**ЧЕК ЛИСТ –САМООЦЕНУВАЊЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| **4.Наставна единица :** **Разлика меѓу сирова и готвена храна** |  |
| **Ученик****Одд.** |
| **Критериуми за успех** | **0 бода** | **1бод** | **2бода** | **3 бода** | **бодови** |
| Прави разлика помеѓу повратни и неповратни промени. (при процесот на готвење) | Не  | Дефинирам и препознавам |  Разликувам и опишувам | Знам и објаснувам на дадени познати и нови примери |  |
| Прави споредувања. | Не  | Се обидувам | Умеам и се трудам | Умеам и успевам |  |
| Користи резултати за да извлече заклучоци и да направи понатамошни претпоставки  | Не  | Се обидувам | Умеам и се трудам | Умеам и успевам |  |
| Знам да користам табели,(венсувам податоци во табела за промените на храната при готвење) и знам да користам графици со столпчиња или пита за да претстави резултати.(сооднос на сирова и готвена храна 20%: 80 % во исхраната за да биде здрава) | Не  | Се обидувам | Умеам и се трудам | Умеам и успевам |  |
| Како преку здрава исхрана ќе го унапредам здравиот начин на живеење | Не знам | Имам познавања | Имам и познавања и претстава |  Знам |  |
|  |

0-5 недоволно 6-7 нискоздоволително 8-10 делумно 11-12 здоволително 13-15 одлично