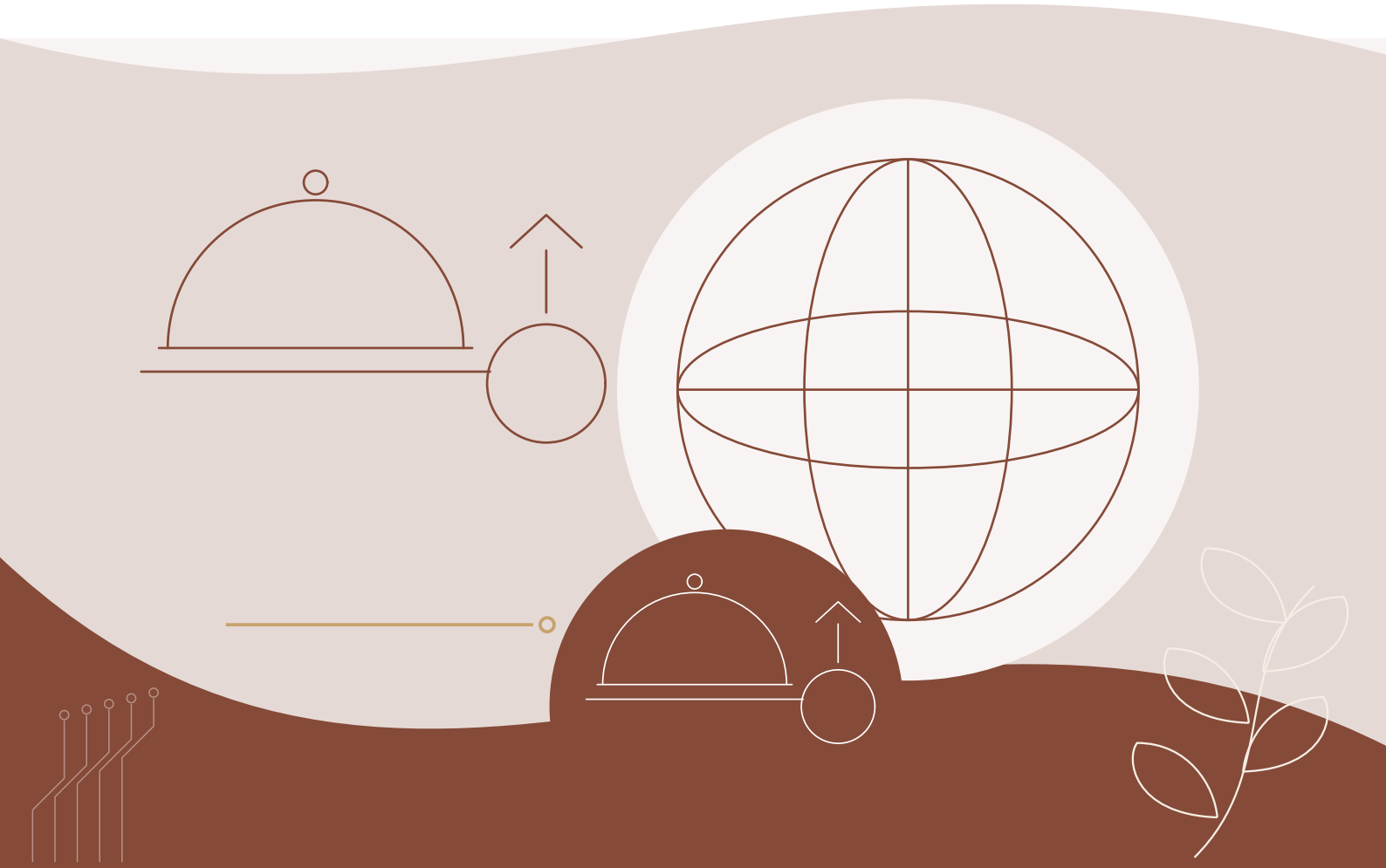
Центар за развој на стручно образование

STEM-ВЕШТИНИ / I ГОДИНА

# Угостителство и туризам

## Прирачник за реализација на активности од STEM-вештини

ОСНОВИ НА ТУРИЗАМ • ОСНОВИ НА УГОСТИТЕЛСТВО • ДЕЛОВНА КОМУНИКАЦИЈА • ХИГИЕНА И ЕКОЛОГИЈА



Јули, 2026

Прирачникот е подготвен во рамки на партнерството на Центарот за развој на стручното образование и УНИЦЕФ со финансиска поддршка од Шведска и НЕЛТ, под покровителство на Министерството за образование и наука.

Прирачникот го подготви работна група формирана од Центарот за развој на стручното образование.

ЧЛЕНОВИ НА РАБОТНАТА ГРУПА ЗА ИЗРАБОТКА НА ПРИРАЧНИК

м-р Ардијана Исахи Палоши, координатор на работната група, Центар за развој на стручното образование

м-р Надица Илиевска – член, СУГС „Лазар Танев“, Скопје

проф. д-р Дејан Методијески – член, Универзитет „Гоце Делчев“, Штип, Факултет за туризам и бизнис логистика

> Мислењата и ставовите на авторите не мора да ги одразуваат секогаш мислењата и ставовите на УНИЦЕФ и Шведска и НЕЛТ.

# Содржина


Вовед, цел на прирачникот и негова примена 5

01 1. Основи на туризам 10

Поим и развој на туризмот 11

1.1.1. Примена на принципи на одржливо и еколошко работење во туристичкиот сектор 11

Фактори и функции на туризмот 14

1.2.1. Одржливи практики кај туристичката понуда, побарувачка, транспорт и посредништво 14

Видови туризам 18

1.3.1. Одржливи практики кај различни видови туризам 18

Туризмот и останатите стопански и нестопански дејности 21

1.4.1. Поврзаност на одржливиот туризам со другите стопански и нестопански дејности 21

02 2. Основи на угостителство 24

Поим, развој и сектори на угостителството 25

2.1.1. Примена на принципи на одржливо и еколошко работење во угостителскиот сектор 25

Угостителски објекти за сместување и исхрана 30

2.2.1. Одржливи практики во угостителските објекти за сместување и исхрана 30

Угостителско послужување 33

2.3.1. Одржливи практики во угостителското послужување 34

Готварство 37

2.4.1. Одржливи практики во готварството 37

03 3. Деловна комуникација 41

Основни поими за комуникацијата 42

Форми и начини на деловно комуницирање и однесување во угостителското и туристичкото работење 45

3.2.1. Комуникација и еколошки одговорно однесување во угостителско - туристичкото работење 45

Деловни вештини 49

3.3.1. Професионална комуникација со почитување на принципите на одржливо и еколошки одговорно работење 49

Ефикасност во комуницирањето и работењето 52

3.4.1. Деловна комуникација со користење дигитални решенија и минимална употреба на материјални ресурси 52

04 4. Хигиена и екологија 56

Лична и работна хигиена 57

4.1.1. Лична и работна хигиена, одговорен однос кон здравјето и одржувањето на чиста и безбедна средина со примена на зелени практики 57

**Хигиена и безбедност на храна 60**

4.2.1. Правила за хигиенско и безбедно ракување со храна, одржување чиста и здрава работна средина со примена на одржливи практики 60

**Еколошко значење на хигиена на околината 63**

4.3.1. Основни принципи за еколошка заштита на животната средина 63

**Закони и стандарди во угостителската дејност и прва помош при работа 67**

4.4.1. Законски прописи, стандарди, мерки за безбедност и одржливи практики во угостителската дејност 67

**Литература 71**

# Вовед, цел на прирачникот и негова примена

**Целта на изработениот прирачник за одржливо и дигитално учење е да понуди** практична и современа поддршка за реализирање на наставата од стручното образование во секторот Угостителство и туризам.

Прирачникот е наменет пред сè за наставниците во стручните угостителско-туристички училишта кои реализираат предмети од I година и тоа: Основи на туризам, Основи на угостителство, Деловна комуникација и Хигиена и екологија.

Прирачникот, исто така, е наменет и за учениците, кои преку него ќе добијат јасни насоки, чекори и мотивација за вклучување во реални и интерактивни задачи.

Тој е применлив и за теренска и практична настава, како и за различни проектни активности поврзани со наставните програми.

Прирачникот е структуриран по наставни предмети, модуларни единици, резултати од учење и наставни активности, каде секоја активност е разработена по логични етапи: вовед, објаснување, практична задача, дискусија и домашна работа.

Секоја активност содржи конкретни чекори за реализација, предлог-алатки и задачи што можат да се реализираат.

Посебен фокус на прирачникот е ставен на развој на зелени вештини (одржливост и еколошки практики) и дигитални вештини (користење софтвери, апликации, програми, дигитална комуникација и др.). Преку вакви активности, учениците се поттикнуваат да станат одговорни професионалци во иднина, кои ќе знаат како да ја заштитат природата, да планираат паметно и да работат со современи дигитални технологии.

Прирачникот за одржливо и дигитално учење претставува наставно помагало за постигнување на резултатите од учење од четири наставни програми и се состои од содржини соодветни на модуларните единици предвидени во програмите, и тоа:

1. **Основи на туризам**
2. **Основи на угостителство**
3. **Деловна комуникација**
4. **Хигиена и екологија**

## ПРИМЕНА НА ПРИРАЧНИКОТ

Овој прирачник е дизајниран за флексибилна и интуитивна примена во различни наставни контексти. Благодарение на јасната структура и унифицираниот пристап, наставниците и учениците можат лесно да се ориентираат низ содржината и да ги следат конкретните чекори за реализација на секоја активност. Структурата на активностите е логично организирана и овозможува директна примена во редовна, проектна или теренска настава, како и во соработка со компании или локални институции.

## ОРГАНИЗАЦИЈА НА АКТИВНОСТИТЕ

Секоја активност во прирачникот е организирана според следниве елементи:

- **Наслов (модуларна единица + активност) -** го означува името на модуларната единица и конкретната активност што ќе се реализира, за полесна ориентација на наставникот и ученикот.
- **Резултат од учење -** јасно дефинира што треба ученикот да знае или да може да направи по завршување на активноста.

**Наставна единица - ја покажува поширокаата тема во која е вклучена активноста и помага да се поврзе со програмата.**

- **Цел на активноста -** ја објаснува конкретната намера на активноста, што ќе се постигне со неа, зошто се реализира.
- **Чекори за реализација – структурирани по редослед (вовед, објаснување, практична задача, дискусија).**Го опишува текот на активноста, од подготовка до завршна анализа, со јасни насоки за секој дел.
- **Домашна задача – продолжување на учењето во индивидуален или истражувачки контекст.**Дава можност ученикот да го продлабочи знаењето самостојно, преку дополнителна задача или истражување.
- **(По избор) Препорачани алатки, поврзани занимања или линија на кариера -** дава дополнителни информации што можат да го поврзат учењето со реалниот свет и идните професии.

## ПРЕДЛОЗИ ЗА ФЛЕКСИБИЛНА УПОТРЕБА

Прирачникот овозможува флексибилна примена, во зависност од времето, ресурсите и образовниот контекст:

- Во редовна настава – како дел од час по теоретска или практична настава;
- На терен – при изведба на теренска настава, набљудувања, анкетирање и анализа;
- Во проекти – како дел од ученички или интердисциплинарни проекти, натпревари или денови на отворени врати;
- За индивидуална работа – преку домашни задачи, истражувачки извештаи и дигитални активности;
- Во соработка со реалниот сектор – во партнерство со компании, екоорганизации или институции од јавен сектор.

## ПРЕПОРАЧАНИ АЛАТКИ

За успешна реализација на активностите од прирачникот, предложени се дигитални алатки/алатки на вештачка интелигенција кои се препорачува да се применуваат во контекст на развивање зелени вештини. За да може да се користат соодветно, подолу во табелата е опишана примената на дигиталните алатки и алатките на вештачка интелигенција.

| ДИГИТАЛНА АЛАТКА | ОПИС И КАРАКТЕРИСТИКИ | КАКО ПОМАГА ВО НАСТАВАТА |
|---|---|---|
| **Canva** | Онлајн алатка за графички дизајн. Нуди шаблони за постери, инфографици, презентации, летоци. | Учениците можат да креираат визуелни материјали: постери, инфографик за рекултивација, табели и дијаграми. Наставникот може да подготви прегледни материјали. |
| **Google Slides** | Алатка за онлајн презентации, дел од Google Workspace. | Учениците претставуваат истражувања, процеси или чекори. Наставникот ја користи за предавања и групни вежби. |
| **Google Docs** | Онлајн текстуален процесор со можност за заедничко уредување. | Одличен за пишување извештаи, протоколи, белешки. Учениците и наставникот работат заедно во реално време. |
| **Microsoft Whiteboard** | Интерактивна табла, особено за колаборативна работа преку Office 365. | За визуелно прикажување идеи, системи (на пример: прочистување вода), брзи скици и анализа. |
| **YouTube** | Видеоплатформа со едукативни и технички видеа. | Наставникот користи едукативни видеа за симулации, примери од индустријата, работни процеси. |

| ДИГИТАЛНА АЛАТКА | ОПИС И КАРАКТЕРИСТИКИ | КАКО ПОМАГА ВО НАСТАВАТА |
|---|---|---|
| **Google Forms** | Алатка за креирање прашалници, анкети, квизови. | За проверка на знаење, самопроценка или собирање мислења / податоци од ученици. |
| **Алатка на вештачка интелигенција (ВИ)** | **Опис и можности** | **Како помага во наставата** |
| **ChatGPT (од OpenAI)** | Модел на јазична вештачка интелигенција што одговара на прашања, објаснува теми, помага во пишување. | Наставникот може да бара идеи за активности, чекори за вежби, формулирање прашања. Учениците може да добијат појаснување на поими, предлог-протоколи или истражувачки насоки. |
| **Canva AI (Magic Write, Text to Image)** | Вештачка интелигенција во Canva што креира текст, визуелни содржини или дизајн врз база на инструкции. | Учениците брзо добиваат текстови за постери, кратки описи, а наставниците создаваат инфографици за секојдневни теми (пр. зелена енергија, безбедност). |
| **Microsoft Copilot** | ВИ асистент интегриран во Word, PowerPoint, Excel (Office 365). | Наставникот може автоматски да создаде слајдови или да уреди текст. Учениците користат Copilot за форматирање, резимирање или проверка на текст. |
| **QuillBot** | Алатка за парафразирање и резимирање на текст. | Помага при пишување извештаи или повторна формулација на технички текстови. Корисна за ученици со различно ниво на разбирање. |
| **Khanmigo (на Khan Academy)** | AI тутор кој објаснува чекори и прашања од различни области. | Учениците вежбаат со поддршка при решавање задачи, а наставниците следат напредок. |

## СИМБОЛИ И ИКОНИ

За полесна визуализација и ориентација, низ прирачникот се користат симболи и икони со јасно значење:

Модуларна единица – темата што се обработува

Резултат од учење – што треба

ученикот да постигне

Цел на активноста – што е фокусот на задачата

Чекори – логички последователни активности за реализација

Дигитална алатка – софтвер или апликација што може да се користи

Домашна задача – индивидуален предлог за ученикот

Совет за наставникот/ученикот – кратки корисни насоки

Овие визуелни елементи им овозможуваат на корисниците побрзо да се снајдат во прирачникот и да ја разберат суштината на активноста.

ДЕЛ 1

# 1. Основи на туризам

Наставната програма Основи на туризам опфаќа четири модуларни единици:

1. **Поим и развој на туризмот**
2. **Фактори и функции на туризмот**
3. **Видови туризам**
4. **Туризмот и останатите стопански и нестопански дејности**

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА

# 1.1 Поим и развој на туризмот

**Модуларната единица Поим и развој на туризмот ги опфаќа содржините поврзани со развојниот пат на туризмот како општествена појава, основните карактеристики на туризмот, поим и класификација на туристичките потреби и мотиви, перспективите за развој на туризмот во Северна Македонија и во светот, како и меѓународните туристички организации.**

**Објаснува развоен пат на туризмот како општествена појава; Образложува основни карактеристики на туризмот; Класифицира туристички потреби и мотиви; Анализира перспективи за развој на туризмот во Северна Македонија и во светот; Анализира примена на принципи на одржливо и еколошко работење во туристичкиот сектор.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 1.1.1. Примена на принципи на одржливо и еколошко работење во туристичкиот сектор

Одржливиот развој можеме да го дефинираме како „Развој кој ги задоволува потребите на сегашните генерации, без да ја загрози можноста на идните генерации да ги задоволат своите потреби“. Основата на концептот за одржлив развој е верувањето дека социјалните, економските и целите на животната средина треба заемно да се надополнуваат и да бидат меѓузависни во текот на целиот развоен процес. Целите за одржлив развој претставуваат глобална рамка за креирање политики кои водат кон искоренување на сите форми на сиромаштија, нееднаквост, зачувување на животната средина, обезбедување на просперитет и мир. Агендата 2030 година за одржлив развој, усвоена во септември 2015 година на Самитот на ОН за одржлив развој е универзална. Утврдените 17 цели што треба да се постигнат до 2030 година треба да бидат имплементирани од страна на сите земји во светот.




СЛИКА 1. Цели на одржлив развој (https://sdgs.un.org/goals)

АКТИВНОСТ 1

### Перспективи за развој на одржлив туризам во Северна Македонија

**Цел на активноста:** Целта на активноста е да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ја прикажуваат поврзаноста меѓу туризмот и одржливоста. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да подготват презентација и да дискутираат за тоа какво е значењето на целите за одржливиот развој од аспект на туризмот и како тие гледаат на потребата од постигнување на овие цели во туристичкиот сектор во нашата земја.

**Чекори:** Наставникот прави осврт на одржливиот развој, ги презентира целите за одржлив развој од аспект на туристичката дејност и отвора дискусија со однапред подготвени прашања. Учениците поделени во групи избираат различни цели за одржлив развој на кои ќе работат. Секоја група ги истражува однапред избраните цели, собира информации од интернет, книги и од други извори. Фокусот е на тоа зошто се важни тие цели и како може да се постигнат преку туристичката дејност во нашата земја. Секоја група има 10 минути да ја презентира својата цел. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и како тие лично можат да придонесат кон постигнувањето на целите за одржлив развој.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, секој ученик подготвува презентација и табеларен приказ на мотото за празнување на Светскиот ден на туризмот во изминатите години, кое е поврзано со целите за одржливиот развој. За оваа домашна задача, учениците ја користат официјалната веб-страница на Светската туристичка организација https://www.untourism.int/world-tourism- day

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење релевантни извори, веб- страници и студии на случај.

АКТИВНОСТ 2

## Меѓународните туристички организации и нивното влијание во развојот на одржливиот туризам

**Цел на активноста:** Целта на активноста е да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ја прикажуваат поврзаноста меѓу туризмот и одржливиот развој. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да подготват презентација и да дискутираат за тоа какво е значењето на Списокот на светското наследство на УНЕСКО во насока на одржливиот развој на туризмот.

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт на Списокот на светското културно и природно наследство на УНЕСКО, програмата и критериумите. Секоја група избира земја од светот по избор. Секоја група ги истражува објектите вклучени во списокот на светското наследство на УНЕСКО за избраната земја, собира информации од интернет, публикации, видеа и други извори во насока на добри практики и одржлив туризам. Фокусот е на тоа зошто е важна заштитата на објектите на природно и културно наследство и како добрите примери од странство може да бидат применети и кај нас. Секоја група има 10 минути да ја презентира избраната земја. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, учениците подготвуваат презентација и табеларен приказ на списокот на светското наследство на УНЕСКО за Балканските земји и пронаоѓаат успешни примери. За оваа домашна задача, учениците ја користат официјалната веб-страница на УНЕСКО https://whc.unesco.org/en/list/

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење на релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА

# 1.2 Фактори и функции на туризмот

**Модуларната единица Фактори и функции на туризмот ги опфаќа содржините поврзани со различните фактори на туристичка побарувачка и понуда, како и значењето на посредничките фактори во туризмот. Исто така, во оваа модуларна единица се прави осврт на економските и неекономските функции на туризмот.**

**Утврдува фактори на туристичка побарувачка; Вреднува различни фактори на туристичка понуда; Толкува важност на посредничките фактори на туризмот; Споредува економски и неекономски функции на туризмот; Идентификува одржливи практики кај туристичката понуда, побарувачка, транспорт и посредништво.**

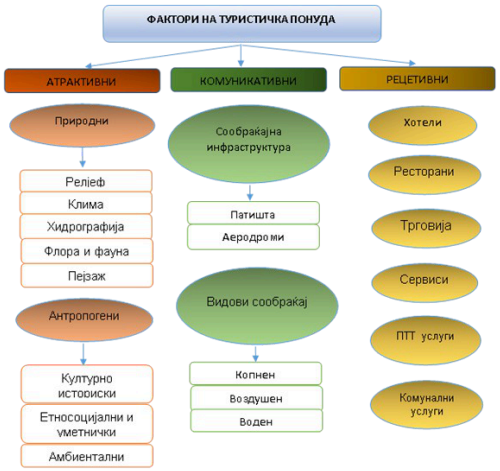
НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 1.2.1. Одржливи практики кај туристичката понуда, побарувачка, транспорт и посредништво

На туристичката понуда влијаат повеќе фактори од следните области:

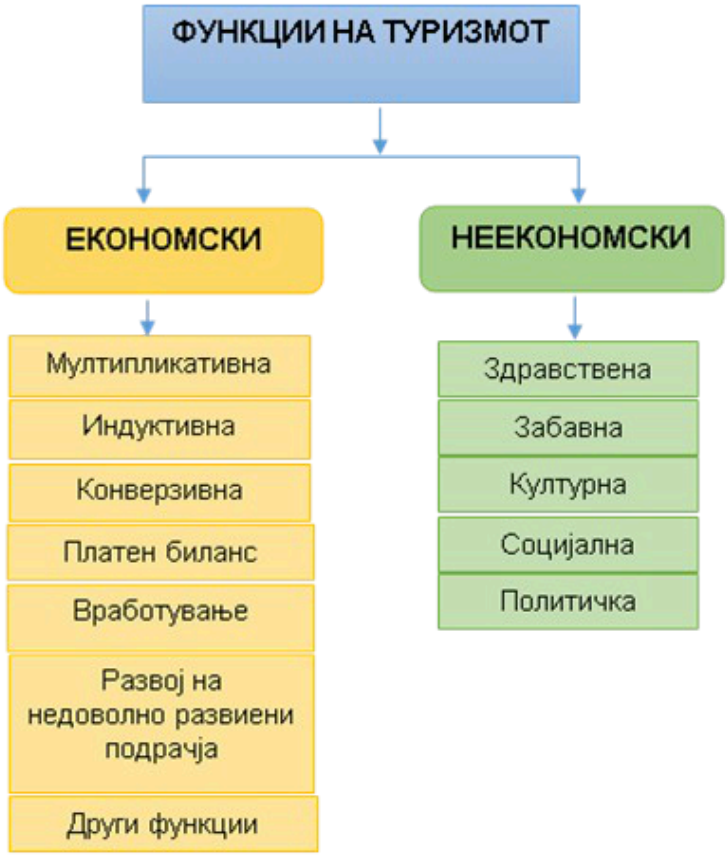
- општеството (вредности, норми, културно наследство, слободно време) стопанството (степен на развој, цени, инфраструктура, работни места) околината (клима, пејзаж, флора и фауна) влијанија на побарувачката (мотиви, вкусови, мода) државата (закони, девизни, царински, гранични и други прописи) претпријатијата (претприемништвото, технологијата, работна сила, трошоци).

Туристичките агенции како посебен вид стопански претпријатија, од своето појавување па сè до денес, претставуваат најизразена форма која произлегува директно од туризмот и претставува своевиден „мост“ помеѓу понудата и побарувачката, притоа вршејќи двојна посредничка улога.




СЛИКА 2. Фактори на туристичка понуда

Современиот туризам има големо влијание врз човекот, општеството, стопанството, природата, окружувањето и сл. Современиот туризам се манифестира преку активностите на туристите кои се мотивирани од нивните потреби за патување и рекреација и од активностите на туристичките дејности кои ги задоволуваат туристичките потреби. Во основа, функциите на туризмот може да бидат систематизирани во две групи:




СЛИКА 3. Функции на туризмот

АКТИВНОСТ 3

### Регионални карактеристики на туристичката побарувачка во светот

**Цел на активноста:** Да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ги прикажуваат статистичките податоци поврзани со меѓународниот туризам во светски рамки. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да подготват презентација и да дискутираат за тоа каков е степенот на развој на туризмот во светот, како и во еден од светските туристички региони.

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт на статистичките податоци поврзани со доаѓањата на странски туристи и туристичката потрошувачка во светски рамки и поделба на туристичките региони (Европа, Америка, Азија и Пацифик, Африка, Блискиот Исток). Секоја група избира туристички регион од светот по избор. Секоја група ги истражува статистичките податоци за доаѓања на странски туристи. Фокусот е ставен на регионалната дисперзија на туризмот во светот. Секоја група има 10 минути да ги презентира податоците поврзани со избраниот регион. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени. За оваа активност, наставникот и учениците ја користат официјалната веб-страница на Светската туристичка организација и нејзината Е- библиотека.

https://www.e-unwto.org/doi/epdf/ 10.18111/9789284427499

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот или преку посета на објекти, учениците прават истражување и подготвуваат презентација и табеларен приказ на туристички бизниси во општината каде живеат или регионот, кои користат одржливи практики во своето работење.

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење на релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

АКТИВНОСТ 4

### Одржливи практики кај туристичката побарувачка во Северна Македонија

**Цел на активноста:** Да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ги прикажуваат статистичките податоци поврзани со туризмот во земјата во изминатите пет години. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да подготват презентација и да дискутираат за тоа каков е степенот на развој на туризмот во нашата земја.

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт на статистичките податоци поврзани со доаѓања и ноќевања на домашни и странски туристи во земјата. Секоја група избира статистички регион од земјата по избор (Вардарски, Источен, Североисточен, Пелагониски, Североисточен, Југозападен, Полошки и Скопски). Секоја група ги истражува статистичките податоци за доаѓања и ноќевања на домашни и странски туристи во избраниот регион. Фокусот е ставен на регионалната дисперзија на туризмот во земјата. Секоја група има 10 минути да ги презентира податоците поврзани со избраниот регион. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени. За оваа активност, наставникот и учениците ја користат официјалната веб-страница на Државниот завод за статистика (Макстат база) https://makstat.stat.gov.mk/PXWeb/ pxweb/mk/MakStat/

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Секој ученик да напише краток есеј (300-400 зборови) на тема: „Доколку сум менаџер на туристички бизнис, би ги користел следните одржливи практики“

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење на релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА

# 1.3 Видови туризам

**Модуларната единица Видови туризам ги опфаќа содржините поврзани со класифицирање на видовите туризам според различни критериуми, карактеристиките на различни видови туризам врз основа на местото на одвивање на туристичката дејност, како и специфичните видови туризам кои се засноваат на културни и природни елементи.**

**Класификува видови туризам според различни критериуми; Анализира карактеристики на различни видови туризам врз основа на местото на одвивање на туристичката дејност; Вреднува специфични видови туризам; Идентификува одржливи практики кај различни видови туризам.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 1.3.1. Одржливи практики кај различни видови туризам

Туризмот претставува комплексна појава и постојат различни критериуми кои се користат при поделбата на неговите видови. Туризмот постојано се развива и го зголемува својот опфат, што придонесува за зголемување на бројот на видовите туризам. Основните критериуми кои се земаат предвид при поделбата на туризмот се следните:

- Целта на патувањето и карактерот на рекреативно-туристичките дејности
- Потеклото на туристите
- Демографските карактеристики на туристите
- Економскиот и социјалниот ефект од туризмот
- Видот на транспортното средство
- Географската средина: крајбрежен, планински, селски, градски, речен туризам и др.
- Времетраењето на престојот
- Влијанието врз животната средина: „тврд туризам“ – агресивно однесување кон средината (природната и социјалната средина треба да се сообразат со него) и „мек туризам“ кој е потчинет на средината во која се престојува.

АКТИВНОСТ 5

## Одржливи практики кај различни видови туризам кој се основа на природни елементи

**Цел на активноста:** Да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ги прикажуваат потенцијалите за развој на одржлив туризам во националните паркови во земјата. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да подготват презентација и да дискутираат за тоа каков е степенот на развој на одржливиот туризам во националните паркови во земјата.

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт и преглед на националните паркови во земјата. Секоја група избира национален парк по избор. Секоја група ги истражува потенцијалите за развој на туризам и иницијативите за одржлив туризам во националниот парк кој го избрале. Секоја група има 10 минути да ги презентира податоците поврзани со избраниот национален парк. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени. За оваа активност, наставникот и учениците ги користат официјалните веб-страници на националните паркови во земјата дадени во табелата подолу.

ТАБЕЛА 1. Преглед на националните паркови во Република Северна Македонија

| Национален парк веб-страница | Година на основање | Површина во хектари | План за управување | Содржајност на одржлив туризам во Планот за управување |
|---|---|---|---|---|
| Галичица | 1958 | 24.151 | 2021-2030 | Стратегија за развој на екотуризам |
| Маврово | 1949 | 72.204 | 2012-2030 | Застапен |
| Пелистер | 1948 | 17.150 | 2021-2030 | Застапен |
| Шар Планина | 2021 | 62.705 | 2022-2031 | Застапен |

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, направете истражување и пронајдете успешни примери за одржлив туризам во национални паркови ширум светот. Подгответе презентација во насока на тоа како овие практики би можеле да се применат од страна на националните паркови во земјата.

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење на релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

АКТИВНОСТ 6

### Одржливи практики кај различни видови туризам кој се основа на културни елементи

**Цел на активноста:** Целта на активноста е да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ја прикажуваат поврзаноста на туризмот со културата. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да подготват презентација и да направат туристичка валоризација на објект од културно наследство.

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт на поврзаноста на културата и туризмот, развој на културниот туризам и дава основни насоки за туристичка валоризација. Секоја група избира објект на културно наследство од своето место на живеење по избор. Секоја група собира податоци за објектот преку интернет, публикации, посета, интервју со одговорни лица на објектот и др. Фокусот е ставен на потенцијалите за привлекување туристи на овој објект. Секоја група има 10 минути да ги презентира податоците поврзани со избраниот објект. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени. За оваа активност, наставникот и учениците ги користат следните критериуми за туристичка валоризација на избраниот објект (музеј, тврдина, споменик, религиозен објект и др.):

- Туристичко – географска положба;
- Уметничка вредност;
- Културно-историско значење на објектот;
- Амбиент: уреденост, сочуваност, разноличност, атрактивност и препознатливост;
- Уреденост и опременост на просторот;
- Вклопеност во туристичкото богатство, односно проценка на туристичките вредности на комплементарните мотиви на дестинацијата.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот и преку посета на локации и објекти, учениците подготвуваат дигитални мапи и патеки за различни видови туризам кој се основа на културни елементи во општината каде живеат или во регионот. За оваа задача може да се користи платформата https://mymaps.google.com/ **Совет за наставникот/ученикот.** Користење на релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА
1.4

# Туризмот и останатите стопански и нестопански дејности

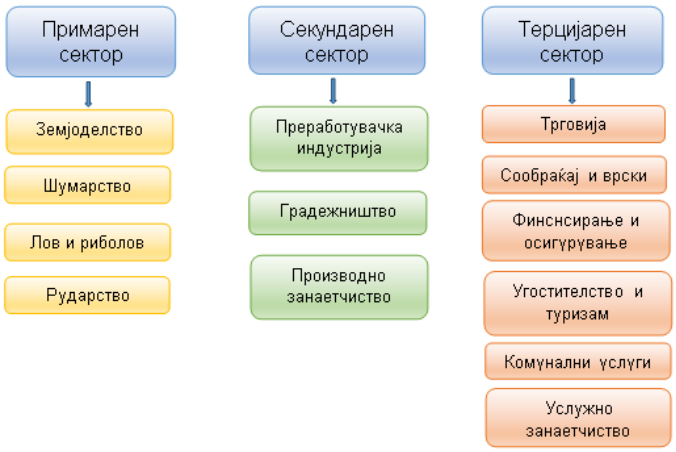
**Модуларната единица Туризмот и останатите стопански и нестопански дејности ги опфаќа содржините поврзани со синергетските ефекти и меѓусебното влијание на туризмот со стопанските и нестопанските дејности, како и стопанското значење и економските ефекти од соработка на туризмот со другите дејности.**

**Анализира поврзаност на туризмот со стопанските дејности; Анализира поврзаност на туризмот со нестопанските дејности; Вреднува стопанско значење и економски ефекти од соработка на туризмот со другите дејности; Анализира поврзаност на одржливиот туризмот со другите стопанските и нестопанските дејности.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 1.4.1. Поврзаност на одржливиот туризам со другите стопански и нестопански дејности

Стопанските дејности или области кои го сочинуваат целокупното стопанство на една заедница можат да се поделат на најразлични начини. Една од најмногу користените поделби на стопанските дејности е поделбата извршена според предметот на дејноста, при што се издвојуваат три основни сектори на стопанството: примарен, секундарен и терцијарен сектор.




СЛИКА 4. Поделба на стопанските дејности

АКТИВНОСТ 7

### Поврзаност на туризмот со земјоделието

**Цел на активноста:** Целта на активноста е да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ги прикажуваат поврзаноста на туризмот со земјоделието. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да подготват презентација и да дискутираат за тоа кои земјоделски производи можат да бидат ставени во функција на развој на туризмот во земјата.

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт и преглед на поврзаноста на туризмот со земјоделието, како и примери за користење карактеристични земјоделски производи во функција на развој на туризмот. Секоја група ги истражува потенцијалите и карактеристичните земјоделски производи на еден регион од земјата кој го избрале. Секоја група има 10 минути да ги презентира податоците поврзани со избраниот земјоделски производ. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени. Препораки за заштита и брендирање на локални земјоделски производи.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, направете истражување и пронајдете успешни примери на брендирање и промоција на земјоделски производи во насока на развој на туризмот во некои дестинации од Европа. Подгответе презентација во насока на тоа како овие практики би можеле да се применат во нашата земја.

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење на релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

АКТИВНОСТ 8

## Поврзаност на туризмот со здравството

**Цел на активноста:** Целта на активноста е да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ги прикажуваат потенцијалите за развој на бањски туризам во земјата. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да подготват презентација и да дискутираат за тоа каков е степенот на развој на бањскиот туризам во земјата.

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт и преглед на поврзаноста на туризмот со здравството, како и капацитетите на бањските центри во земјата. Секоја група избира бањски центар по избор. Секоја група ги истражува потенцијалите за развој на туризмот во бањскиот центар кој го избрале, како и лековитите својства на водата. Секоја група има 10 минути да ги презентира податоците поврзани со избраниот бањски центар пред одделението. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени. За оваа активност, наставникот и учениците ги користат официјалните веб-страници на бањските центри во земјата, како и профилите на социјалните медиуми.

ТАБЕЛА 2. Преглед на бањски центри во Република Северна Македонија

| Име на бањата Веб-страница | Местоположба | Регион | Штедрост на изворите | Температура на водата |
|---|---|---|---|---|
| Банско | с. Банско | Југоисточен | 40 л/сек. | 72° |
| Негорска | с. Негорци | Југоисточен | 1.1 л/сек. | 40° |
| Дебарски Бањи | с. Бањиште с. Косоврасти | Југозападен Југозападен | 51 л/сек. 68.8 л/сек. | 38.8° 48° |
| Катлановска | с. Катланово | Скопски | 1.5-2 л/сек. | 41° |
| Кумановска | с. Проевци | Североисточен | 2.5 л/сек. | 30.4° |

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, направете истражување и пронајдете успешни примери на одржливост кај бањски центри во Европа. Подгответе презентација во насока на тоа како овие практики би можеле да се применат од страна на бањските центри во земјата.

Совет за наставникот/ученикот. Користење на релевантни извори на податоци, интернет- страници и студии на случај.

ДЕЛ 2

# 2. Основи на угостителство

Наставната програма Основи на угостителство опфаќа четири модуларни единици:

1. **Поим, развој и сектори на угостителството**
2. **Угостителски објекти за сместување и исхрана**
3. **Угостителско послужување**
4. **Готварство**

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА
2.1

# Поим, развој и сектори на угостителството

**Модуларната единица Поим, развој и сектори на угостителството ги опфаќа содржините поврзани со поим и историски развој на угостителството како стопанска дејност, поделба, значење и карактеристики на угостителството и угостителските услуги и сектори на работа во современото угостителство.**

**Објаснува поим и историски развој на угостителството како стопанска дејност; Објаснува поделба, значење и карактеристики на угостителството и угостителските услуги; Идентификува сектори на работа во современото угостителство; Анализира примена на принципи на одржливо и еколошко работење во угостителскиот сектор.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 2.1.1. Примена на принципи на одржливо и еколошко работење во угостителскиот сектор

Угостителството е благородна, креативна, динамична и економски исплатлива дејност, која во изминатите децении бележи постојан развој во меѓународни рамки. Угостителството претставува дејност на давање услуги на гостите, кои во основа ги опфаќа сместувањето, подготвувањето и послужувањето храна и пијалаци. Угостителството се темели на односот кој персоналот го воспоставува со гостите. Овој однос е од големо значење за правилно и ефективно функционирање на угостителските објекти.



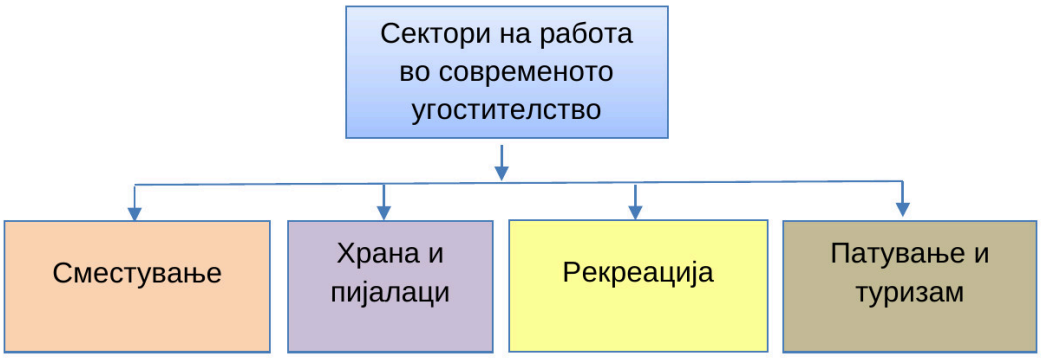
СЛИКА 5




СЛИКА 6. Поделба на угостителството

Угостителството, како и другите стопански дејности, се развива во услови на сè поразвиена поделба на трудот, при што нужно довело до специјализација во работата и поделба на угостителството на одредени групи.

Во современото угостителство, разни автори прават поделба на секторите на работа во оваа дејност на основа на различни критериуми. Најприфатлива е поделбата на секторите на:




СЛИКА 7. Сектори на работа во современото угостителство

АКТИВНОСТ 1

### Одржливи практики во секторот рекреација

**Цел на активноста:** Да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали што ги прикажуваат поврзаноста на секторот рекреација од угостителството со одржливоста во тематски паркови. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да подготват презентација, а потоа да дискутираат за одржливите практики што се применуваат во тематските дино-паркови во земјата.

**Чекори:** Наставникот дава краток осврт и преглед на поврзаноста на секторот рекреација од угостителството со еколошките и одржливи практики во тематските паркови и атракции, како интегрирање на еколошките содржини и одржливо уредување на просторот. Учениците поделени во две групи ги истражуваат еколошките практики на дино-паркот кој го избрале.

- Дино-парк Скопје https://zooskopje.com.mk/dino-park/

Интензивно зеленило во просторот, користење на природни материјали во изградба, дигитализација и заштеда на хартија, односно можност за онлај купување билет преку мобилна апликација, еколошка и интерактивна едукација на посетителите.

- Дино-парк Штип https://www.facebook.com/dinoparksht ip/?locale=mk_MK

Паметно планирање на ресурсите (зелена и локална инфраструктура, материјали и пешачки патеки), зачувување на природниот биодиверзитет (паметна потрошувачка на електрична енергија) и континуирана еколошка и научна едукација на најмладите (креативни работилници за рециклирање и др.).



СЛИКА 8

Секоја група има 10 минути да ги презентира податоците поврзани со избраниот дино-парк. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени. Препораки за дополнување на еколошките активности во дино-парковите во земјата.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, направете истражување и пронајдете успешни примери на екопрактики и различни активности во дино-паркови во светот. Препорачани веб-страници на дино-паркови во Полска, Романија, Бразил. https://juraparkkrasiejow.pl/ https://dinoparc.ro/en/ https://ingresso.terradosdinos.com.br/

Подгответе презентација во насока на тоа како овие практики би можеле да се применат во дино-парковите во нашата земја.

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

АКТИВНОСТ 2

### Одржливи практики во секторот патување и туризам

**Цел на активноста:** Да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ги прикажуваат поврзаноста на туристичките дестинации и одржливоста. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да подготват презентација, а потоа да дискутираат за одржливите туристички активности во дестинациите што можат да бидат ставени во функција на развој на туризмот во нашата земја, преку примерот на Зелена Словенија. Во Словенија, од страна на одговорните тела за развој на туризмот на национално ниво е воведена шема за сертификација за зелени ознаки и одржлив туризам. https://www.slovenia-green.si/kaj-poceti/ и https://www.slovenia.info/en/business/gre en-scheme-of-slovenian-tourism

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт и преглед на критериумите за сертифицирање на одржливи и еколошки дестинации, како и примери на туристички активности од Словенија (искуства, дестинации, сместување, зелени патеки, зелени настани, водичи и др.).Секоја група ги истражува потенцијалите на регионот во кој живеат и подготвуваат зелена патека за туристи која вклучува природа, култура и гастрономија. Секоја група има 10 минути да ги презентира податоците поврзани со креираната зелена туристичка патека. Кратка дискусија за тоа што учениците научиле од оваа вежба и какви заклучоци се донесени.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, направете истражување и пронајдете успешни примери за користење еколошки транспорт во некои дестинации од Европа (електрични и хибридни возила, јавен транспорт, велосипеди и е-тротинети, пешачки зони, паметно планирање на превозот со мобилни апликации, споделување на превозни средства, едукација и др.). Подгответе презентација во насока на тоа како овие практики би можеле да се применат во избрани дестинации во нашата земја.

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА
2.2

# Угостителски објекти за сместување и исхрана

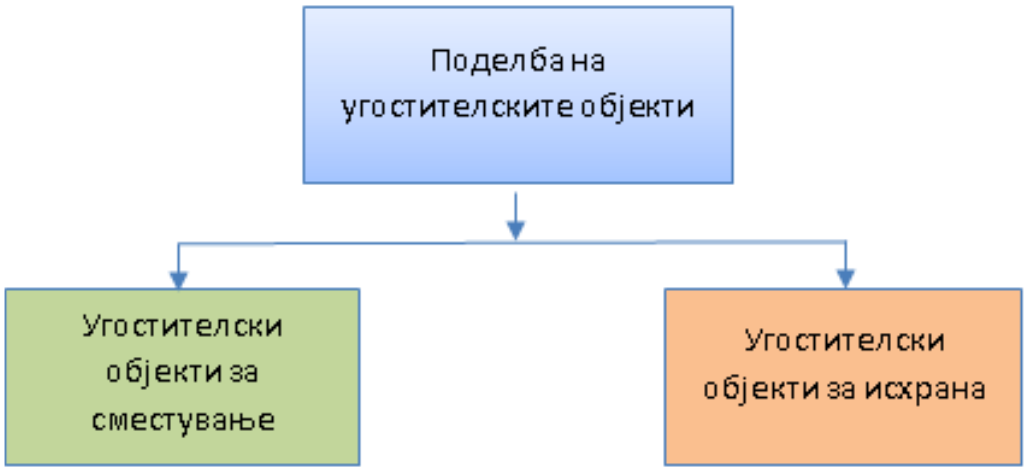
**Модуларната единица Угостителски објекти за сместување и исхрана ги опфаќа содржините поврзани со поделба и карактеристики на угостителските објекти за сместување, како и поделба и карактеристики на угостителските објекти за исхрана и пијалаци. Исто така, во оваа модуларна единица се прави осврт на локацијата, категоризацијата и капацитетите на угостителските објекти.**

**Објаснува поделба и карактеристики на угостителските објекти за сместување; Објаснува поделба и карактеристики на угостителските објекти за исхрана и пијалаци; Толкува локација, категоризација и капацитет на угостителските објекти; Толкува одржливи практики во угостителските објекти за сместување и исхрана.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 2.2.1. Одржливи практики во угостителските објекти за сместување и исхрана

Во Република Северна Македонија, според Законот за угостителска дејност, угостителските објекти може да бидат поделени на:




СЛИКА 9. Поделба на угостителските објекти

АКТИВНОСТ 3

### Зелени практики во угостителските објекти

**Цел на активноста:** Целта на активноста е да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои прикажуваат зелени практики во угостителските објекти. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да подготват презентација, а потоа да дискутираат за различни зелени практики во угостителските објекти кои можат да бидат реализирани во земјата.

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт и преглед на зелени практики во угостителските објекти, посочува соодветни примери од светски хотелски синџири како:

**Хотелите од синџирот Intercontinental (https://www.ihg.com/)**

**Иницијатива презеле и хотелите Ramada (https://www.wyndhamhotels.com/)**

**Хотелите на Hayat (https://www.hyatt.com/)**

**Синџирот Sheraton (https://sheraton.marriott.com/)**

Светското друштво за заштита на животните (https://www.worldanimalprotection.org/).

Секоја група истражува различни зелени практики на угостителски објекти користејќи го интернетот. Секоја група има 10 минути да ги презентира податоците поврзани со избраните успешни примери на зелени практики пред одделението. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени. Препораки за вакви и слични иницијативи кои би можеле да се реализираат во нашата земја.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, учениците прават истражување и пронаоѓаат успешни примери на зелени практики од Европа и светот. Учениците подготвуваат презентација во која ќе предложат слични практики кои би можеле да се применат во нашата земја.

**Примери: https://www.hisalinhart.si/en/**

https://hotelbohinj.si/en/ **Совет за наставникот/ученикот.** Користење релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

АКТИВНОСТ 4

### Мерки за намалување на отпадот и заштита на животната средина во угостителските објекти

**Цел на активноста:** Да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ги прикажуваат чекорите за изработка на план за енергетска ефикасност во угостителски објект. Учениците добиваат задача да подготват презентација и да дискутираат за тоа кои чекори ќе ги користат во изработка на план за енергетска ефикасност во угостителски објект.

**Чекори:** Наставникот дава краток осврт, примери, видеа и сл., поврзани со енергетската ефикасност во угостителските објекти и нејзиното влијание врз намалување на загадувањето на животната средина. Учениците изработуваат чекори и временска рамка за реализација на план за енергетска ефикасност на угостителски објект кој ги опфаќа следните мерки:

- Топлинска изолација;
- Прозорци со висока топлинска отпорност;
- Осветлување кое троши малку електрична енергија;
- Опрема, апарати и друга техника со висока енергетска класа;
- Системи за загревање/разладување што разумно ја трошат и распоредуваат расположливата енергија;
- Енергетски менаџмент и однесување;
- Користење обновливи енергетски извори.

Учениците го презентираат изработениот план. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, направете истражување и пронајдете успешни примери и иницијативи за заштита на животната средина во угостителските објекти во Европа. Подгответе презентација во насока на тоа како овие практики би можеле да се применат во нашата земја.

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА

# 2.3 Угостителско послужување

Модуларната единица Угостителско послужување ги опфаќа содржините поврзани со улогата и значењето на угостителското послужување, работните позиции на стручниот персонал и основни карактеристики на просториите, опремата и инвентарот за послужување. Во оваа модуларна единица се обрнува внимание и на практичната примена на поедноставни начини на угостителско послужување.

Објаснува улога и значење на угостителското послужување; Објаснува работни позиции на стручниот персонал и основни карактеристики на просториите, опремата и инвентарот за послужување; Применува во практика поедноставни начини на угостителско послужување; Идентификува одржливи практики во угостителското послужување.

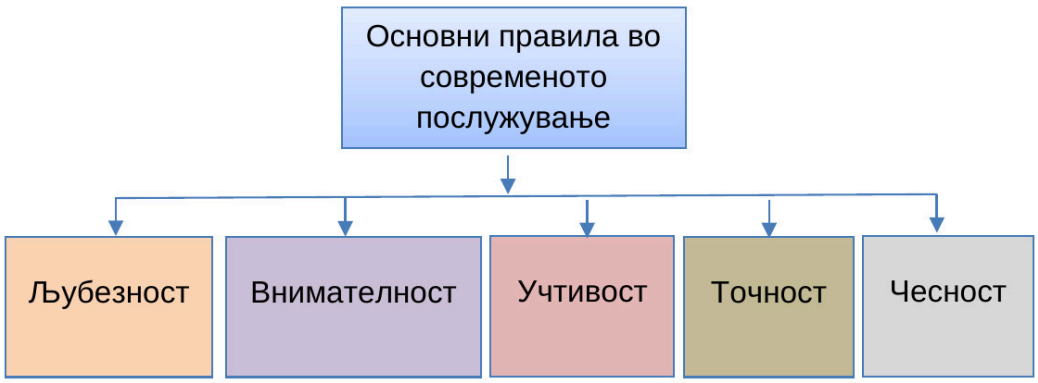
НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 2.3.1. Одржливи практики во угостителското послужување

Под поимот послужување во угостителството се подразбира давање услуги од храна и пијалаци на посебен угостителски начин, односно послужување според дадени правила и примена на вештини и техники при работењето. Современото послужување пред себе поставува големи барања, тоа не смее да дава само услуги за храна и пијалак, туку треба да пружи и гостопримство. За да се примени сето тоа, треба да се почитуваат одредени правила и тоа:



СЛИКА 10




СЛИКА 11. Основни правила во современото послужување

АКТИВНОСТ 5

### Анализа за зелени практики во ресторанското работење преку анкетирање на бизниси

**Цел на активноста:** Да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ги прикажуваат чекорите за изработка на анкета за зелени практики во ресторанското работење. Учениците добиваат задача да подготват и спроведат анкета на локални бизниси за зелени практики во ресторанското работење.

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт и дава примери, поврзани со начинот на креирање анкета, спроведување и анализа на податоците. Податоците од истражувањето може да се дополнат со интервјуирање на менаџери на угостителски бизниси и покана на гостин-предавач во училиштето. Креирањето на прашањата од анкетата треба да ги опфаќа следните теми наменети за угостителски компании:

- План за намалување на отпад од храна
- Донирање на вишокот храна
- Користење на материјалите за рециклирање и екоамбалажа
- Користење остатоци и отпадоци од храна во готварството
- Енергетска ефикасност на објектите и опремата
- Користење на локалните производи во гастрономијата
- Вработување на ранливи групи и лица со попреченост
- Вклученост во еколошки акции и иницијативи
- Организација на зелени настани.

Учениците ја креираат анкетата по електронски пат. Анкетата ја дистрибуираат со теренска посета до угостителските објекти или по електронска пошта. Учениците ги презентираат резултатите од спроведеното анкетирање. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, направете истражување и пронајдете банки за донирање храна во нашата земја. Подгответе презентација во насока на тоа како овие активности и иницијативи влијаат на намалувањето на отпадот од храна.

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

АКТИВНОСТ 6

### Изработка на дигитални и QR-код менија

**Цел на активноста:** Да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на дигитални и QR-код менија наменети за угостителски објекти. Учениците се поделени во групи и добиваат задача да изработат дигитално и QR-код мени за угостителски објект и да дискутираат за тоа кои се придобивките од овој вид мени.

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт на дигитални и QR-код менија и презентира примери. QR-код (кратенка за Quick Response - Брз одговор) е специфичен матричен баркод (исто така наречен дводимензионален баркод), препознаен од специјални читачи на баркод, QR или камери на мобилни телефони. Баркодот се состои од црни модули распоредени во квадратна шема на бела заднина. Информациите во него може да бидат текст, URL и др. Секоја група избира различен вид угостителски објект и креира дигитално мени. Секоја група има 10 минути да ги презентира подготвените дигитални менија. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, направете истражување и пронајдете успешни примери за користење дигитални и QR-код менија во секторот Угостителство. Подгответе презентација во насока на тоа како овие менија го подобруваат задоволството на гостите од услугата и како придонесуваат за заштита на природата.

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА

# 2.4 Готварство

**Модуларната единица Готварство ги опфаќа содржините поврзани со дефинирање на поимот готварство и идентификување видови угостителски кујни според различни критериуми, идентификување на работните места во кујна и нивните работни задачи, процес на составување листа на јадења и мени, како и практично подготвување на поедноставни јадења од листата на јадења.**

**Дефинира поим готварство и идентификува видови угостителски кујни според различни критериуми; Идентификува работни места во кујна и нивни работни задачи; Демонстрира процес на составување листа на јадења и мени; Применува во практика подготвување поедноставни јадења од листата на јадења; Идентификува одржливи практики во готварството.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 2.4.1. Одржливи практики во готварството

Готварството претставува процес на преобразба на прехранбените состојки во јадење. Тоа опфаќа широк обем на методи на термичка, хемиска и физичка преработка, примена на разновидни алатки и технологии и креативна употреба на посебни комбинации на прехранбени состојки, со цел да се подобри вкусот и изгледот на јадењето. Кујната е срцето на секој угостителски објект, од неа зависи доброто име на објектот и таа има главна улога во економските ефекти на работењето на објектот.



СЛИКА 12

Готварството има големо значење и во стопанството на една земја, во приходот на угостителството, но и за поголем туристички доход.

Готварството претставува база на угостителството и негова најважна гранка.

АКТИВНОСТ 7

### Изработка на план за намалување на отпадот од храна

**Цел на активноста:** Да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на визуелни материјали кои ги прикажуваат чекорите за изработка на план за намалување на отпадот од храна во угостителски објект. Учениците добиваат задача да подготват презентација и да дискутираат за тоа кои чекори ќе ги користат во изработка на план за намалување на отпадот од храна во угостителски објект.

**Чекори:** Наставникот дава краток осврт, примери, видеа и сл., поврзани со создавањето на отпад од храна во угостителството и неговото влијание врз загадувањето на животната средина. Учениците изработуваат чекори и временска рамка за реализација на план за намалување на отпадот од храна што опфаќа:

- Спроведување анализа преку поделба и мерење на отпадот и сл.
- Оптимизација на набавката и кујнските процеси
- Менаџирање на отпадот од храна
- Елиминирање на амбалажата и пластиката за еднократна употреба и замена со еколошка амбалажа, како и креирање дигитално мени
- Обука и мотивација на персоналот, вклучување на целиот персонал во активности поврзани со намалување на отпадот.

Учениците го презентираат изработениот план. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, направете истражување на веб-страницата https://www.incommon.gr/project/kafsimo/ поврзана со проект кој има за цел намалување на отпадот во угостителските објекти.

Подгответе презентација во насока на тоа како оваа студија на случај би можела да се примени во нашата земја и кои би биле заинтересираните страни.

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

АКТИВНОСТ 8

### Креирање мени со остатоци и отпадоци од храна

**Цел на активноста:** Целта на активноста е да се развијат дигитални и креативни вештини преку изработка на мени со остатоци и отпадоци од храна. Учениците, поделени во групи, добиваат задача да подготват презентација и да дискутираат за тоа кои јадења ќе бидат вклучени во менито со остатоци и отпадоци од храна.

**Чекори:** Наставникот прави краток осврт и дава примери, видеа и сл., поврзани со различни аспекти на креирање мени со остатоци и отпадоци од храна. Учениците, поделени во групи, прават избор на јадења и креираат мени со остатоци и отпадоци од храна, користејќи различни начини на подготовка на намирниците, како блендирање и дехидрирање на овошје и зеленчук, подготовка на џем, смути, сок, песто, туршија, стар леб во пудинг од леб, кротони за супа, лебни трошки, печени и блендирани лушпи од зеленчук претворени во веган бургер, остатоци од месо за сосови, чорби и др.

Секоја група има 10 минути да го презентира изработеното мени пред одделението. Кратка дискусија за тоа што научиле учениците од оваа вежба и какви заклучоци се донесени.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Користејќи го интернетот, направете истражување и пронајдете три различни рецепти за подготовка на јадења со остатоци и отпадоци од храна (предјадење, главно јадење и десерт). По можност, подгответе ги и фотографирајте ги јадењата. Подгответе презентација во насока на тоа како овие рецепти би можеле да се вклучат во понудата на комерцијалното угостителство.

**Совет за наставникот/ученикот.** Користење релевантни извори на податоци, интернет-страници и студии на случај.

ДЕЛ 3

# 3. Деловна комуникација

Наставната програма Деловна комуникација опфаќа четири модуларни единици:

1. **Основни поими за комуникацијата**
2. **Форми и начини на деловно комуницирање и однесување во угостителското и туристичкото работење**
3. **Деловни вештини**
4. **Ефикасност во комуницирањето и работењето**

Во текот на реализацијата на наставната програма учениците ќе стекнат знаења, вештини и компетенции да комуницираат со клиенти и соработници на професионално ниво, воспоставуваат и одржуваат ефективна соработка во работното опкружување преку остварување ефективна комуникација, да ја толкуваат невербалната порака во процесот на комуницирање, да ја спознаат важноста на деловната етика како неизбежен елемент за успешен работник, ефикасно да ја планираат работата, правилно да настапуваат и да се однесуваат во согласност со деловната култура, писмено да комуницираат во рамките на деловното работење, да практикуваат деловни вештини согласно со потребите на работното место, да покажат сериозен пристап кон извршување на работните задачи, да применуваат одржливи практики во деловната комуникација, да користат дигитални алатки и извори за истражување, анализа и презентирање податоци.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА

# 3.1 Основни поими за комуникацијата

**Модуларната единица Основни поими за комуникацијата ги опфаќа содржините поврзани со поимот, елементите и постапките на комуникацијата, карактеристиките на вербалната и невербалната комуникација, правилата на однесување во комуникацискиот процес, нивното етичко и одговорно однесување, како и одговорно да користат ресурси при комуникацијата, но и да стекнат комуникациски вештини за еколошка свест и општествена одговорност.**

**Објаснува и истакнува значење на комуникацијата во животот и работата на луѓето; Применува форми на вербална и невербална комуникација во работниот процес; Координира комуницирање зависно од специфичностите на комуникацискиот процес; Применува правила на етичка, инклузивна и еколошки одговорна комуникација во работна средина.**

## 3.1.1. Етичка, инклузивна и еколошки одговорна комуникација во работна средина

Овој дел од прирачникот има за цел учениците да развијат знаења и вештини за ефективна, етичка и професионална комуникација во работната средина. Учениците ќе се запознаат со поимот комуникација, нејзините елементи, форми и типови, како и со карактеристиките на вербалната и невербалната комуникација. Ќе развиваат вештини за активно слушање, емпатија, почитување на правилата на професионално однесување и одговорно да комуницираат во работата. Преку практични активности и примери, учениците ќе ја согледаат улогата на комуникацијата во поддршката на одржливите и „зелените“ иницијативи, ќе применуваат дигитални алатки за поефикасна комуникација и ќе ја препознаат важноста на рационалното користење на ресурсите, намалувањето на употребата на хартија и промовирањето на еколошка свест и општествена одговорност во работната средина.

АКТИВНОСТ 1

## Правилна и неправилна комуникација

**Цел на активноста:** Учениците да ги препознаваат карактеристиките на правилната и неправилната комуникација во работната средина и да развиваат вештини за етичко, инклузивно и професионално комуницирање. Преку анализа на реални или симулирани ситуации, учениците ги споредуваат успешните и неуспешните начини на комуникација, ги препознаваат комуникациските бариери и предлагаат начини за нивно надминување. Во текот на активноста учениците посветуваат внимание на вербалната и невербалната комуникација, активното слушање, начинот на изразување, почитувањето на соговорникот и употребата на инклузивен јазик. Дополнително, се анализира и комуникацијата преку дигитални канали (електронска пошта, пораки и платформи за соработка), со акцент на професионалното однесување и одговорното користење на дигиталните ресурси.

**Чекори:** Учениците се делат во групи. Секоја група добива текст со краток опис на комуникациска ситуација од одредена работна средина. Групите ја анализираат добиената ситуација и одговараат на следниве прашања:

- Дали комуникацијата е правилна или неправилна?
- Кои елементи придонесуваат за успешна или неуспешна комуникација?
- Каква е вербалната и невербалната комуникација?
- Дали се почитуваат принципите на етичка и инклузивна комуникација?
- Како може да се подобри ситуацијата?

Секоја група ги презентира своите заклучоци. Секоја група ја прикажува својата ситуација во вид на улоги, најпрво како пример на неправилна, а потоа како пример на правилна комуникација. Останатите ученици ги анализираат разликите и предлагаат дополнителни подобрувања.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Изберете една реална ситуација од вашето секојдневие (во училиштето, дома или во дигиталната комуникација преку електронска пошта, пораки или социјални мрежи) во која сте забележале успешна или неуспешна комуникација. Во краток извештај од 300 до 400 збора опишете:

- Каде и кога се случила комуникацијата?
- Кои биле учесниците во комуникацијата?
- Дали била комуникацијата правилна или неправилна? Образложете!
- Кои елементи на вербалната и невербалната комуникација ги забележавте?
- Дали било применето активно слушање?
- Дали биле почитувани принципите на етичка и инклузивна комуникација?
- Како можела комуникацијата да биде поуспешна?

Наведете најмалку две препораки за подобрување на комуникацијата, водејќи сметка за професионалното однесување, одговорната употреба на дигиталните средства за комуникација и еколошки одговорното користење на ресурсите.

На крајот од извештајот напишете кратка лична рефлексија (5–6 реченици) за тоа кои комуникациски вештини сакате дополнително да ги развиете и како тие ќе ви помогнат во идната професионална работа.

**Совет за наставниот:** Препорачана литература Adler,R.B.,Rodman,G.&duPré,A. (2021).Understanding Human Communication.Oxford University Press.

DeVito,J.A.(2022).The Interpersonal Communication Book.Pearson.

АКТИВНОСТ 2

## Дигиталната комуникација помага во заштеда на ресурси

**Цел на активноста:** Учениците да ја согледаат поврзаноста помеѓу дигиталната комуникација и одржливото користење на природните ресурси. Преку анализа на секојдневни ситуации и споредба на традиционалната и дигиталната комуникација, учениците ќе научат како употребата на електронска пошта, дигиталните документи, видеоконференциите и платформите за соработка придонесуваат за намалување на потрошувачката на хартија, мастило, електрична енергија и транспорт. Се посветува внимание на изборот на соодветен начин на комуникација, професионално дигитално однесување и примена на практики кои придонесуваат за заштита на животната средина.

**Чекори:** Наставникот започнува разговор со учениците за тоа како комуницираат во училиштето и во секојдневниот живот. Се поставуваат прашања:

- Како разменувате информации со наставниците и со учениците?
- Кога користите хартија, а кога дигитални документи?
- Кои се предностите на дигиталната комуникација?

Учениците се делат во групи. Секоја група добива задача да спореди два начина на комуникација:

- комуникација со печатени документи;
- комуникација со дигитални алатки (електронска пошта, споделени документи, платформи за соработка, видеоконференции).

Секоја група ги презентира своите заклучоци. Учениците, во групи, подготвуваат листа со препораки за еколошки одговорна дигитална комуникација во училиштето или на работното место.

Секој ученик запишува три активности што ќе ги применува за да придонесе за поодржлива комуникација.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Следете ја вашата комуникација во текот на еден ден и забележете:

- колку пати користевте дигитална комуникација;
- колку документи или пораки разменивте во дигитална форма;
- дали избегнавте непотребно печатење.

На крајот напишете кратка рефлексија:

„Како јас можам да придонесам за заштеда на ресурси преку начинот на кој комуницирам?“ (5–7 реченици).

**Совет за наставниот:** Домашната задача може да се достави во електронска форма (текстуален документ или презентација), со што учениците дополнително ја применуваат дигиталната комуникација и избегнуваат непотребно користење хартија.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА
3.2

# Форми и начини на деловно комуницирање и однесување во угостителското и туристичкото работење

**Модуларната единица Форми и начини на деловно комуницирање и однесување во угостителското и туристичкото работење ги опфаќа содржините поврзани со комуницирањето меѓу вработените, службите и гостите, етиката во деловното работење, културата на облекување и говорење, културата на работно однесување, како и грижата за животната средина и подигањето на еколошката свест кај гостите и вработените.**

**Практикува нивоа на комуницирање и однесување во деловното работење; Покажува сериозен и одговорен пристап кон извршување на работните задачи; Практикува култура на облекување и говорење; Применува комуникација и еколошки одговорно однесување во угостителско- туристичкото работење**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 3.2.1. Комуникација и еколошки одговорно однесување во угостителско - туристичкото работење

Во угостителско-туристичкото работење, комуникацијата има важна улога во создавањето одржливи и одговорни работни практики. Јасната и професионална размена на информации помеѓу вработените, гостите и деловните партнери придонесува за подобро разбирање на значењето на заштитата на животната средина и примената на еколошките принципи во работењето.

Преку соодветна комуникација и личен пример, вработените можат да поттикнат одговорно користење на ресурсите, примена на одржливи навики и заеднички придонес кон зачувување на животната средина.

АКТИВНОСТ 3

### Етичко однесување кон гости, колеги и животна средина

**Цел на активноста:** Учениците да ја разберат важноста на етичкото однесување во угостителско- туристичкото работење и да развијат одговорен однос кон гостите, колегите и животната средина. Преку анализа на ситуации од работната практика, учениците ќе ги препознаат примерите на професионално и непрофесионално однесување, како и влијанието на нивните постапки врз квалитетот на услугата и одржливото работење.

**Чекори:** Наставникот разговара со учениците за значењето на етичкото однесување во угостителството и туризмот. Се поставуваат прашања:

- Што значи професионален однос кон гостите?
- Како треба да се однесуваме кон колегите?
- На кои начини вработените можат да придонесат за заштита на животната средина?

Учениците се делат во групи и добиваат примери од работни ситуации, на пример:

- гостин незадоволен од услугата;
- несоодветна комуникација меѓу колеги;
- непотребно трошење ресурси во хотел или ресторан;
- гостин кој не ги почитува еколошките правила.

Секоја група ги анализира ситуациите и одговара:

- Кое однесување е правилно, а кое неправилно?
- Кои етички принципи се почитувани или нарушени?
- Како може ситуацијата да се реши на професионален и еколошки одговорен начин?

Групите ги презентираат своите решенија.

Учениците наведуваат една постапка со која лично можат да придонесат за етичко однесување и заштита на животната средина во идната професионална работа.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Направете листа со 10 правила за етичко и еколошки одговорно однесување на вработените во угостителско-туристички објект. Правилата треба да опфатат:

- однос кон гостите;
- однос кон колегите;
- грижа за животната средина;
- рационално користење на ресурсите;
- намалување на отпадот.

На крајот напишете краток одговор (5– 7 реченици) на прашањето:

„Како моето професионално однесување може да придонесе за задоволни гости и зачувување на животната средина?“

**Совет за наставниот:** Препорачани линкови:

https://www.untourism.int/sustainable- development https://joint-research-centre.ec.europa.eu/greencomp- european-sustainability-competence- framework_en

АКТИВНОСТ 4

### Подигање еколошка свест кај гости и вработени

**Цел на активноста:** Учениците да развијат вештини за промоција на одржливи практики преку креирање и спроведување кампања за подигање на еколошката свест кај гости и вработени во хотел, ресторан, туристички објект или друга организација. Активноста ги поврзува зелените вештини (одржливо користење на ресурсите, управување со отпад, енергетска ефикасност) со дигиталните вештини (изработка на дигитални содржини, користење ИКТ- алатки и дигитална комуникација).

**Чекори:** Учениците се делат во групи, при што секоја група добива различна задача. Во секоја група се определуваат координатор, истражувач, дизајнер на материјали, презентер и лице задолжено за дигиталните алатки.

### Група 1 – Управување со отпад

Набљудува како се селектира отпадот. Ги идентификува видовите отпад што најчесто се создаваат во хотел, ресторан или туристички објект и предлага мерки за намалување на отпадот и повторна употреба на материјалите.

Истражува: бои и ознаки на контејнери, подготвува листа на отпад што може да се рециклира, ги идентификува најчестите грешки при селекцијата.

### Група 2 – Енергетска ефикасност

Набљудува како се користи електричната енергија во работната средина. Предлага едноставни активности за намалување на потрошувачката и подготвува пораки за одговорно користење на осветлувањето и електричните уреди.

Собира информации за најголемите потрошувачи на електрична енергија и предлага мерки за намалување на потрошувачката.

### Група 3 – Одржливо однесување и комуникација со гости

Идентификуваат начини како гостите можат да придонесат за заштита на животната средина. Креираат кратки пораки со кои ќе ги мотивира гостите да учествуваат во зелените иницијативи и предлагаат активности што ќе ја подобрат комуникацијата со гостите.

Истражува: Примери од хотели со успешни зелени политики и подготвува препораки за еколошко однесување на гостите.

Секоја група користи интернет, стручна литература и примери од реалната практика за да ги истражи своите теми.

Секоја група подготвува материјали преку кои ќе ги пренесе своите пораки.

Учениците отвораат дискусија за презентираните заклучоци.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Истражете пример на компанија, хотел, ресторан или туристички објект што успешно спроведува активности за подигање на еколошката свест кај своите гости и вработени.

Во краток извештај (1–2 страници) одговорете на следните прашања:

Основни информации за компанијата: Назив на компанијата, дејност, држава.

Кои еколошки активности ги спроведува; Како ги информира и мотивира гостите и вработените; Кои се резултатите од овие активности; Што може да се примени во локален хотел, ресторан или туристички објект?

Наведете ги користените извори.

**Совет за ученикот:** Примери на компании кои може да се истражуваат:

1. Hilton Hotels – програмата Travel with Purpose.
2. Marriott International – програми за намалување на отпад и потрошувачка на енергија.
3. Scandic Hotels – лидер во одржлив туризам и еколошка едукација на гостите.
4. IKEA – еколошки кампањи и одржливо работење.
5. Patagonia – промоција на одржливост и заштита на животната средина.
6. Локален хотел или ресторан кој применува зелени практики.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА

# 3.3 Деловни вештини

**Модуларната единица Деловни вештини ги опфаќа содржините поврзани со креирање комуникациска клима, организирање и водење деловен разгор, правила и техники за водење успешен состанок, деловна етика и култура, како и еколошки одговорна комуникација, еколошка свест при деловно однесување и почитување различности и инклузивност.**

**Води деловен разговор со соработниците и клиентите; Организира и води деловен (работен) состанок; Пишува документација неопходна за деловното работење; Применува деловни вештини, професионална комуникација со почитување на принципите на одржливо и еколошки одговорно работење.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 3.3.1. Професионална комуникација со почитување на принципите на одржливо и еколошки одговорно работење

Професионалната комуникација е важен дел од успешното работење и претставува основа за создавање позитивни односи со колегите, клиентите и деловните партнери. Таа се темели на деловна етика и култура, кои подразбираат почитување, одговорност, доверливост, коректно однесување и професионален пристап во секојдневните работни ситуации.

Почитувањето на различностите и инклузивноста е составен дел од професионалната комуникација. Тоа подразбира еднаков и почитувачки однос кон сите луѓе, без оглед на нивната култура, јазик, возраст, пол, способности или други лични карактеристики. Инклузивната комуникација создава позитивна работна средина и придонесува за успешно и одржливо работење.

АКТИВНОСТ 5

### Писмената и усната комуникација се надополнуваат

**Цел на активноста:** Учениците да ја разберат поврзаноста меѓу писмената и усната комуникација и нивната важност во професионалното работење. Преку анализа на различни работни ситуации, учениците ќе согледаат како јасното изразување, правилниот избор на зборови, активното слушање и соодветната размена на информации придонесуваат за успешна деловна комуникација. Посебно внимание се посветува на професионалниот стил на изразување, почитувањето на соговорникот, дигиталната комуникација и користењето електронски документи како дел од еколошки одговорното работење.

**Чекори:** Наставникот разговара со учениците за разликите и сличностите меѓу писмената и усната комуникација. Се поставуваат прашања:

- Кога користиме писмена, а кога усна комуникација?
- Зошто е важно пораката да биде јасна и разбирлива?
- Како начинот на комуникација влијае врз професионалниот однос?

Учениците добиваат примери на конкретна ситуација во работна средина, на пример:

- електронска порака до клиент;
- телефонски разговор со гостин;
- усно објаснување на работна задача;
- писмен извештај или известување.

Учениците анализираат:

- дали информацијата е јасна и целосна;
- дали тонот на комуникација е професионален;
- дали писмената и усната порака се усогласени;
- кои можни недоразбирања можат да се појават.

Учениците ги презентираат своите решенија.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Изберете една ситуација од работна средина (хотел, ресторан, туристичка агенција или друга услужна дејност) и подгответе пример за успешна професионална комуникација.

Наведете кои правила на професионална комуникација се применети?

Објаснете како користењето дигитални документи и електронска комуникација може да придонесе за намалување на употребата на хартија и поодржливо работење.

Напишете краток одговор (5–7 реченици) на прашањето:

„Зошто е важно писмената и усната комуникација да бидат усогласени во професионалното работење?“

**Совет за наставниот:** Охрабрувајте ги учениците да комбинираат писмена и усна комуникација, да користат дигитални алатки кога е соодветно и да размислуваат за начини на кои можат да придонесат за поодржливо работење преку намалување на употребата на хартија и рационално користење на ресурсите.

**Совет за ученикот:** Пред да испратите писмена порака или да започнете разговор, размислете дали вашата порака е јасна, точна, љубезна и соодветна за соговорникот.

АКТИВНОСТ 6

## Грешки во писмената комуникација

**Цел на активноста:** Учениците да ги препознаваат најчестите грешки во писмената комуникација и да развијат вештини за подготовка на јасни, точни и професионално напишани пораки. Преку анализа и корекција на примери од работната практика, учениците ќе научат како правилно да составуваат електронски пораки, известувања и други деловни документи, почитувајќи ги правилата на деловната комуникација. Во текот на активноста се анализираат јазични, правописни, граматички и стилски грешки, како и грешки поврзани со несоодветен тон, нејасно изразување и неправилна структура на пораката.

**Чекори:** Наставникот разговара со учениците за важноста на јасната и професионална писмена комуникација. Заеднички се наведуваат најчестите грешки што можат да се појават во електронски пораки, известувања или деловни документи. Учениците, во парови или мали групи, добиваат примери на писмени пораки што содржат различни грешки, како што се:

- правописни и граматички грешки;
- нејасно формулирани реченици;
- несоодветен или непрофесионален тон;
- недостиг на поздрав, вовед или завршница;
- непотполни информации.

Учениците ги идентификуваат грешките и предлагаат соодветни корекции на текстот. Секоја група ја преработува добиената порака, така што ќе биде јасна, точна, љубезна и професионално напишана. Групите ги презентираат своите коригирани верзии и ги образложуваат направените измени. Учениците составуваат кратка листа со препораки за избегнување грешки во писмената комуникација.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Подгответе пример за професионална електронска порака до клиент или деловен партнер (8–10 реченици), во која:

- ќе користите соодветен поздрав и завршница;
- ќе ја пренесете информацијата јасно и прецизно;
- ќе употребите учтив и професионален јазик;
- ќе внимавате на правилен правопис и граматика.

Од 5 до 7 реченици одговорете на прашањето:

„Зошто е важно секоја писмена порака да се провери пред да биде испратена и како тоа придонесува за професионална комуникација и одговорно користење на дигиталните ресурси?“

**Совет за наставниот:** Препорачана литература

Adler,R.B.,Rodman,G.&duPré,A. (2021).Understanding Human Communication.Oxford University Press.

DeVito,J.A.(2022).The Interpersonal Communication Book.Pearson.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА
3.4

# Ефикасност во комуницирањето и работењето

**Модуларната единица Ефикасност во комуницирањето и работењето ги опфаќа содржините поврзани со факторите за успешна деловна комуникација и организација на работа, ангажираност, рационалност и посветеност во работата, мотивација, градење имиџ и углед во јавноста, како и одговорна и еколошки свесна деловна култура.**

**Ученикот ќе биде способен да: Препознае ефикасност во комуницирањето и работењето; Проценува задоволство или незадоволство кај клиентите (гостите) од дадените услуги; Применува ефикасна и професионална комуникација со користење дигитални решенија и минимална употреба на материјални ресурси.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 3.4.1. Деловна комуникација со користење дигитални решенија и минимална употреба на материјални ресурси

Успешната деловна комуникација е основа за квалитетно и ефикасно работење. Таа зависи од добрата организација на работата, јасната размена на информации, професионалниот однос кон гостите и колегите, како и од ангажираноста, рационалноста и посветеноста на вработените.

Современото работење сè повеќе се потпира на дигитални решенија кои овозможуваат побрза комуникација, подобра организација и поефикасно управување со ресурсите. Користењето електронска пошта, дигитални документи, електронски распореди и апликации за планирање на задачите ја намалува потребата од печатени материјали и придонесува за таканаречена „paperless“ комуникација.

АКТИВНОСТ 7

### Печатена и дигитална комуникација (предности и недостатоци)

**Цел на активноста:** Учениците да ги споредат печатената и дигиталната комуникација и да ги согледаат нивните предности, недостатоци и можностите за примена во современото деловно работење. Преку анализа на реални ситуации, учениците ќе препознаат кога е соодветно да се користат печатени материјали, а кога дигитални решенија, имајќи ги предвид ефикасноста, трошоците, достапноста на информациите и влијанието врз животната средина.

**Чекори:** Наставникот започнува разговор со учениците за различните начини на деловна комуникација. Се поставуваат прашања:

- Кога користиме печатени документи, а кога дигитални?
- Кои се предностите и недостатоците на двата начина на комуникација?
- Како дигиталната комуникација придонесува за заштеда на ресурси?

Учениците се делат во групи. Секоја група добива задача да изработи споредбена табела во која ќе ги анализира печатената и дигиталната комуникација според следните критериуми:

- брзина на размена на информации;
- трошоци;
- употреба на хартија и други материјали;
- достапност и чување на документи;
- влијание врз животната средина;
- безбедност и заштита на податоците.

На секоја група ѝ се доделуваат примери со конкретна ситуација од работната средина (испраќање понуда, потврда на резервација, извештај, фактура, интерно известување). Учениците треба да одлучат дали во конкретната ситуација е посоодветно да се користи печатена или дигитална комуникација и да го образложат својот избор. Групите ги презентираат своите заклучоци.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Изработете споредбена табела со две колони – „Печатена комуникација“ и „Дигитална комуникација“. Во табелата наведете најмалку по пет предности и пет недостатоци за секој начин на комуникација.

На крајот напишете краток заклучок (5– 7 реченици) во кој ќе објасните кој начин на комуникација е посоодветен за современото деловно работење и зошто.

Одговорете на прашањето:

„Што можам лично да направам за да придонесам кон поефикасна и еколошки поодговорна комуникација преку поголема употреба на дигитални решенија?“

**Совет за наставниот:** Охрабрувајте ги учениците да користат дигитални алатки за подготовка, споделување и архивирање на документите, со што се намалува употребата на хартија и се поттикнува одржливо работење.

**Совет за ученикот:** Користи дигитални документи и електронска комуникација кога тоа е можно, но почитувај ги правилата на професионална комуникација и заштита на податоците. Со рационално користење на материјалните ресурси и дигиталните алатки придонесуваш за поефикасно работење и заштита на животната средина.

АКТИВНОСТ 8

### Изработка на постер/презентација „Зелена деловна култура“

**Цел на активноста:** Учениците да ги применат стекнатите знаења за одржливо работење, еколошки одговорно однесување и деловна комуникација преку изработка на постер или дигитална презентација на тема „Зелена деловна култура“. Активноста ги поттикнува учениците да размислуваат за рационално користење на ресурсите, примена на дигитални решенија, намалување на отпадот, енергетска ефикасност и одговорно однесување на вработените. Преку тимска работа, тие ќе развиваат комуникациски, дигитални и зелени компетенции, како и вештини за јавно презентирање.

**Чекори:** Наставникот разговара со учениците за поимот „зелена деловна култура“ и ги потсетува на принципите на одржливо работење. Заеднички наведуваат примери за еколошки одговорни практики во работната средина. Учениците се делат во групи.

Секоја група избира или добива тема, на пример:

- рационално користење на хартијата;
- дигитална („paperless“) комуникација;
- штедење вода и електрична енергија;
- селекција и рециклирање на отпадот;
- одговорно користење на ресурсите;
- еколошко однесување на вработените и гостите.

Учениците собираат информации од учебници, стручна литература и доверливи интернет-извори. Потоа изработуваат постер или дигитална презентација која треба да содржи:

- наслов;
- кратко објаснување на темата;
- примери на добри практики;
- илустрации, фотографии или симболи;
- препораки за примена на зелена деловна култура.

Секоја група го презентира својот постер или презентација, објаснувајќи ги предложените активности и нивното значење за одржливо работење. По секоја презентација следува кратка дискусија.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Напишете есеј од 300 до 400 збора на тема: „Како јас, како иден професионалец, можам да придонесам за развој на зелена деловна култура во моето работно место?“

**Совет за наставниот:** Насочувајте ги учениците кон истражување на добри практики и користење дигитални алатки при изработка на постери и презентации. Обрнете внимание дека одржливото работење не подразбира само заштита на животната средина, туку и одговорно користење на ресурсите, подобра организација на работата и професионален однос кон колегите, клиентите и заедницата.

**Совет за ученикот:** При изработка на постерот или презентацијата користи јасни и точни информации, креативно претстави ги идеите и размислувај како предложените мерки можат да се применат во реална работна средина. Користи дигитални алатки за создавање и споделување материјали, со што придонесуваш за намалување на употребата на хартија. Запомни дека зелената деловна култура започнува со мали секојдневни постапки и одговорно однесување.

ДЕЛ 4

# 4. Хигиена и екологија

Наставната програма Хигиена и екологија опфаќа четири модуларни единици:

1. **Лична и работна хигиена**
2. **Хигиена и безбедност на храна**
3. **Еколошко значење на хигиена на околината**
4. **Закони и стандарди во угостителската дејност и прва помош при работа**

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА

# 4.1 Лична и работна хигиена

**Модуларната единица Лична и работна хигиена ги опфаќа содржините поврзани со дефинирање на поимот, предметот и значењето на хигиената, одржувањето на личната хигиена, хигиената на работната облека и обувките, работата и здравјето на луѓето, болестите на зависност, видовите и причинителите на заразни болести, ширењето и спречувањето на заразни болести, како и мерките за одржување чиста и здрава работна и животна средина, јавното здравје и заштитата на животната средина.**

**Применува основни хигиенски навики за одржување лична и работна хигиена; Истакнува значење за важноста на работата, одморот и рекреацијата за чување на здравјето на луѓето; Разликува причинители на заразни болести и опишува начини на ширење и нивно спречување; Применува лична и работна хигиена и развива одговорен однос кон здравјето и одржувањето на чиста и безбедна средина со примена на зелени практики.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 4.1.1. Лична и работна хигиена, одговорен однос кон здравјето и одржувањето на чиста и безбедна средина со примена на зелени практики

Во рамките на овој дел од прирачникот, учениците се запознаваат со значењето на личната и работната хигиена и со мерките за одржување чиста, безбедна и здрава работна и животна средина. Преку практични примери и дискусија развиваат одговорен однос кон сопственото здравје, јавното здравје и заштитата на животната средина, применувајќи зелени практики како рационално користење на ресурсите, правилно управување со отпадот и одржување на хигиената на работниот простор. Воедно, учениците ги согледуваат штетните последици од алкохолизмот, никотинизмот и наркоманијата врз здравјето, работната способност, безбедноста при работа и животната средина, со што се поттикнуваат да развиваат здрави животни навики, еколошка свест и одговорно професионално однесување.

АКТИВНОСТ 1

### Значењето на хигиената и здравите навики

**Цел на активноста:** Да се подигне свеста кај учениците за важноста на личната хигиена и здравите животни навики како предуслов за добро здравје. Учениците да ја препознаат важноста на одржувањето на личната хигиена. Да ги идентификуваат здравите животни навики и да развијат чувство на лична одговорност за сопственото здравје и здравјето на околината. Да анализираат како здравите навики придонесуваат за превенција на болести и подобрување на квалитетот на живот.

**Чекори:** Учениците се делат во помали групи. Секоја група добива задача да направи листа на:

- навики што придонесуваат за добро здравје;
- навики што можат да му наштетат на здравјето;
- начини како да се поттикнат здравите навики во училиштето и дома.

Секоја група изработува постер, цртеж, краток план со препораки за одржување на личната хигиена и здрав животен стил. Групите ги презентираат своите постери. Следува кратка дискусија за најважните пораки. Секој ученик наведува една здрава навика што веќе ја применува и една што ќе се обиде да ја воведе во своето секојдневие.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:**

1. Снимете видео (1–2 минути) во кое ќе прикажете три здрави навики што ги применувате секој ден и ќе објасните зошто се важни?
2. Учениците да изработат краток квиз со 8–10 прашања поврзани со личната хигиена и здравите навики и да го споделат со соучениците.

**Совет за наставникот.** Поттикнете ги учениците да користат безбедни и лесно достапни дигитални алатки при изработката на домашната задача (Wordwall или Kahoot). Насочете ги учениците да обрнат внимание не само на изгледот на дигиталниот производ, туку и на точноста на информациите, креативноста и јасноста на пораките.

АКТИВНОСТ 2

### Истражување на еколошки средства за хигиена и штедење вода

**Цел на активноста:** Учениците да ја разберат важноста за користење еколошки средства за лична хигиена и рационално користење на водата, како и да развијат истражувачки, дигитални и еколошки вештини преку пронаоѓање, анализирање и презентирање информации. Да препознаат еколошки производи за лична хигиена и нивните придобивки. Да ги испитаат начините за намалување на потрошувачката на вода во секојдневниот живот. Да ја поттикнат еколошката свест и одговорното однесување кон природните ресурси. Да ги презентираат резултатите од истражувањето со користење дигитални алатки.

**Чекори:** Учениците се делат во групи. Секоја група добива истражувачка задача:

- Идентификувајте ги својствата на еколошките средства за лична хигиена.
- Изберете еден или два еколошки производи (на пр., цврст сапун, шампон во цврста форма, четка за заби од бамбус, биоразградлива паста за заби) и испитувајте:

1. Од кои материјали се изработени, дали содржат природни или биоразградливи состојки;
2. Каква е нивната амбалажа, дали може да се рециклира или повторно да се користи;
3. Како нивната употреба придонесува за намалување на отпадот и заштеда на природните ресурси?

Учениците користат проверени дигитални извори за да соберат информации. Групите изработуваат кратка презентација, инфографик или дигитален постер со препораки за користење еколошки средства и штедење вода. Секоја група ги претставува своите заклучоци. Учениците дискутираат кои од предложените мерки можат да ги применуваат дома и во училиштето. Секој ученик запишува една навика што ќе ја промени за да придонесе за зачувување на водата и животната средина.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Со користење на интернет и други доверливи извори, анализирајте најмалку три еколошки средства за лична хигиена (составот на производот; еколошките сертификати; видот на амбалажата; упатствата за рециклирање; информациите за одржливото производство и пет начини за штедење вода во домот и во училиштето. Собраните информации организирајте ги во дигитален постер, презентација или инфографик и предложете најмалку три мерки што можете да ги применувате во секојдневниот живот за да придонесете за заштита на животната средина.

**Совет за наставниот:** Препорачани линкови:

https://www.unicef.org/wash/ handwashing https://www.who.int/health-topics/water-sanitation-and-hygiene-wash

**Совет за ученикот.** Користете доверливи извори на информации (официјални веб-страници на производители, еколошки организации и образовни портали), не ги прифаќајте рекламните тврдења без критичка проверка, туку споредувајте ги состојките, амбалажата и влијанието на производите врз животната средина. Своите заклучоци поткрепете ги со аргументи и докази.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА

# 4.2 Хигиена и безбедност на храна

**Модуларната единица Хигиена и безбедност на храна ги опфаќа содржините поврзани со храната и исхраната, хигиената на прехранбените производи, на апаратите и на приборот, видовите труења, болестите и мерките за заштита од труења со храна, мерките за дезинфекција, дезинсекција и дератизација, како и храната и исхраната со примена на здрави и одржливи навики, мерките за заштита и безбедно чување на храната.**

**Толкува значење на правилната исхрана и хигиенското ракување со храна за здравјето на луѓето; Препознава видови труења со храна, услови за појава на труења и нивно спречување; Применува и објаснува превентивни мерки за заштита на храната; Применува правила за хигиенско и безбедно ракување со храна и одржува чиста и здрава работна средина со примена на одржливи/зелени практики.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 4.2.1. Правила за хигиенско и безбедно ракување со храна, одржување чиста и здрава работна средина со примена на одржливи практики

Во рамките на овој дел од прирачникот, учениците се запознаваат со правилата за хигиенско и безбедно ракување со храната, како и со значењето на здравата исхрана и одржливите навики во угостителската дејност. Ги изучуваат хранливите материи и принципите за избор на локална и сезонска храна, применуваат мерки за правилна заштита, складирање и безбедно чување на храната, како и постапките за дезинфекција со безбедни и еколошки средства.

Учениците се запознаваат со значењето на дезинсекцијата и дератизацијата како мерки за обезбедување безбедна работна средина, при што се нагласува примената на практики што не ја загрозуваат животната средина.

АКТИВНОСТ 3

## Дискусија за здрава исхрана и безбедност на храната

**Цел на активноста:** Да се зголеми свеста за поврзаноста меѓу здравата исхрана, безбедноста на храната и одржливите навики, преку одговорен избор, користење и намалување на отпадот од храна. Да се поттикне размислувањето за значењето на здравата и балансирана исхрана, како и на принципите за безбедно ракување, чување и консумирање храна. Учениците ќе развијат свест за важноста на правилниот избор на намирници и одговорното однесување за заштита на сопственото здравје.

**Чекори:** Учениците се делат во групи. Секоја група добива различна тема поврзана со здравата исхрана и безбедноста на храната.

Прва група: Што значи здрава исхрана? Да подготват кратка презентација за карактеристиките на здравата и балансирана исхрана.

Да истражуваат:

- Кои хранливи материи му се потребни на организмот?
- Како изгледа еден здрав дневен оброк?
- Кои навики придонесуваат за подобро здравје?

Втора група: Избор на храна и читање декларации. Да анализираат декларации од неколку прехранбени производи:

- Кои состојки ги содржи производот?
- Колку има шеќер, сол и масти?
- Дали производот би го избрале и зошто?

Трета група: Безбедност на храната. Да ги идентификуваат ризиците поврзани со храната и начините на заштита.

- Што може да ја направи храната небезбедна?
- Како правилно се чува храната?
- Кои хигиенски правила треба да ги почитуваме?

Четврта група: Храна и животна средина. Да истражуваат како изборот и користењето на храната влијаат врз околината.

- Како можеме да го намалиме отпадот од храна?
- Зошто е важно да избираме локална и сезонска храна?
- Како влијае амбалажата врз животната средина?

Секоја група ги презентира своите заклучоци. Останатите ученици поставуваат прашања и дополнуваат со свои примери.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Креирајте „10 правила за здрава и безбедна исхрана“ кои може да се постават како постер, дигитална презентација или објава.

**Совет за наставникот/ученикот.**

https://www.who.int/news-room/fact- sheets/detail/healthy-diet
https://www.who.int/health-topics/food- safety

АКТИВНОСТ 4

### Примери за труење со храна и начини на справување

**Цел на активноста:** Учениците да ги идентификуваат најчестите причини за труење со храна, да ги препознаваат ризиците при подготовка, складирање и послужување на храната и да научат како правилно да постапат во случај на сомневање за труење со храна. Преку анализа на реални или симулирани случаи, учениците ќе развијат знаења за безбедност на храната, примена на хигиенски стандарди и мерки за превенција, како и вештини за донесување правилни одлуки во професионална работна средина.

**Чекори:** Учениците се делат во групи. Секоја група добива пример на ситуација:

Прва група: Недоволно термички обработено пилешко месо.

Втора група: Храна оставена неколку часа на собна температура.

Трета група: Користење иста даска за сечење сурово месо и зеленчук.

Четврта група:Консумирање храна со поминат рок на употреба.

Групите одговараат на следните прашања:

- Што ја предизвикало опасноста?
- Какви последици може да има?
- Како можело да се спречи труењето?
- Кои зелени и одржливи практики придонесуваат за безбедност на храната (правилно складирање, намалување на отпадот од храна, рационално користење на ресурсите)?

Секоја група ги презентира своите заклучоци. Останатите ученици поставуваат прашања и дополнуваат со свои примери.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Истражете еден реален случај на труење со храна (од интернет, весник или друг веродостоен извор). Одговорете на следните прашања: која храна го предизвикала труењето?; што била причината за контаминацијата?; какви биле последиците?; кои мерки можеле да го спречат труењето?

Изработи инфографик, постер или презентација (5–7 слајдови) со наслов „5 правила за безбедна храна“.

Наведи најмалку два веродостојни извори што си ги користел.

**Совет за ученикот.** Користете интернет или мобилни уреди за да пронајдете препораки за безбедност на храната од релевантни здравствени институции и споредете ги со своите решенија.

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА
4.3

# Еколошко значење на хигиена на околината

**Модуларната единица Еколошко значење на хигиена на околината ги опфаќа содржините поврзани со влијанието на одредени фактори на хигиената на околината, загадувањето и заштитата на водата, хигиена во работните простории, хигиена околу угостителските објекти, мерките за заштита на животната средина, селекција и рециклирање на отпад, биоотпад, компостирање и одржување на хигиената во угостителските објекти.**

**Развива еколошка свест за заштита на средината; Образложува значење за хигиенското отстранување на отпадот и негово искористување; Одржува хигиена во угостителските објекти и околината; Применува основни принципи за еколошка заштита на животната средина.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 4.3.1. Основни принципи за еколошка заштита на животната средина

Во рамките на овој дел од прирачникот, учениците се запознаваат со основните принципи за заштита на животната средина и нивното значење за здравјето на луѓето и одржливиот развој. Тие го анализираат влијанието на факторите од околината врз здравјето, ја согледуваат важноста на чистата вода и нејзиното рационално користење, како и причините и последиците од загадувањето на животната средина. Преку практични примери, учениците се запознаваат со мерките за заштита на животната средина, правилната селекција и рециклирање на отпадот, управувањето со биоотпадот и можностите за компостирање. Посебен акцент се става на одржувањето на хигиената во угостителските објекти преку примена на еколошки и одржливи практики.

АКТИВНОСТ 5

### Значењето на чиста и здрава животна околина

**Цел на активноста:** Учениците да го анализираат значењето на чистата и здрава животна околина како основен предуслов за здрав живот и одржлив развој. Преку истражување и дискусија, учениците ќе ги препознаат главните извори на загадување, ќе ги анализираат нивните последици врз луѓето, природата и економијата и ќе развијат критичко размислување за сопствената улога во зачувувањето на животната средина. Да ги поттикне учениците да донесуваат одговорни одлуки, да усвојат еколошки навики, да ја следат состојбата на животната средина и да промовираат одржливи практики во училиштето и локалната заедница.

**Чекори:** Наставникот ја започнува активноста со прикажување фотографии или кратко видео на кое се споредуваат чиста и загадена животна средина. Потоа ги поттикнува учениците на дискусија со прашања како:

- Што забележувате на фотографиите?
- Како влијае загадената животна средина врз здравјето на луѓето?
- Кои се најчестите еколошки проблеми во вашата средина?

Учениците се делат во групи. Секоја група истражува една тема (загадување на воздухот, водата, почвата, отпад или климатски промени), користејќи дигитални извори.Тие ги идентификуваат:

- причините за проблемот;
- последиците врз животната средина и здравјето;
- можните начини за негово намалување.

Групите ги систематизираат добиените информации и изработуваат краток постер, инфографик или дигитална презентација со најважните сознанија и предложени решенија. Секоја група ги презентира своите резултати.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:**

1. Направете кратка анализа на своите секојдневни навики и предложете мерки со кои ќе можете да придонесете за чиста и здрава животна околина.
2. Со помош на дигитални извори (веб-страници, еколошки апликации или официјални институционални портали), пронајдете еден пример на добра еколошка практика што се применува во вашата општина, во државата или во друга земја и накратко опишете ја.

**Совет за наставникот/ученикот.** Корисни линкови:

https://www.eea.europa.eu/en https://sdgs.un.org/goals

АКТИВНОСТ 6

## Извори на загадување во локалната средината

**Цел на активноста:** Учениците да ги идентификуваат и анализираат главните извори на загадување во нивната локална средина, да ги анализираат причинско-последичните врски помеѓу човековите активности и состојбата на животната средина, да развијат способност за критичко размислување и да предлагаат решенија за намалување на загадувањето. Преку истражување на локалните еколошки предизвици и обработка на податоците, ќе ја зголемат својата свест за личната и колективната одговорност и ќе научат како активно да придонесат за подобрување на квалитетот на животната средина во својата заедница.

**Чекори:** Наставникот отвора дискусија за состојбата на животната средина во локалната заедница, а учениците одговараат на прашања:

- Кои видови загадување ги забележувате во вашето место на живеење?
- Кои се најчестите извори на загадување?
- Како влијае загадувањето врз здравјето на луѓето и природата?

Учениците работат во групи и истражуваат различни извори на загадување:

- воздух – сообраќај, индустрија, греење со нееколошки горива;
- вода – отпадни води, фрлање отпад во реки и водни површини;
- почва – депонии, неправилно одложување отпад, употреба на хемикалии;
- бучава – сообраќај, индустриски активности, урбани активности.

Групите собираат информации преку: набљудување на локалната средина; разговори со жители или претставници од заедницата; користење дигитални извори, мапи и достапни податоци за животната средина. Учениците ги систематизираат резултатите и подготвуваат: листа на најзначајни извори на загадување; проценка на нивното влијание врз животната средина и здравјето; предлог-мерки за намалување или спречување на загадувањето. Резултатите може да ги претстават преку дигитална презентација, постер или кратко видео.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

**Домашна задача:** Изберете една локација во вашата средина (улица, населба, парк, река, училиштен двор или друга јавна површина) и набљудувајте ја состојбата на животната средина. Идентификувајте ги изворите на загадување и наведете:

- вид на загадување (воздух, вода, почва, отпад, бучава);
- главен извор на загадување;
- можни причини за неговото појавување.

Соберете податоци со помош на: фотографии од набљудуваната локација (без прикажување лица и лични податоци); дигитални мапи или достапни еколошки податоци; информации од релевантни интернет извори. Направете краток извештај или дигитална презентација која ќе содржи: опис на проблемот; фотографии или визуелни прикази; влијание на загадувањето врз луѓето и природата; предлог за најмалку три мерки за намалување на загадувањето.

Дополнителна задача: Осмислете кратка порака или дигитален постер за подигање на еколошката свест кај младите (на пример: „Чиста средина – здрава иднина“).

**Совет за наставникот/ученикот.** Корисни линкови:

https://www.unwto.org/sustainable- development https://www.fao.org/fao-who-codexalimentarius/codex-texts/codes-of- practice/en/

МОДУЛАРНА ЕДИНИЦА
4.4

# Закони и стандарди во угостителската дејност и прва помош при работа

**Модуларната единица Закони и стандарди во угостителската дејност и прва помош при работа ги опфаќа содржините поврзани со законите и правилниците важни за угостителската дејност, HACCP системот, причините и видовите повреди при работа, одржување на хигиената со еколошки и биоразградливи средства, рационалното користење на материјалите за прва помош, развивање еколошка свест и одговорно однесување на работното место.**

**Толкува значење и примена на закони и стандарди во угостителството; Идентификува опасности од повреди при работа и укажува прва помош при различни видови повреди; Применува законски прописи, HACCP стандарди, мерки за безбедност и одржливи практики во угостителската дејност.**

НАСТАВНА СОДРЖИНА

## 4.4.1. Законски прописи, стандарди, мерки за безбедност и одржливи практики во угостителската дејност

Во рамките на овој дел од прирачникот, учениците се запознаваат со законските прописи, со стандардите и мерките за безбедност што се применуваат во угостителската дејност, со посебен акцент на одржливото работење. Тие ги изучуваат основните принципи на HACCP стандардите и нивната улога во обезбедување безбедност на храната, како и примената на практики за одржливо управување со безбедноста на храната. Учениците се запознаваат со одржување на хигиената со употреба на еколошки и биоразградливи средства, рационално користење на материјалите за прва помош и значењето на навремено и правилно укажување прва помош за заштита на здравјето и безбедноста на луѓето. Преку практични активности развиваат еколошка свест, одговорно однесување и професионални навики за безбедно, квалитетно и одржливо работење во согласност со современите стандарди во угостителската дејност.

АКТИВНОСТ 7

### Решавање проблеми поврзани со одржливост, хигиена и безбедност при работа

**Цел на активноста:** Учениците да ги идентификуваат најчестите проблеми поврзани со одржливото работење, хигиената и безбедноста во угостителските и туристичките објекти, како и да предложат соодветни решенија во согласност со професионалните стандарди и принципите на одржлив развој. Преку анализа на реални ситуации, учениците ќе развијат вештини за критичко размислување, тимска работа, донесување одлуки и одговорно постапување во работната средина.

Активноста придонесува за развивање на свеста за рационално користење на ресурсите, намалување на отпадот и заштита на животната средина, како и за унапредување на културата за хигиена и безбедност на работното место.

Чекори: Учениците се делат во групи. Секоја група добива различна студија на случај, на пример:

- неправилно складирање на храна;
- прекумерно трошење вода и електрична енергија;
- неселектирање отпад;
- небезбедно користење на кујнска опрема;
- непочитување на правилата за лична хигиена;
- небезбедни услови за гостите или вработените.

Задачата на групите е да: го идентификуваат проблемот; анализираат причини; утврдат можни последици и предложат мерки за негово решавање. Групите користат интернет, дигитални прирачници или официјални стандарди за да ги проверат препорачаните процедури за: безбедно ракување со храната; одржување на хигиената; одржливо користење на ресурсите; безбедност и здравје при работа. Потоа ги дополнуваат своите решенија со добиените информации. Секоја група ги презентира своите решенија. Следува дискусија во која учениците ги споредуваат предложените мерки и ги издвојуваат најдобрите практики што можат да се применат во угостителските и туристичките објекти.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

Домашна задача: Направете анализа на примената на принципите на одржливост, хигиена и безбедност при работа. Изберете еден угостителски или туристички објект во вашата локална средина. Посетете го, набљудувајте или истражете: како се одржува хигиената во објектот; дали се применуваат мерки за безбедност на вработените и гостите; дали се користат практики за заштеда на вода и електрична енергија; дали се врши селекција или правилно управување со отпадот; дали се користат еколошки производи или материјали. Подгответе краток извештај (1–2 страници) или дигитална презентација (5–7 слајдови) во која ќе ги претставите резултатите од анализата и ќе предложите најмалку три мерки за подобрување на одржливоста, хигиената и безбедноста во избраниот објект.

**Совет за наставникот/ученикот.** Предлог линк:

https://www.who.int/health-topics/food- safety

АКТИВНОСТ 8

### Дигитален план за одржливо и безбедно работење во кујна или ресторан

**Цел на активноста:** Преку користење на современи дигитални алатки за планирање, организација и следење на работните процеси, учениците ќе научат како да применуваат принципи на одржлив развој во секојдневното работење во угостителството. Ќе стекнат знаења и вештини за рационално користење на природните ресурси (вода, електрична енергија и суровини), правилно управување со отпадот, намалување на отпадот од храна и примена на еколошки прифатливи практики. Преку креирање на дигитални контролни листи, распореди, процедури и потсетници, тие ќе развијат способност за систематско планирање, организација и следење на работните задачи. На тој начин, тие ќе ги поврзат дигиталните технологии со принципите на зелената економија и ќе развијат компетенции кои се неопходни за современиот пазар на труд и за одржливото работење во угостителството.

**Чекори:** Учениците се делат во групи. Секоја група добива задача да анализира замислена или реална кујна/ресторан и да ги идентификува можните проблеми поврзани со: потрошувачката на вода и електрична енергија; отпадот од храна и амбалажа; безбедноста при работа; хигиената и безбедноста на храната; употребата на дигитални технологии во работниот процес. Учениците користат интернет, стручна литература и дигитални извори за да истражат: зелени практики во угостителството; начини за намалување на отпадот и потрошувачката на ресурси; дигитални алатки за организација на работата (Google Workspace, Microsoft Planner, Trello, Canva, Excel, QR-кодови, дигитални контролни листи и сл.). Со користење на избрана дигитална алатка, секоја група изработува план кој содржи:

- цели за одржливо и безбедно работење;
- конкретни мерки за намалување на потрошувачката на вода и енергија;
- мерки за правилно селектирање и намалување на отпадот;
- процедури за безбедно ракување со храната и одржување на хигиената;
- правила за безбедност и здравје при работа;
- дневни и неделни контролни листи;
- распределба на одговорностите меѓу вработените;
- дигитални решенија за следење и евиденција на активностите.

Групите подготвуваат кратка презентација (PowerPoint, Canva или Google Slides) во која го претставуваат својот дигитален план, ги образложуваат предложените мерки и објаснуваат како дигиталните технологии придонесуваат за поодржливо и побезбедно работење. Секоја група го презентира својот план пред останатите ученици. Следува дискусија.

**Дигитална алатка:** По избор од предложените.

Домашна задача: Учениците индивидуално да изработат дигитална контролна листа (Checklist) за одржливо и безбедно работење во кујна или ресторан, користејќи дигитална алатка по избор (Google Docs, Google Sheets, Microsoft Word, Canva или друга). Контролната листа треба да содржи најмалку 10–15 активности, распределени во следните категории:

- рационално користење на водата и електричната енергија;
- правилно селектирање и намалување на отпадот;
- одржување на хигиената и безбедност на храната;
- мерки за безбедност и здравје при работа;
- користење на дигитални алатки за организација и следење на работните задачи.

На крајот од задачата, учениците да напишат краток осврт (300–400 зборови) во кој ќе одговорат на следните прашања:

- Кои мерки најмногу ќе придонесат за одржливо работење?
- Како можат дигиталните алатки да ја подобрат организацијата и безбедноста во кујна или ресторан?
- Кои активности би ги примениле доколку работите во угостителски објект?

# Литература


01 Dražić, G. (2020)Održivi turizam.Beograd:Singidunum.

02 European Travel Commission(2021)Sustainable Tourism Implementation:Framework and Toolkit. Brussels:European Travel Commission.

03 Hotel Energy Solutions(2011)Key Energy Efficiency Solutions for SME Hotels.Hotel Energy Solutions UNWTO Project.

04 Metodijeski,D.,Andrevski,Z.(2023)A Handbook for new baristas and policy makers in sustainable tourism. Skopje:Institute for Tourism, Education and Management - ITEM.

05 Stojanović,V.(2011)Turizam i održivi razvoj.Novi Sad:Univerzitet u Novom Sadu.

06 United Nations(2015)Transforming our world:the 2030 Agenda for Sustainable Development. New York: United Nations.

07 UNWTO(2014)Tourism and the Sustainable Development Goals.Madrid:UNWTO.

08 UNWTO(2017)Tourism and the Sustainable Development Goals – Journey to 2030.Madrid: UNWTO.

09 UNWTO(2017)Tourism for Sustainable Development in Least Developed Countries.Madrid: UNWTO.

10 Weaver,D.(2006) Sustainable Tourism: Theory and Practice.Oxford:Elsevier.

11 Будиноски,М.(2009)Туризам,принципи и практика. Скопје: УТМ.

12 Државен завод за статистика(2019)Цели за одржлив развој.Скопје: Државен завод за статистика.

13 Илиевска,Н.,Тодоровиќ,Е.,Методијески,Д. (2022)Основи на угостителство.Скопје: Министерство за образование и наука.

14 Исахи- Палоши,А.,Алексовска,С.,Илиевска,Н.,Мет одијески. Д(2024)Одржливи практики во туризмот и угостителството.Скопје:Центар за стручно образование и обука.

15 Методијески,Д.,Ацковска,М.,Петровска- Ангелеска,Н.,Филипоски,О. (2017)Екотуризам. Штип:Лонгуров.

16 Методијески,Д.,Гроздановски,Г.,Филипоски,О., Георгиева,И.,Нацов,А.,Трајчевска,Р., Стевановиќ,П.,Џингарска,М. (2021)Користење на остатоци и отпадоци од храна во готварството.Скопје:Туристика.

17 Методијески,Д.,Филипоски,О.,Тодоровиќ,Е.,Тал еска,М.,Џамбазовски,К.,Цуцулески,Н., Димовски,Ч.,Мицевски,М.(2022)Современи трендови во туризмот и одржливиот развој. Скопје:Туристика.

18 Министерство за животна средина и просторно планирање(2010)Национална стратегија за одржлив развој во Република Македонија(2009 - 2030).Скопје:Министерство за животна средина и просторно планирање.

19 Тунтев,З.,Димоска,Т.(2009)Одржлив развој на туризмот.Охрид:ФТУ.

20 Црнеска-Симовска, В., Арсова-Андреска, С. (2021) Деловна комуникација. Скопје: Министерство за образование и наука.

21 Чингоски, В., Петревска, Б., Гелев, С., Голубовски, Р., Читкушева Димитровска, Б., Трајков, Н. (2017) Енергетската ефикасност и еколошките унапредувања во хотелската индустрија. Штип: УГД.