

Интересът на учениците от IV Б клас към избора на храна стана още по-голям. Поискаха отново да организираме „Предаване на живо“ – готварски клас и този път пак да бъдат готвачи. Два поредни петъка в часовете по занимания по интереси ние приготвихме две различни ястия. И така, с измити ръце, запретнати ръкави и широко отворени очи и носле, те научиха много неща за полезните продукти и опитаха различни вкусоции. Убедиха се, че храната трябва да носи радост и наслада... От предоставените им рецепти за балансирано и пълноценно хранене на децата избрахме да направим зеленчукова “майонеза” и бонбони от моркови. „Вряха и кипяха“ в кухнята, а резултатът ги накара да си “облизват пръстите“.

След приготвянето им малките готвачи правиха карвинг. проявиха голямо въображение и търпение, защото разбраха, че готвенето заедно е щастие, а пълноценната храна е здрава. Онлайн се включихме и наблюдавахме кампанията „Ден на революцията в храненето“

Национална кампания “Ден на революцията в храненето”

**ЗНАМ КАКВО
ДА ЯМ**

15, 16 И 17 МАЙ 2020



На 15, 16 и 17 май за четвърта поредна година в цялата страна се проведе кампанията “Ден на революцията в храненето” с мотото “Знам

какво да ям”. Тя се организира от Фондация “За храната” – неправителствена организация в обществена полза, учредена на 1 юни 2017 година от български родители. Към фондацията функционира експертен консултативен съвет, в който членуват доказани експерти по хранене и лекари.

Организирант онлайн кулинарни работилнички за деца. Доброволци в кампанията са родители, учители, собственици на заведения за хранене и детски клубове.

Фондация “За храната” осигури специално разработени за кампанията образователни материали и рецепти, подходящи за изпълнение от деца. Доброволци направиха демонстрация пред децата как се приготвят рецептите като използваша средствата на онлайн комуникацията.

България е водеща страна по брой деца с наднормено тегло и затлъстяване (според доклад на Световната здравна организация заемаме 4-то място). Здравето на децата зависи от тяхното хранене и от грижите на родители, учители, администрация. Важно е да се погрижим за тяхното бъдеще като им покажем как с пълноценно хранене и физическа активност могат да бъдат здрави и пълноценни хора.

Образователната кампания “Ден на революцията в храненето” има за цел да стимулира консумацията на повече плодове и зеленчуци за сметка на т.нар бързи храни (чипсове, вафли, енергийни напитки и др.). Кампанията цели да привлече общественото внимание към проблема със затлъстяването на децата.

Използвана информация: Национална кампания „Ден на революцията в храненето“

Уводна част и текст за осъществени дейности с учениците от IV Б клас:
Славка Жостова