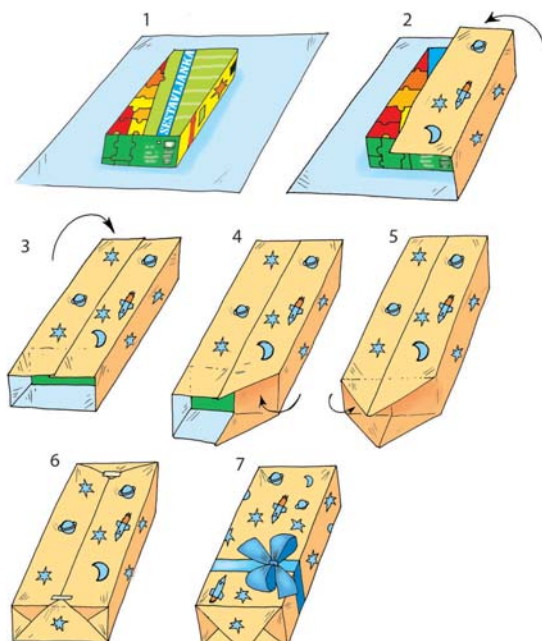
ob 16. uri pri meni doma.

Anja



• Darilo

Pri izbiri darila je pomembnejša njegova izvirnost kot pa vrednost. Draga darila niso vedno tudi primerna.



• Voščilo

Voščilo je sporočilo, ki ga nekomu izrečemo ali napišemo ob posebni priložnosti.



• Pogrinjek

Pogrinjek izberemo glede na vrsto praznovanja, število povabljenih in izbran jedilnik.

**Razširi svoje znanje**

Za svoj rojstni dan izdelaj vabilo, pomagaj pri pripravi jedi in pogrinjka.



TEKSTIL, OBLAČILA IN OBUTEV

Gotovo se strinjaš, da je poleg osebne higiene pomembna tudi urejenost oblačil in obutve. Pogosto se nam zgodi, da nam odpade gumb na srajci ali se odpara rob na hlačah ali krilu. Takrat verjetno prosiš za pomoč odrasle. Vendar pa postajaš čedalje samostojnejši, zato je pravi čas, da se naučiš nekaj osnov šivanja. Prišli bomo gumb, vadili rezanje in striženje. Po korakih bomo spoznali nekaj različnih vbodov in naredili uporaben izdelek. To poglavje govori tudi o obutvi. Spoznal boš, kako se čevlji razlikujejo po namenu uporabe, kako jih vzdržujemo in zakaj je to pomembno.



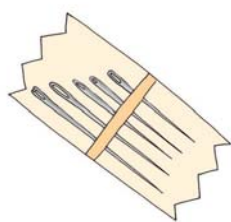
ROČNO ŠIVANJE

Kaj storiš, ko ti odpade gumb na hlačah
ali na katerem drugem kosu oblačila?

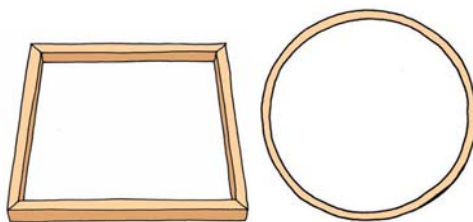


ŠIVALNI PRIBOR

Za šivanje potrebujemo določene pripomočke, ki nam olajšajo delo. To je šivalni pribor, ki si ga lahko ogledaš na spodnji ilustraciji. Pozoren bodi tudi na to, kako posamezne pripomočke poimenujemo.



šivanke



okvira



bucike



naprstnik



škarje



sukanci preje



merilni trak



krojaška kreda



gumbi

Šivanke, preje in tkanine so različnih debelin, zato se moramo naučiti kar nekaj spretnosti, da bomo pravilno izbrali šivanko in prejo glede na debelino tkanine. V primeru, da je šivanka predebela, bomo tkanino preluknjali, v nasprotnem primeru, pri pretanki šivanki, pa se šivi ne bodo videli.

Merilni trak je običajno dolg 150 centimetrov in ga potrebujemo za merjenje. Za označevanje na blagu navadno uporabljamo krojaško kredo.

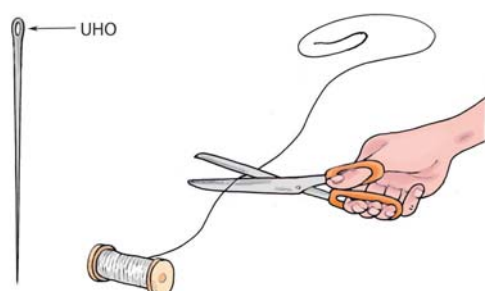
Dolge in ravne škarje so primerne za rezanje blaga, medtem ko majhne in ukrivljene škarjice uporabljamo za striženje sukanca.

Z naprstnikom zavarujemo prst pri potiskanju šivanke skozi blago. Nadenemo si ga na sredinec desne roke.

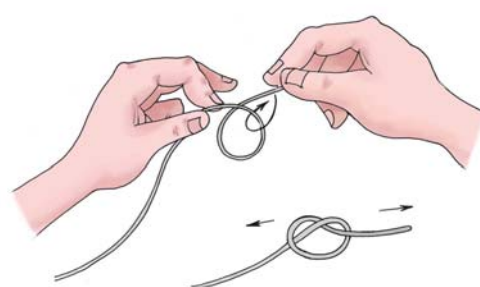
Okvir je pripomoček, s katerim blago napnemo, da lažje vezemo in da so vbodi enakomernejši.



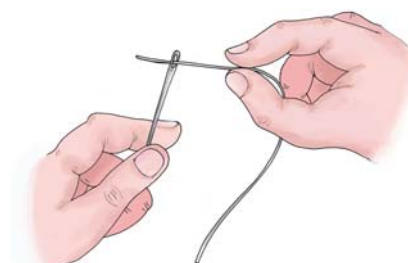
Priprava šivanke in sukanca za šivanje



Odrežemo sukanec primerne dolžine. Če je sukanec predolg, težko šivamo, pogosto se tudi vozla. V nasprotnem primeru, pri prekratkem sukancu, pa ga hitro zmanjka.



Odrezani sukanec na enem koncu zavozlamo, drugi konec pa povlečemo skozi šivankino uho.

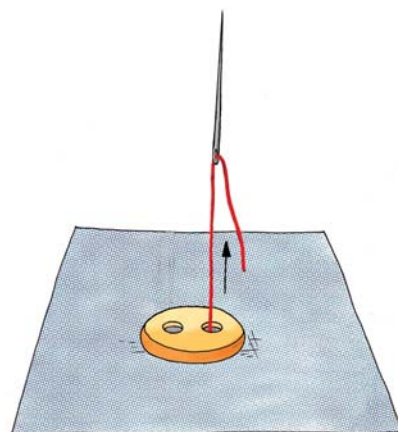




Kako prišijemo gumb

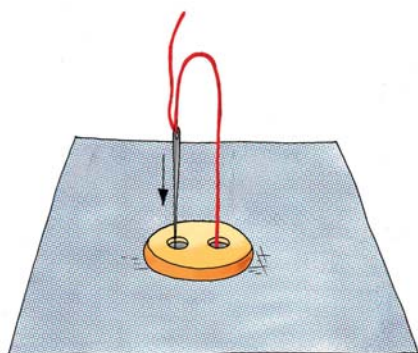
Gumbi so različnih velikosti, oblik in barv. Med seboj se razlikujejo tudi po številu luknjic. Najpogosteje uporabljamo take, ki imajo dve ali štiri luknjice.

Na blago bomo prišili gumbe. Če ti gre šivanje dobro od rok, jih prišij čim več in oblikuj poljuben vzorec.



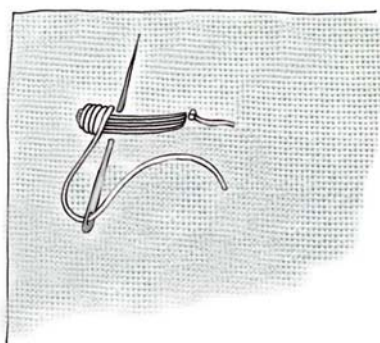
Pripravimo pripomočke, ki jih bomo potrebovali: gumbe različnih barv in oblik, blago, škarje, sukanec in šivanko.

Šivanko od spodaj vbodemo skozi blago in skozi luknjico na gumbu.



Šivanko vodimo skozi drugo luknjico gumba tako, da jo izvlečemo na narobni strani blaga. Celoten postopek ponovimo petkrat.

Kadar ima gumb štiri luknje, ponovimo postopek še za preostali luknjici.



Ko je gumb trdno prišit, sukanec na narobni strani pritrdimo z drobnimi vbodi, preostanek sukanca pa s škarjicami odrežemo.



PREDNJI IN STIČNI VBOD

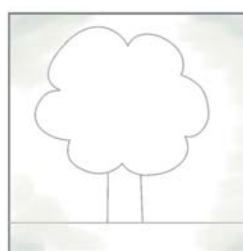
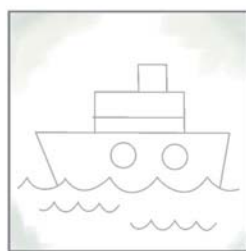
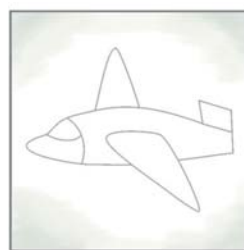
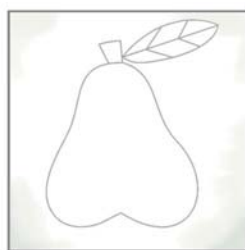
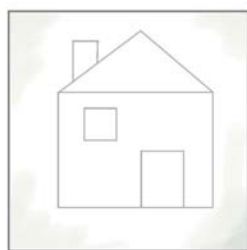
Z različnimi vbodi izdelamo zanimive okrasne črte ali proge, ki jih lahko popestrimo z različnimi barvami prej. Spoznali bomo dva osnovna vboda: prednji in stični vbod. Najprej bomo šivali po kartonu, da se dobro naučimo tehnike, ki jo bomo potrebovali za vsak vbod. Kasneje, ko bodo vbodi lepi in natančni, pa bomo naučeno znanje prenesli na blago.

Preden se lotiš učenja vbodov, si pripravi šivanko in sukanec ter nareži kose kartona (20 x 20 cm), ki jih boš pri šivanju potreboval. Karton naj ne bo predebel, da ga boš lahko rezal in po njem šival.

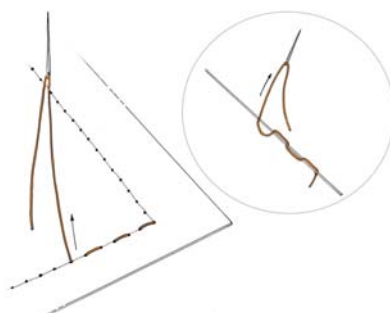
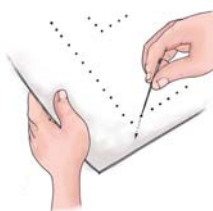




Prednji vbod

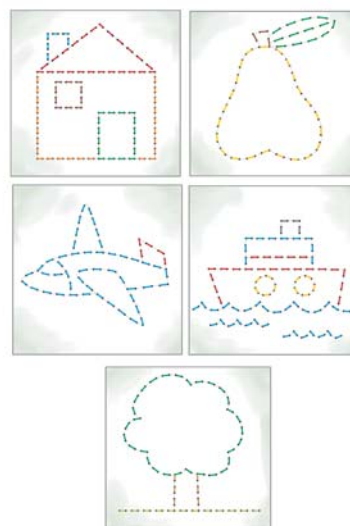
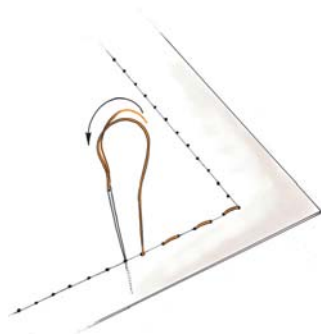


Na karton narišimo preprost motiv. Lahko si ga izberemo iz učbenika ali ga narišemo po svoji domišljiji.



Za lažje šivanje si po kartonu narišemo točke za vbode in jih prebodemo s šivanko. Pazimo, da bodo razmaki enakomerni.

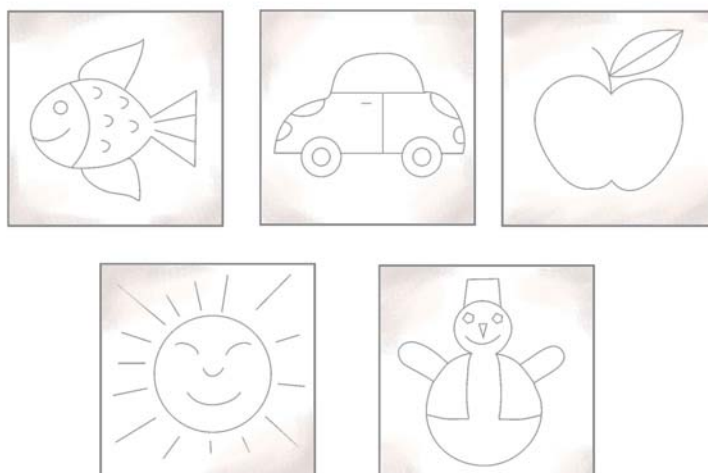
Šivati začnemo na desni strani kartona. Šivanko vbodemo v karton od spodaj navzgor.



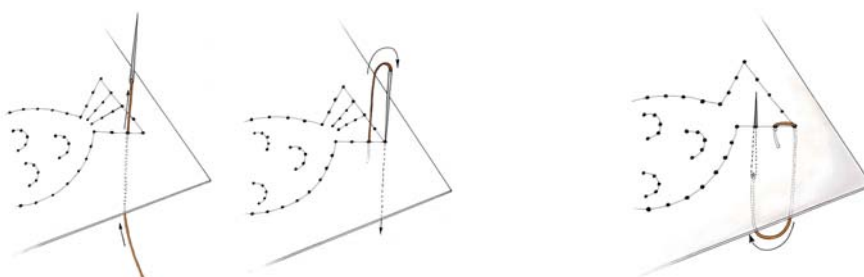
Nato vbodemo šivanko od zgoraj navzdol. Nadaljujemo v takem zaporedju. Vbodi in presledki naj bodo enako dolgi.



Stični vbod

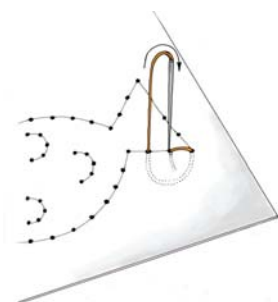


Tudi za učenje stičnega vboda potrebujemo karton, na katerega narišemo preprost motiv, ga označimo z enakomerno razporejenimi točkami ter jih prebodemo s šivanko.

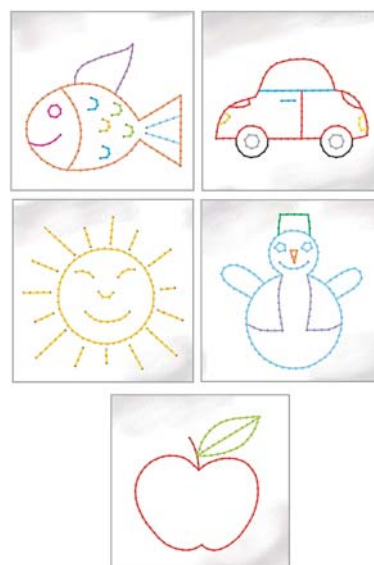


Prvi vbod naredimo na desni strani kartona, tako da pustimo prostor za dolžino enega šiva. Šivanko vbodemo v karton od spodaj navzgor, nato pa vbodemo za dolžino vboda nazaj, torej v desno.

Nato vbodemo šivanko naprej za dve dolžini vboda in jo izvlečemo na prednji strani blaga.



Zopet naredimo vbod nazaj, in sicer v prejšnje vbodno mesto. Ponavljamo.



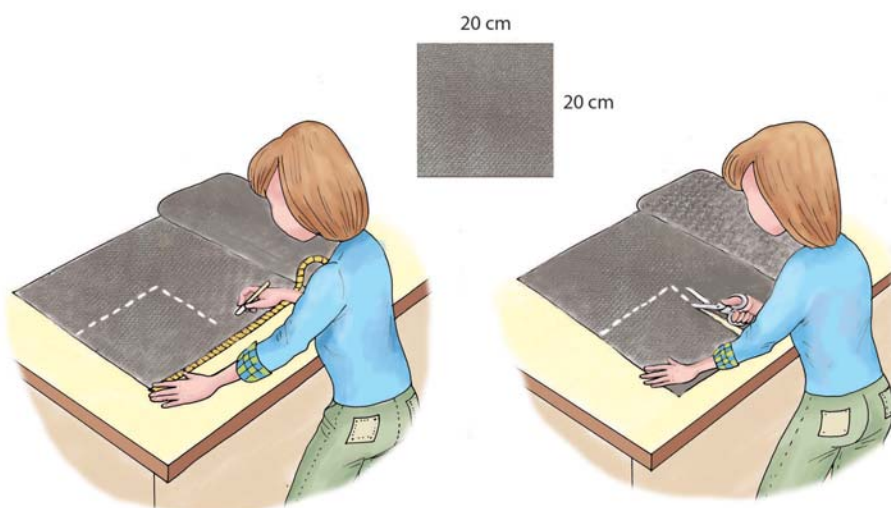


Prtiček

Pri vezenju moramo sukanec zategovati enakomerno. Če ga zategnemo premalo, je motiv ohlapen, pri premočnem zategovanju pa se blago naguba.



Za izdelavo prtička bomo potrebovali blago, škarje, merilni trak, krojaško kredo, svinčnik, sukanec in šivanko. Da bo izdelek lep, bodimo pri delu zbrani in delajmo počasi.



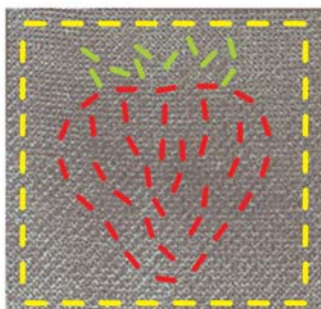
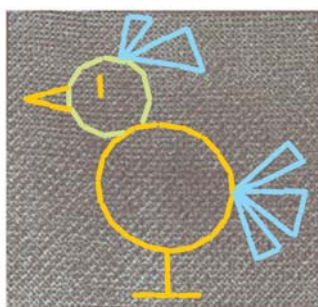
Pripravimo blago dolžine in širine 20 cm.



Nato si izberemo motiv ter ga prerišemo na blago.



V šivankino uho vdenemo sukanec ter s prednjim ali stičnim vbodom šivamo po motivu.





Blazinica za šivanke

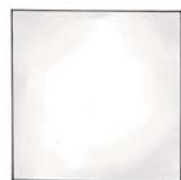
Potrebujemo:



blago (10 x 20 cm)



vato



lepenko (10 x 10 cm)



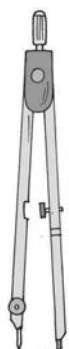
iglo



sukanec



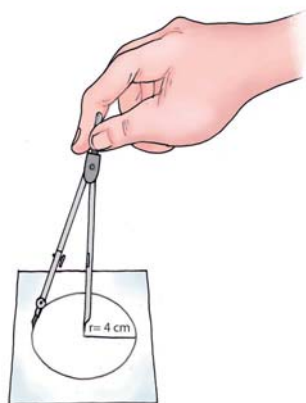
svinčnik



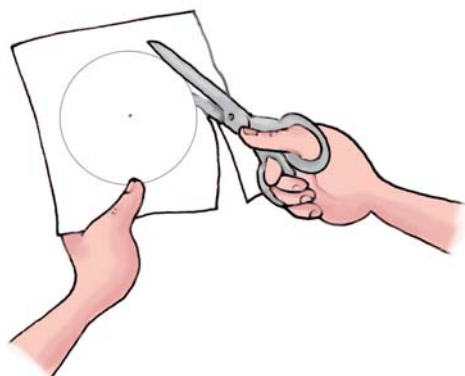
šestilo



škarje



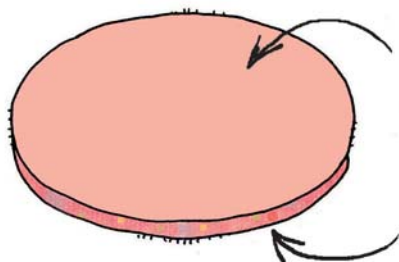
Na lepenko s šestilom narišemo krog s polmerom 4 cm.



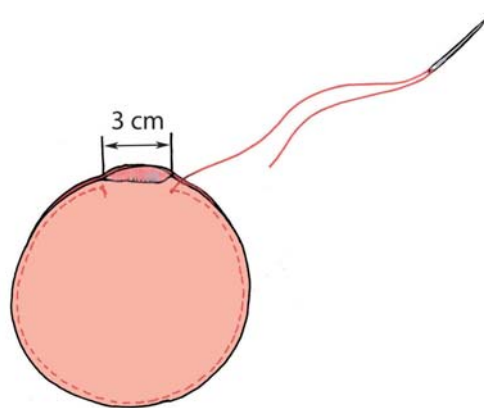
Krog izrežemo.



Šablono postavimo na blago, krog s svinčnikom obrišemo ter izrežemo. Za blazinico potrebujemo dva kroga, zato postopek ponovimo.



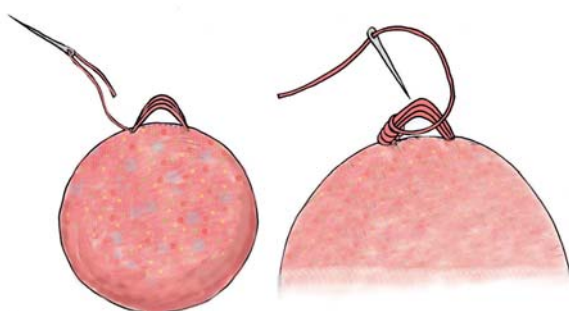
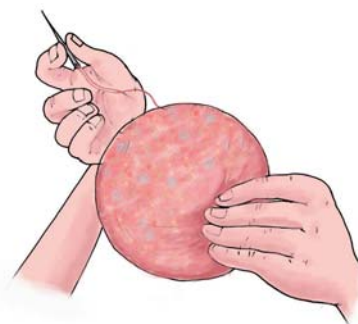
Dobljena kroga iz blaga postavimo enega na drugega tako, da sta zunanji strani znotraj.



Kroga sešijemo, pustimo le odprtino 3 cm za obračanje. Obrnemo.



Vrečko napolnemo z vato in odprtino zašijemo.



Če želimo, lahko izdelamo tudi zanko.

Na mestu, kjer želimo imeti zanko, polkrožno napeljemo tri niti. Nato niti ovijamo z vbodom, kot kaže slika.



Slika »Mozaik«

Potrebujemo:



ostanke usnja ali
filca treh barv



karton 30 x 30 cm



univerzalno lepilo



ravnilo



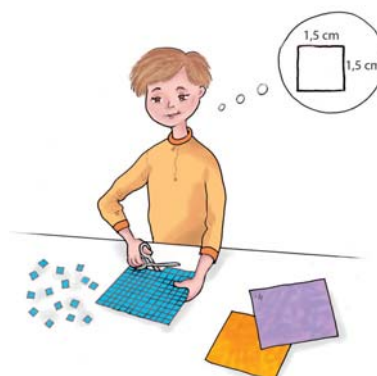
škarje



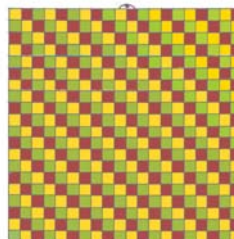
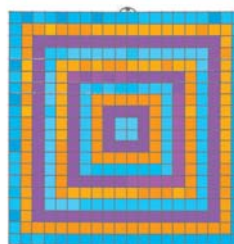
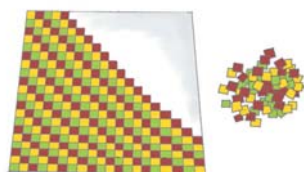
svinčnik



Pripravimo karton, ki naj bo dolg in širok 30 cm.



Izbrani material (usnje ali filc) narežemo na kvadratke s stranicami 1,5 cm.



Izberemo način, kako si bodo barve sledile, ter prilepimo vsak košček mozaika posebej.

OBUTEV

Katera je tvoja najljubša obutev?
Opiši jo in povej, zakaj jo imaš najraje.

Obutev ščiti naša stopala pred poškodbami in umazanijo, poleti pred vročino, pozimi pa pred mrazom in padavinami. Zaradi različnih vremenskih vplivov in namena uporabe imamo več vrst obutve. Poletna obutev je zračna in lahka, zimska pa topla in nepremočljiva.

Naštej še nekaj primerov obutve, ki se
med seboj razlikuje po namenu uporabe.
Pomagaj si z ilustracijami.



zimsko obutev



poletna obuv



športna obutev



obutev za vsakdanjo rabo



copati



poklicna obutev



ortopedski čevlji

Čevlje je najbolje kupovati v popoldanskih urah, ker imamo takrat stopala nekoliko otečena, sicer se nam lahko zgodi, da kupimo premajhne čevlje. Pred nakupom je pomembno, da pomerimo oba čevlja ter se v njima malce sprehodimo. Tako se res prepričamo, ali nam obutev ustreza.



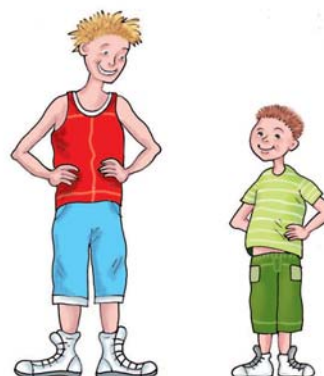
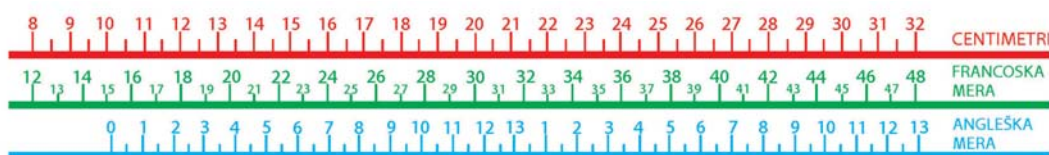
Pravilno oblikovana obutev

Obutev daje nogi tudi oporo, zato mora biti pravilno oblikovana in izdelana iz materialov, ki omogočajo zračnost, udobje in trpežnost. Najboljši material za izdelavo čevljev je naravno usnje. Žal pa ni primerno za dež in druge padavine, zato ima jesenska in zimska obutev pogosto gumijast podplat, ki ne drsi, in sintetični zgornji del, ki ne prepušča vlage.

Na škatli za čevlje so zapisani pomembni podatki o čevljih:

- ime izdelka
- primernost glede na vreme (za suho vreme, za dež ...) oziroma uporaba
- barva
- velikost

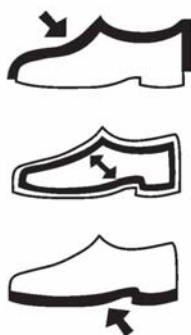
Velikost čevlja je zapisana tudi na podplatu ali na notranji strani čevlja. Označena je s francoskim ali z angleškim merskim sistemom.



• material

Obutev je sestavljena iz podplata, zgornjega dela, podloge in vložka. Vsak del čevlja je lahko izdelan iz drugega materiala.

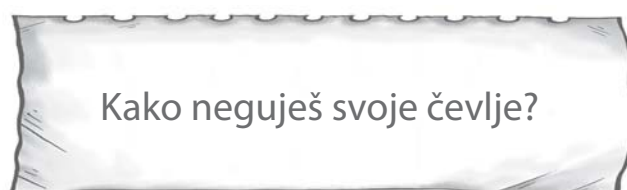
Deli čevlja, izdelani iz različnih materialov:



MATERIAL	SIMBOL	UPORABA
usnje		• čevlji za suho vreme • sandali
krito usnje (premazano s snovjo, ki ščiti pred vlago)		• jesenski čevlji
tekstil		• copati • športna obutev • podloge za čevlje • zgornji del obutve
drugi materiali		• podplati (guma, les)

• vzdrževanje

Pravilno vzdrževanje obutve je nujno potrebno za zdravje naših nog.



Z nošenjem se obutev zamaže in obrabi. Če želimo čevlje nositi dalj časa, jih je potrebno pravilno in redno vzdrževati. Pri tem uporabljamo različne krtače in sredstva za čiščenje. Obrabljene posamezne dele čevlja nam popravi ali zamenja čevljar.



ščetinasta
krtača



gumijasta
krtača



krema za
čevlje



kopito za
čevlje



impregnacijsko
sredstvo



mleko za
čiščenje usnja



Nasveti za vzdrževanje obutve

- Za čevlje skrbimo tako, da jih pravilno obuvamo in sezuvamo (vezalke odvežemo, pri obujanju uporabljamo žlico). Tako se čevljev ne bo poškodoval.
- Čevlje shranjujemo v suhem prostoru.
- Športna obutev je pogosto narejena iz sintetičnih materialov, zato ni primerna za celodnevno nošenje.
- Preznojeno obutev je potrebno dobro osušiti, preden jo zopet obujemo.
- Blato s čevljev očistimo s ščetinasto krtačo.
- Mokre čevlje posušimo tako, da vanje natlačimo časopisni papir ali jih nataknejo na posebno kopito, namenjeno sušenju. Pomembno je, da jih ne sušimo preblizu vira toplote (radiatorja).
- Na čevlje, ki jih uporabljamo za deževno vreme, večkrat naneseemo zaščitno sredstvo, ki zmanjšuje prepustnost za vodo.
- Gladke usnjene čevlje premažemo s pasto, navadno v barvi čevljev, ter zloščimo.
- Čevlje iz brušenega usnja ali semiša skrtamo z gumijasto krtačko ter po njih razpršimo sredstvo, ki zmanjšuje prepustnost za vodo.
- Čevlje iz blaga čistimo z vlažno krpo.



Čiščenje čevljev

Očisti svoje čevlje. Preden se lotiš dela, kritično oceni njihovo stanje. Morda potrebujejo popravilo pri čevljarju. Upoštevaj material ter glede na to izberi pripomočke in sredstva za vzdrževanje.



**V tem poglavju sem se naučil**

Obutev ščiti naša stopala pred poškodbami in umazanijo, poleti pred vročino, pozimi pa pred mrazom in padavinami.

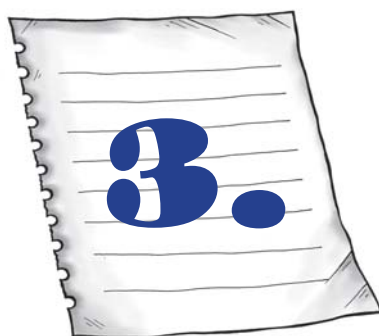
Obutev daje nogi tudi oporo, zato mora biti pravilno oblikovana in izdelana iz materialov, ki omogočajo zračnost, udobje in trpežnost.

Na škatli za čevlje so zapisani pomembni podatki o čevljih:

- ime izdelka,
- primernost glede na vreme (za suho vreme, za dež ...)
oziroma uporaba,
- barva,
- velikost,
- material,
- vzdrževanje.

**Razširi svoje znanje**

Znanje o vzdrževanju obutve, ki si ga pridobil v šoli, uporabi doma in vsem družinskim članom očisti čevlje.



OSNOVE HIGIENE

Osnove osebne higiene nas učijo, kako varujemo in ohranjamo zdravje. Z rednim umivanjem skrbimo za lastno zdravje in tudi za zdravje tistih, ki nas obkrožajo. Človek, ki ne skrbi za svojo osebno higieno, je pogosto tarča posmehov in v družbi ni priljubljen. V tem poglavju boš spoznal, kako negujemo telo in kakšen je pomen urejenosti šolske torbe.



OSEBNA HIGIENA

Ali si rad čist? Zakaj se ti zdi umivanje potrebno?

Z umivanjem odstranimo s telesa umazanijo, znoj in neprijeten vonj. Umazanija lahko vsebuje povzročitelje različnih bolezni, zaradi katerih zbolimo. Nečista koža se rada vname. Z umivanjem telo tudi okrepimo in osvežimo, zaradi česar se bolj počutimo.

Umivamo se lahko nad umivalnikom, pod prho ali v kadi. Pomembno je, da se umivamo temeljito in redno. Nekateri dele telesa si je potrebno umiti večkrat na dan, kot na primer obraz, roke, noge, zobe. Vsak član družine mora za umivanje imeti svoje pripomočke. Med seboj si jih ne posojamo.

NEGA ROK IN NOHTOV

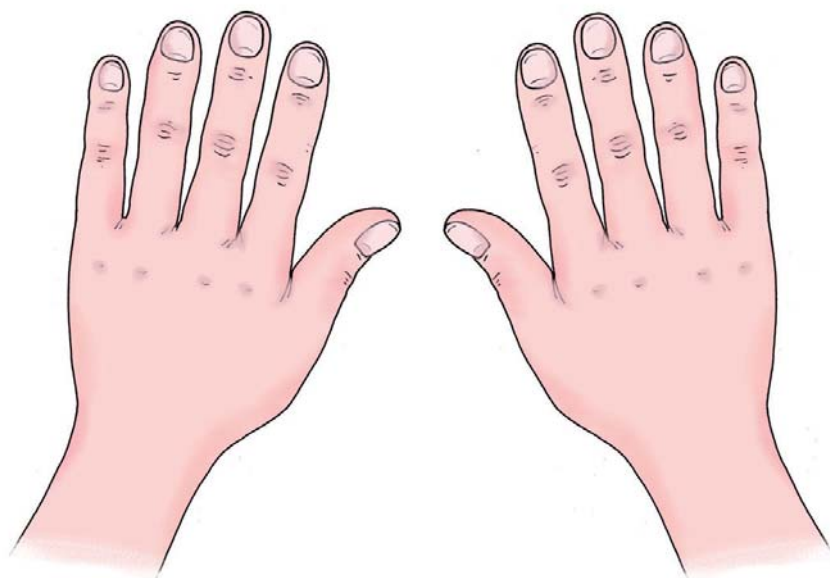
Kdaj se ti zdi umivanje rok potrebno?



Roke si hitro umažemo, saj jih neprestano uporabljamo. Umazane roke so najpogostejši vzrok, da zbolimo, saj bacilov s prostim očesom ne vidimo in jih nehote zanesemo v telo. Zato si roke umijmo vedno:

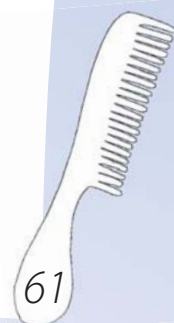
- ko pridemo domov,
- pred pripravo hrane,
- pred jedjo,
- po uporabi stranišča,
- po dotikanju živali (psa, mačke ...),
- po stiku z zemljo (delo na vrtu),
- ko so umazane.

Nohti na rokah morajo biti kratko prstriženi in čisti. Za daljšimi nohti se nabira umazanija. V njej so bacili, ki povzročajo razne bolezni. Če nohte grizemo, se lahko okužimo. Pogrizeni nohti pa tudi niso lepi na pogled.



Umivanje rok

Umivanje rok je koristna navada pri skrbi za naše zdravje, saj nas ščiti pred raznimi boleznimi. Seveda si moramo roke umivati pravilno in temeljito. Poglej si postopek pravičnega umivanja rok in ga nato še praktično izvedi.

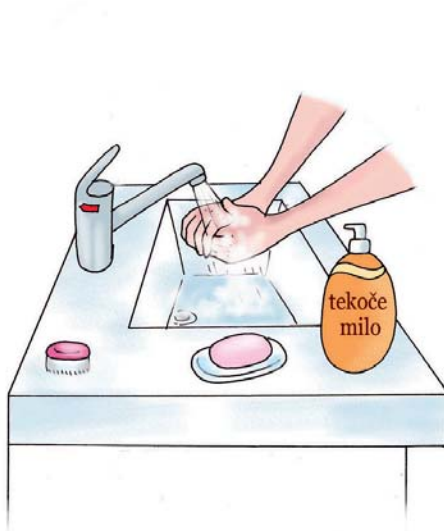




Roke najprej zmočimo pod toplo vodo.



Nato jih namilimo po vsej površini (dlani, prste, prostore med prsti, hrbtni del rok, zapestja). S krtačko odstranimo umazanijo za nohti.



Nazadnje roke dobro speremo pod tekočo vodo in obrišemo s svežo brisačo. Vsak član družine naj ima svojo brisačo. V javnih prostorih uporabimo papirnato brisačo.



NEGA OBRAZA

Kako si neguješ obraz?

Vsako jutro in vsak večer si obraz očistimo z blagimi izdelki za čiščenje kože, ki ne vsebujejo alkohola. Po čiščenju uporabimo kremo, ki je primerna za naš tip kože.

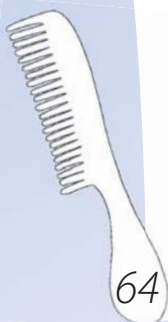
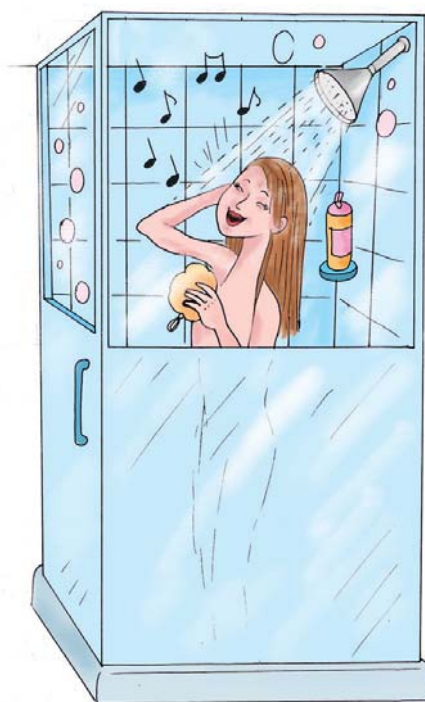


NEGA TELESA

Katere pripomočke uporabljaš
za nego telesa?

Telo si moramo vsak dan umiti s toplo vodo in z milom. Največ pozornosti namenimo umivanju obraza, vratu, rok ter delom telesa, ki se bolj potijo: pazduham, nogam, spolovilu, zadnjični odprtini.

Prhanje je priporočljivejše kot kopanje v kadi, saj je bolj higienično, pri tem pa porabimo tudi manj vode in časa. Po prhanju uporabimo dezodorant ter oblečemo sveže spodnje perilo in sveža oblačila.



NEGA NOG IN NOHTOV

Ali si imel na nogah kdaj žulj ali katero drugo obolenje? Opiši, kako si odpravil težavo.



Noge si moramo umivati vsak dan, če se nam potijo, pa tudi večkrat na dan. Umijemo si jih z milom in s toplo vodo, nato si jih s čisto brisačo skrbno obrišemo. Osušimo tudi mesta med prsti in obujemo sveže bombažne nogavice.

Nohte na nogah strižemo naravnost, tako da se ob straneh ne vraščajo v kožo.



Ob slabi higieni in nošenju neprimerne obutve se nam na nogah pojavijo kožna obolenja in druge neprijetnosti, kot so:

- glivice,
- kurja očesa,
- žulji,
- potenje,
- trda koža na podplatih,
- vraščeni nohti.



Priporočena nega nog

NEGA LAS IN LASIŠČA

Kakšna pričeska ti je všeč? Kaj meniš
o barvanju las, uporabi gelov, trajnem
kodranju las?

Urejena pričeska prispeva k lepšemu videzu. Urejenost dosežemo z rednim umivanjem las, striženjem konic in temeljitim prečesavanjem las.

Na laseh in lasišču se nabirajo umazanija iz ozračja, loj, znoj, prhljaj, ostanki izdelkov za nego las. Lase si umivamo enkrat tedensko, če je potrebno, pa tudi pogosteje, na primer, če imamo mastne lase. Izbiro šampona prilagodimo svojemu tipu las. Za lažje razčesavanje las lahko po šamponiranju uporabimo balzam. Na koncu lase dobro speremo z vodo. Glavnikov in krtač si ne posojamo. Pri oblikovanju pričeske si pomagamo z gelom, voskom in drugimi, temu namenjenimi pripomočki.



UPORABA SANITARIJ

Posebno pozornost moramo osebni higieni nameniti pri uporabi stranišča. Na toaletno školjko se usedemo le, če smo na domačem stranišču. Preden zapustimo stranišče, preverimo čistočo toaletne školjke. Če je umazana, jo očistimo s posebno krtačo. Nato si skrbno umijemo roke in jih obrišemo v svojo brisačo. V javnih straniščih uporabljamo papirnate brisače ali električni sušilec, nikoli pa brisač iz blaga. Le s čistimi rokami preprečimo bolezni, ki se prenašajo preko rok (črevesne in druge bolezni).





Slovarček novih besed

bacili – mikroorganizmi, ki povzročajo bolezni

higiena – skrb za čistočo

prhanje – tuširanje

sanitarije – prostor, namenjen osebni higieni in opravljanju potrebe

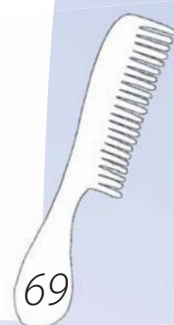
vnetje – odgovor organizma na vdor mikroorganizmov (na primer na koži)



V tem poglavju sem se naučil

Z umivanjem odstranimo s telesa umazanijo, znoj in neprijeten vonj. Umazanija vsebuje **bacile**, zaradi katerih zbolimo. Nečista koža se rada vname. Z umivanjem telo tudi okrepimo ter osvežimo, zaradi česar se bolje počutimo.

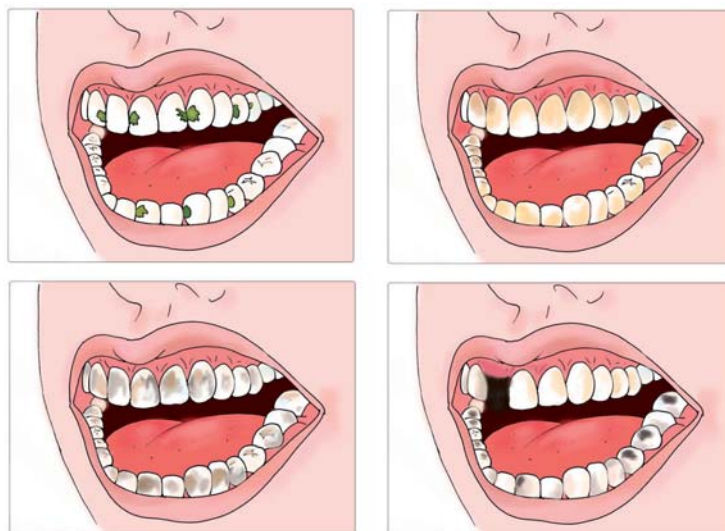
Umivamo se lahko nad umivalnikom, pod prho ali v kadi. Pomembno je, da se umivamo temeljito in redno. Nekatere dele telesa si je potrebno umiti večkrat na dan, kot na primer obraz, roke, noge, zobe. Vsak član družine mora imeti svoje pripomočke za umivanje, med seboj si jih ne posojamo.



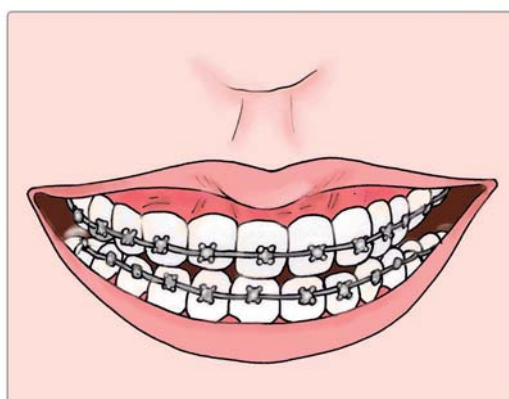
USTNA HIGIENA IN NEGA ZOB

Kako pogosto si umivaš zobe?

Zobe si umivamo vsaj dvakrat na dan (zjutraj, ko vstanemo, in zvečer pred spanjem). Pomembno je, da si zobe umijemo natančno, saj le tako preprečimo nastanek zobne gnilobe (kariesa) in slab zadah. Zobno gnilobo povzročajo bakterije, ki se hranijo z ostanki hrane na zobeh. Pri tem nastajajo kisline, ki topijo sklenino. Prizadeti zob najprej neprijetno skeli, ob napredovanju zobne gnilobe pa se pojavi močna bolečina.



Lahko se zgodi, da stalni zobje, potem ko so mlečni izpadli, nimajo dovolj prostora, da bi zrastle na pravem mestu. Nepravilen položaj zob nam z namestitvijo zobnega aparata popravi ortodont.



S ščetkanjem z zob odstranimo bakterije in ostanke hrane. Ker s ščetko ne dosežemo vseh zobnih površin, za čiščenje ploskev med zobmi uporabljamo zobno nitko ali medzobno ščetko. Splakovanje z ustno vodo pomaga odstraniti zobne obloge in izboljša ustno higieno.



Kontrolne preglede pri zobozdravniku opravimo dvakrat letno oziroma tako pogosto, kot nam svetuje zobozdravnik.

Zdravje zob je odvisno tudi od prehrane. Zobe si utrdimo z grizenjem trde hrane, na primer jabolk, korenja. Največji sovražnik zob je sladka hrana.





Postopek umivanja zob

Dobro si oglej, kako pravilno ščetkamo zobe, nato pa si jih tako umij še sam.

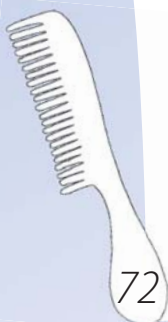


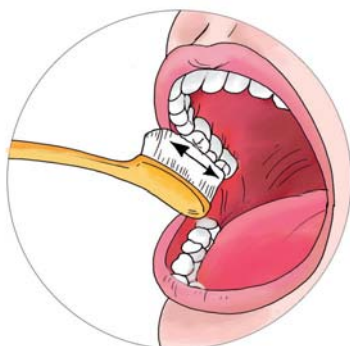
Zobe splaknemo. Na zobno ščetko naneseemo za grah veliko količino zobne paste.



Ščetine zobne ščetke prislonimo na rob dlesni. Z gibi od dlesni proti koncu zoba (od rdečega k belemu) očistimo vse zgornje zobe. Na enak način očistimo tudi zunanje površine spodnjih zob.

Nato celoten postopek ponovimo še na notranji strani zgornjih in spodnjih zob.





3 minute



Ščetkanje zaključimo s čiščenjem griznih površin zgornjih in spodnjih ličnikov in kočnikov.

Zobe ščetskamo najmanj 3 minute. Na koncu s ščetko ali s posebnim pripomočkom očistimo še jezik.



Slovarček novih besed

sklenina – najtrši del zoba, ki gradi njegov zunanji del

zobna obloga – lepljiv sloj, ki nastane na zobeh zaradi ostankov hrane in bakterij ter daje občutek hrapavosti; bakterije v zobni oblogi lahko povzročijo zobno gnilobo



V tem poglavju sem se naučil

Zobe si umivamo vsaj dvakrat na dan (zjutraj, ko vstanemo, in zvečer pred spanjem). Pomembno je, da si zobe umijemo natančno, saj le tako preprečimo nastanek zobne gnilobe (kariesa) in slab zadah. S ščetkanjem z zob odstranimo bakterije in ostanke hrane. Ker s ščetko ne dosežemo vseh zobnih površin, za čiščenje ploskev med zobmi uporabljamo zobno nitko ali medzobno ščetko.

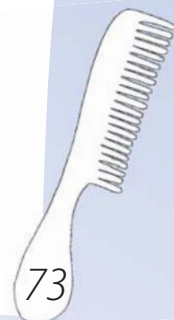
Kontrolne preglede pri zobozdravniku opravimo dvakrat letno oziroma tako pogosto, kot nam svetuje zobozdravnik.

Zdravje zob je odvisno tudi od prehrane. Zobe si utrdimo z grizenjem trde hrane, na primer jabolk, korenja. Največji sovražnik zob je sladka hrana.



Razširi svoje znanje

Obišči zobozdravnika in ga povprašaj, kar te zanima o negi zob.



ŠOLSKA TORBA

Opiši svojo šolsko torbo. Kaj vse носиš v njej? Ali imaš šolske potrebščine lepo zložene ali so kar nametane?



Pri nakupu šolske torbe pazimo, da je dovolj velika in kakovostna, da bo lahko zdržala vsaj dve šolski leti. Dobro je, da ima ojačano hrbtno stran in dve naramnici. Tako bo naša hrbtenica ostala ravna in se ne bo povesila v eno smer.

Zaradi preglednosti in lažjega zlaganja šolskih potrebščin je dobro, da ima torba več predalov in žepov. Pravilno zložene potrebščine omogočajo, da jih hitro najdemo, ko jih potrebujemo. Poseben žep naj bo namenjen le copatom. Ker pretežka torba kvari hrbtenico in stopala, nosi v njej samo potrebščine za predmete, ki jih imaš tisti dan na urniku.

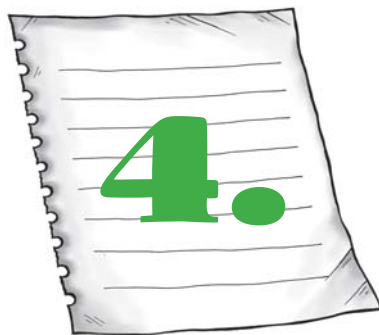
Šolska torba mora prestati marsikaj, zato naj bo narejena iz pralnih materialov in naj ne bo presvetlih barv.

Zaradi varnosti v cestnem prometu naj bo šolska torba opremljena z odsevniki.



Zdrava hrbtenica

Ukrivljena hrbtenica



BIVANJE IN OKOLJE

Vsak od nas si želi, da bi se doma, v šoli ali na delovnem mestu dobro počutil. K temu v veliki meri pripomorejo dobri medčloveški odnosi in urejenost bivalnega okolja. Prav o tem, o urejenosti doma in šole, govori naslednje poglavje.



MOJA ŠOLA

Kaj ti pomenita urejenost in lep
izgled šole?



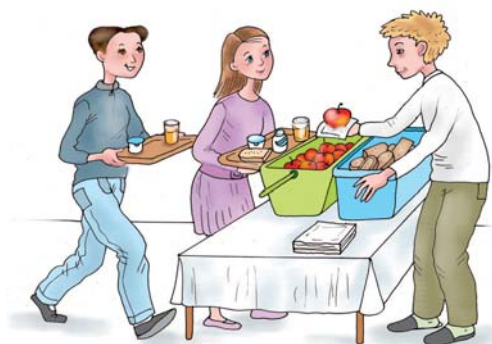
UREJENOST IN DOMAČNOST ŠOLSKEGA OKOLJA

Kultura šole se odraža v dobrih medčloveških odnosih ter v urejenosti njene okolice in notranjih prostorov. Da sta bivanje in delo v šoli prijetna in uspešna, je potrebno veliko truda in dela vseh zaposlenih v šoli, pa tudi učencev. Vsak učenec je odgovoren za red in urejenost šole, zato mora vestno izpolnjevati zadolžitve, ki mu jih določi učitelj ali ravnatelj.

Dežurni učenec v razredu (reditelj) skrbi za red in urejenost razreda. Vsako uro učitelju sporoči odsotnost učencev od pouka, briše tablo, sodeluje pri razdelitvi malice ter skrbi za urejenost učilnice in garderobe. Pri tem mu pomagajo sošolci.

Dežurni učenec v avli odpira vhodna vrata, sprejema obiskovalce, jim daje informacije, obvešča vodstvo šole o nepravilnostih, ki jih opaža v času dežurstva, ter opravlja naloge po naročilu dežurnega učitelja ali ravnatelja. Dežurstvo učencev v avli šole je določeno po vnaprej pripravljenem razporedu.

Kako pripomoreš k urejenosti šole?



RAZPORED DEŽURSTEV	
Razred: 8. a (1.9.2008-5.9.2008)	
Ponedeljek	Jan Černe
Torek	Maja Kopač
Sreda	Luka Kralj
Četrtek	Tina Zornik
Petek	Miha Železnik



**V tem poglavju sem se naučil**

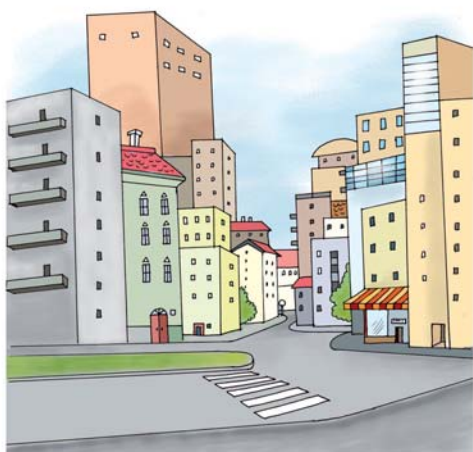
Kultura šole se odraža v dobrih medčloveških odnosih ter v urejenosti njene okolice in notranjih prostorov. Da sta bivanje in delo v šoli prijetna in uspešna, je potrebno veliko truda in dela vseh zaposlenih v šoli, pa tudi učencev. Vsak učenec je odgovoren za red in urejenost šole, zato mora vestno izpolnjevati zadolžitve, ki mu jih določi učitelj ali ravnatelj.

**Razširi svoje znanje**

Občutek za urejenost naj postane del tvojega vsakdanjika. Tudi doma poskrbi, da bo tvoje bivalno okolje urejeno in prijetno.

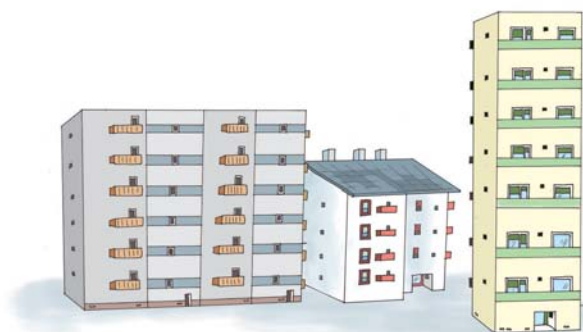
MOJ DOM

Opiši stanovanjsko zgradbo,
v kateri stanuješ.

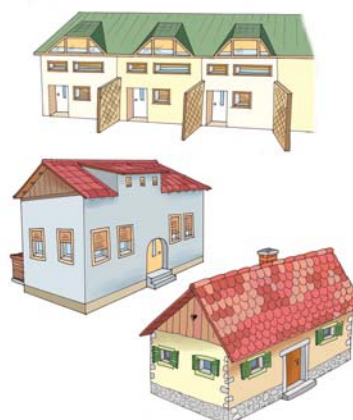


STANOVANJSKE ZGRADBE

Stanovanjske zgradbe so lahko **večstanovanjske** ali **enodružinske**. V večstanovanjskih hišah je več stanovanj in so grajene v nadstropjih. V enodružinski hiši je eno stanovanje, ki ima običajno eno nadstropje.



Večstanovanjske hiše



Enodružinske hiše

STANOVANJSKI PROSTORI

Ali imaš v stanovanju svoj kotiček?
Opiši ga.

Stanovanje ima en stanovanjski prostor ali več prostorov. Prostori v stanovanju so različno opremljeni, saj so namenjeni različnim opravilom.

V kuhinji navadno pripravljamo in uživamo hrano, v kopalnici skrbimo za osebno higieno, dnevna soba je namenjena razvedrilu in igri, spalnica počitku in shranjevanju, otroška soba branju, pisanju, počitku in shranjevanju. Predsobo in klet uporabljamo predvsem za shranjevanje.

Lahko pa se zgodi, da zaradi pomanjkanja prostora opravljamo več opravil v eni sobi.



POHIŠTVENA OPREMA V SOBI ŠOLARJA

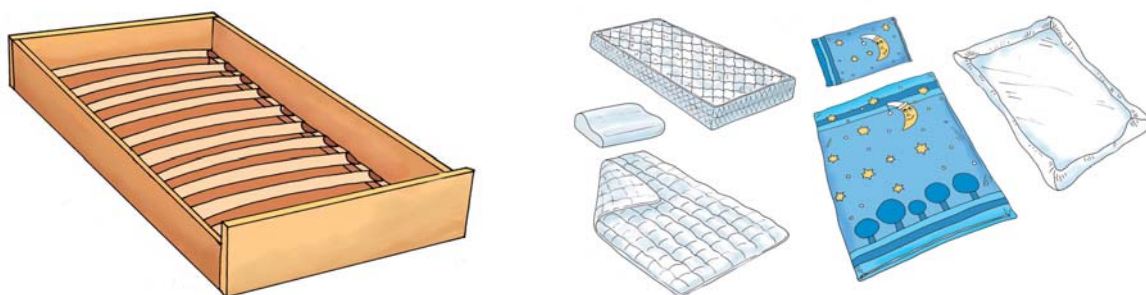
Razmisli, katere kose pohištva nujno potrebuješ za delo, počitek in prijetno bivanje v svoji sobi.



Soba šolarja naj bi vključevala **delovni prostor, ležišče** in **shranjevalno pohištvo**. Pri izbiri pohištva upoštevamo njegovo uporabnost in udobje. Prav je, da tudi sam sodeluješ pri opremljanju sobe. Lahko izbereš barve, okrasje in tudi kotiček, kjer boš nalepil plakat svojega najljubšega športnika ali pevca.

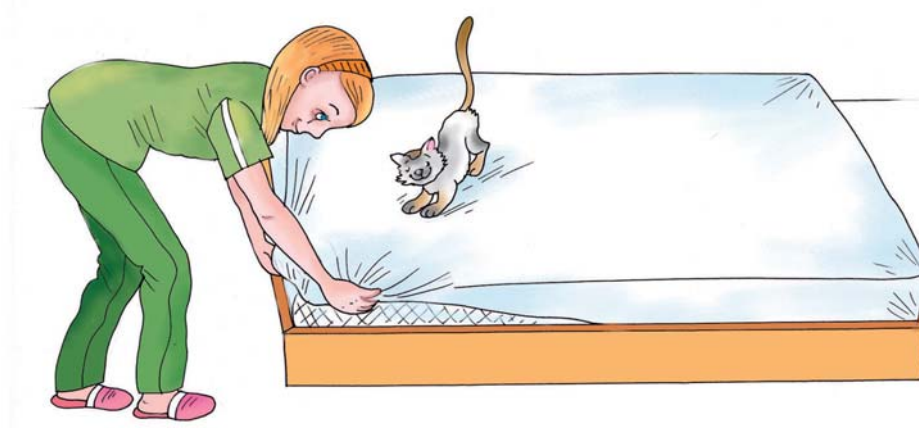
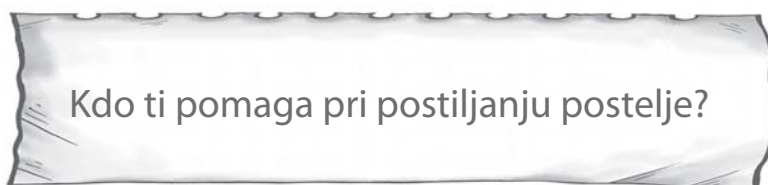
Ležišče

Za dobro in mirno spanje je potreben pravilen položaj hrbtenice, kar nam omogočata pravilno izbrana vzmetnica in vzglavnik. Tudi sama postelja mora biti dovolj velika in široka. Pri izbiri ležišča bodimo pozorni tudi na posteljno dno, ki naj bo zračno. Vsak član družine mora imeti svoje ležišče.



Postiljanje postelje

Posteljno perilo naj bo iz naravnih materialov, najbolje iz bombaža, saj ga lahko likamo in peremo pri visokih temperaturah. Priporočljivo je, da posteljno perilo menjamo enkrat tedensko.



Rjuho napnemo preko celotnega ležišča. Všita elastika na robovih omogoča, da rjuha ostane na svojem mestu.



Vzglavnik oblečemo v prevleko.



Nato oblečemo še odejo in posteljo uredimo.



Delovni prostor

Miza, na kateri opravljamo domače naloge, naj bo dovolj velika in pregledna, vendar ne prevelika, da se na njej ne nabirajo odvečne stvari. Pomembnejša od oblike in velikosti je njena postavitev v prostoru. Najbolje je, da stoji pod oknom oziroma vsaj v njegovi bližini, tako da jo osvetljuje dnevna svetloba. Kadar ni dovolj svetlobe, namizno svetilko desničarji postavijo na levo stran, levičarji pa na desno.



Stol naj bo udoben, z mehkim sedalom, ter oblikovan tako, da se prilega telesu. Naslonjalo naj daje hrbtenici oporo, višino stola pa prilagodimo tako, da imamo na tleh obe stopali.

Shranjevalno pohištvo

Omarica za shranjevanje šolskih potrebščin naj bo postavljena na dostopno mesto. Predali in poličke nam omogočajo boljšo preglednost nad stvarmi. Prav gotovo se strinjaš, da se je v urejeni sobi lažje znajti.

Garderobna omara naj bo čim bolj pregledna. Notranjost omare prilagodimo svojim potrebam. Če oblačila radi zlagamo na police, naj bo polic in predalov več, če pa jih raje obešamo, naj bo več obešalnih drogov. Zelo primerne so vgradne omare.



V tem poglavju sem se naučil

Stanovanjske zgradbe so lahko **večstanovanjske** ali **enodružinske**. Stanovanje ima en stanovanjski prostor ali več prostorov. Vsak prostor v stanovanju je drugače opremljen, saj je namenjen različnim opravilom. Lahko pa se zgodi, da zaradi pomanjkanja prostora opravljamo več opravil v eni sobi.

Soba šolarja naj bi vključevala **delovni prostor**, **ležišče** in **shranjevalno pohištvo**.



EKONOMIKA GOSPODINJSTVA

Velik problem današnjega časa je onesnaževanje okolja in izrabljanje naravnih virov. Kljub temu da je o tem na voljo veliko informacij, se te problematike zaveda premalo ljudi, ki bi lahko na vsakem koraku poskrbeli za zaščito in ohranjanje okolja.

Kako ti prispevaš k reševanju problemov, povezanih z vodo, odpadki, s prehrano, prometom, z energijo?

V zadnjem poglavju boš spoznal, kako gospodarno ravnamo z viri, za konec pa še nekaj o denarju.



POTREBE

Ljudje za življenje potrebujemo veliko stvari: hrano, vodo, toploto, obleko, bivališče, družino, varnost, prijatelje. To so naše **potrebe**. Potrebe, ki so nujne za preživetje in so za vse ljudi enake, so **osnovne potrebe**. K osnovnim potrebam prištevamo hrano, obleko, bivališče in toploto.

Poznamo tudi **nujne** in **manj nujne potrebe**. Nujne potrebe imajo prednost pred manj nujnimi, ki jih lahko preložimo za krajši ali daljši čas.

Oglej si seznam, kako sta Jure in Maja razvrstila nekaj njunih nujnih in manj nujnih potreb. Ugotavljamo, da ima vsak človek drugačne potrebe. Potrebe, ki so za nekoga nujne, so za drugega lahko manj nujne.

Maja		Jure	
Nujne potrebe	Manj nujne potrebe	Nujne potrebe	Manj nujne potrebe
po branju knjig	po gledanju filmov	po razumevanju	po modnih oblačilih
po učenju matematike	po igranju igrice na računalniku	po igranju nogometa	po branju knjig
po varnosti	po plesanju	po prijateljih	po igranju kitare
po ljubezni	po potovanju	po ljubezni	po brisanju prahu v svoji sobi
po modnih oblačilih	po igranju nogometa	po družini	po učenju matematike



Zadovoljevanje nekaterih potreb je zelo povezano z denarjem. Z denarjem si plačujemo storitve in kupujemo različne izdelke.

Naše potrebe se s časom spreminjajo. Ko odrastemo, imamo drugačne potrebe kot takrat, ko smo bili še otroci.



V tem poglavju sem se naučil

Potrebe, ki so nujne za preživetje in so za vse ljudi enake, so **osnovne potrebe**. K osnovnim potrebam prištevamo hrano, obleko, bivališče in toploto.

Poznamo tudi **nujne** in **manj nujne potrebe**. Nujne potrebe imajo prednost pred manj nujnimi, ki jih lahko preložimo za krajši ali daljši čas.

SMOTRNA RABA VIROV

Smotrna raba virov pomeni, da z njimi gospodarno ravnamo. Varčujemo lahko z energijo, s surovinami, z materialom, denarjem in s časom. Na primer:

- električno energijo lahko privarčujemo tako, da ugašamo luči, ko jih ne potrebujemo;
- živila kuhamo v manjši količini vode in v pokritih posodah;
- pogosteje se prhamo kot kopamo;
- napišemo si seznam opravil, da ne bomo po nepotrebnem izgubljali časa;
- poskrbimo za ločeno zbiranje odpadkov;
- kupujemo le toliko, kolikor zares potrebujemo.

SMOTRNA RABA ENERGIJE

Katere električne aparate uporabljate pri vas doma? Morda veš, kateri od njih porabi največ električne energije?

Smotrna raba energije se začne z zavedanjem, da energija ni sama po sebi dana v neomejenih količinah. Varčevanje z energijo pomeni zmanjševanje količine porabljene energije. S tem pomagamo ohranjati okolje in privarčujemo denar.

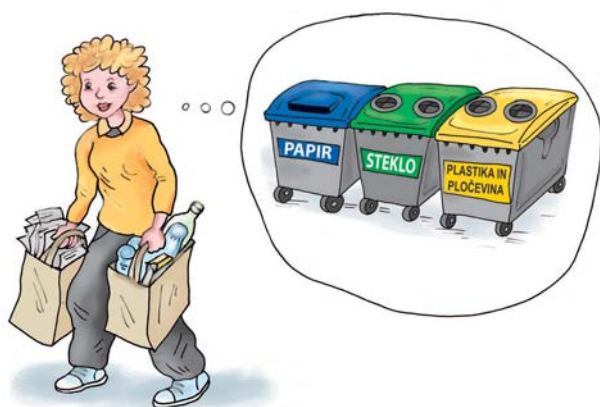
Priporočila, kako lahko aktivno sodelujemo pri ohranjanju okolja:

- Izberimo obnovljive vire energije (energijo sonca, vetra, vode, biomaso, geotermalno energijo);
- ugašajmo luči, izklopimo aparate in stroje, ko jih ne potrebujemo več;
- zatesnimo okna in vrata;
- na radiatorje namestimo termostate (z njimi uravnavamo temperaturo v prostoru);
- uporabljajmo varčne žarnice, aparate in stroje;
- reciklirajmo;
- varčujmo z vodo;
- uporabljajmo ekološka čistila.





SEZNAM OPRAVIL	
ODNESI SMETI	😊
SESANJE	😊
TRGOVINA	😊
UČENJE	😊
POMOČ PRI KUHANJU	😊
POMIVANJE POSODE	😊

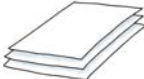
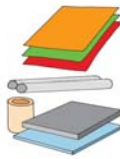


SMOTRNA RABA MATERIALA

Naštej primere, kako bi lahko
varčevali s surovinami, z materialom.

Z manjšo porabo materialov in recikliranjem le-teh privarčujemo tudi osnovne surovine, kot so les, rude in druge surovine, namenjene predelavi.

Pridobivanje surovin za ponovno uporabo

SUROVINA	MATERIAL, IZDELEK	RECIKLIRAN MATERIAL
		
		
		
		
		



UPRAVLJANJE S ČASOM

Pogosto slišimo pripombe, da je dan prekratek za to, da bi postorili vse, kar je potrebno.

Ali imaš dovolj časa za učenje in prosti čas? Kaj pa za počitek in spanje?

Dan razdelimo na dopoldanski čas, ko smo v šoli, in na popoldanski čas, ki je namenjen opravljanju domačih nalog, učenju, prostemu času, branju ter številnim drugim dejavnostim.

S pravilnim načrtovanjem dela nam bo ostalo dovolj časa za prosti čas, ki ga lahko preživimo tako, kot nam je všeč. Najlažje je, če si tudi za popoldanski čas izdelamo urnik dela.

8.00–13.30	14.30–16.00	16.00–18.30	19.00–20.00	20.15
				

SMOTRNA RABA DENARJA

Kakšen odnos imaš do denarja?
Ga hitro zapraviš ali o svojem nakupu
prej razmisliš?

Sodobni način življenja je povezan s potrošništvom oziroma z nakupovalnimi navadami. Ločimo dve vrsti nakupovalnih navad:

- nakupovalne navade, ko kupujemo stvari, ki jih resnično potrebujemo. Pri nakupu nas zanimata kakovost in uporabnost izdelka;
- nakupovalne navade, ko nakupujemo ne glede na to, ali izdelek resnično potrebujemo ali ne. Kupimo ga zato, ker je znižan, v akciji ali je njegova cena ugodna.



Navade oblikujejo naše osebne lastnosti, zato lahko zaradi potrošniškega načina življenja postanemo nevztrajni, neučakani in hlastamo po spremembah. Ker negospodarno potrošništvo spodbuja pretirano izrabljanje naravnih virov in onesnaževanje, imajo naše navade negativne posledice tudi za okolje.



Slovarček novih besed

biomasa – energetski vir, ki je shranjen v rastlinah

ekološka čistila – čistila, ki so narejena iz okolju prijaznih snovi

geotermalna energija – toplota, ki nastane v notranjosti Zemlje

kremen – trda in krhka kamnina steklenega sijaja

material – snov, ki se uporablja za izdelavo nečesa

obnovljivi viri energije – viri, ki se v naravi neprestano obnavljajo
(sončna energija, geotermalna energija in biomasa)

potrošništvo – uporabljanje izdelkov in storitev; pretirano porabljanje dobrin

recikliranje – predelava odpadnih surovin za izdelavo novih

racionalno – varčno, gospodarno

surovina – neobdelana snov v naravnem stanju, namenjena za predelavo, proizvodnjo



V tem poglavju sem se naučil

Smotrna raba virov pomeni, da z njimi gospodarno ravnamo. Varčujemo lahko z energijo, s surovinami, z materialom, denarjem in s časom.

DENAR

Kaj ti pomeni beseda denar?

Denar so **kovanci**, **bankovci** in druga denarna sredstva, s katerimi plačujemo izdelke in storitve.

Denarno sredstvo je tudi **plastični denar**; to so razne kartice, s katerimi plačujemo in dvigujemo gotovino na bankomatih. Poznamo tudi **elektronski denar**, s katerim plačujemo preko interneta, ter **knjižni denar**, ki ga imamo na bančnem računu.



NAČINI PLAČEVANJA

Kadar plačujemo z bankovci in s kovanci, govorimo o **gotovinskem plačevanju**.



Poznamo tudi **negotovinsko plačevanje**. Pri tem načinu plačevanja plačujemo s **plačilno** ali **kreditno kartico**, s **položnicami**, z **elektronskim poslovanjem** preko interneta.



VALUTA

Kako se imenuje denar v naši državi?

Valuta je denarna enota v državi. Slovenija se je s 1. 1. 2007 pridružila velikemu območju evropskih držav, ki uporabljajo skupno valuto **euro**.

Bankovci so za vse države, ki uporabljajo euro, enaki, za kovance pa motive izbere vsaka država zase in so uporabni povsod, kjer se euro uporablja.



VARČEVANJE IN POSOJILO

Kaj storiš z denarjem, ki ga dobiš?

Če dobiš denar, ni nujno, da ga takoj zapraviš, ampak ga lahko tudi **varčuješ**. Tako si lahko kasneje, ko privarčuješ določeno vsoto, uresničiš kakšno večjo željo.

Kadar odrasli želimo kupiti dražji izdelek in nimamo dovolj denarja, da bi ga plačali v enkratnem znesku, lahko v banki dobimo **posojilo**. Za posojeni denar nam banka zaračuna obresti.





Slovarček novih besed

bankovec – papirnati denar

cenik – seznam izdelkov ali storitev z navedenimi cenami

euro – valuta, ki se uporablja v večini držav Evropske unije

gotovina – plačilno sredstvo v bankovcih ali kovancih

kovanci – kovan denar

obresti – denarno nadomestilo za posojeni denar

posojilo – denar, ki si ga sposodimo in kasneje vrnemo

varčevati – porabiti čim manj denarja ali drugih dobrin



V tem poglavju sem se naučil

Denar so **kovanci**, **bankovci** in druga denarna sredstva, s katerimi plačujemo izdelke in storitve.

Denarno sredstvo je tudi **plastični denar**; to so razne kartice, s katerimi plačujemo in dvigujemo gotovino na bankomatih. Poznamo tudi **elektronski denar**, s katerim plačujemo preko interneta, ter **knjižni denar**, ki ga imamo na bančnem računu.

Kadar plačujemo z bankovci in s kovanci, govorimo o **gotovinskem plačevanju**. Pri **negotovinskem plačevanju** plačujemo s **plačilno** ali **kreditno kartico**, s **položnicami**, z **elektronskim poslovanjem** preko interneta.

Valuta je denarna enota v državi. Slovenija se je s 1. 1. 2007 pridružila velikemu območju evropskih držav, ki uporabljajo skupno valuto **euro**.



Razširi svoje znanje

Izdelaj cenik za živila in čistila, ki jih uporabljate pri pouku gospodinjstva.





Zavod
Republike
Slovenije
za šolstvo

Bernarda Kramar

Gospodinjstvo

5



ISBN 978-961-234-735-2



9 789612 347352