

Проект „Твоят час“

Група „Кулинарни приключения“

Тема: „Здравословното хранене“

Ръководител: Марина Янкова

Тип: Извънкласни дейности по интереси

Информация за събитието: На 24.03.2017г. ръководителя на група „Кулинарни приключения“ г-жа Марина Янкова и учениците от IV клас проведоха извънкласна дейност по интереси на тема „Здравословното хранене“. Целта на заниманието е да се обогатят и затвърдят знанията, че здравословното хранене е елемент от здравословния начин на живот и че пълноценното хранене осигурява на организма всички необходими хранителни вещества.

В заниманието взеха участие и учениците от I клас. Четвъртокласниците ги посъветваха какво да консумират ежедневно и какво да избягват да консумират, да спазват лична хигиена и хигиена при хранене, за да се предпазят от болести. Подробно и нагледно представиха хранителните вещества, за какво служат те и кои храни са богати на тези вещества. На мултимедийна презентация бе представена и хранителната пирамида.

Познанията на учениците се затвърдиха чрез игри. В първата игра „Познай продукта“ двама от четвъртокласниците облечени в подходящо облекло, с мимически движения и пояснения към тях „пригответе“ продукт и „изпитвайте“ по-малките здравословен ли е продуктът или не.

В следващата игра „Пеперуда“ учениците се разделиха на два отбора с капитан единият от „готвачите“ и направиха пеперуда от плодове и зеленчуци, която на финала консумираха с удоволствие.

В края на заниманието учениците от IV клас отправиха послание към по-малките : „Бъди модерен – храни се здравословно!“