

Постни и непостни храни (образователна игра)

Цел на играта: Играта има за цел да създаде обобщена представа за постни и непостни храни.

Предварителна информация: Учителят трябва да разясни от кои продукти са приготвени постните храни – растителни продукти, както и кои са непостни (блажни) храни – с животински произход.

Постни храни – от растителни продукти

Човекът използва за храна различни части от растенията, които могат да се използват в естествения им вид или да са преработени. Преработени са житните зърна в хляб, слънчогледовите семена в олио, тахан или маргарин, маслините в зехтин, захарното цвекло и тръстиката в захар. Тези храни са постни.

*За постни храни се приемат и някои безгръбначни животни (охлюви, миди, раци, октоподи и др.).

Непостни храни – от животински продукти

Животински храни са месото, млякото, яйцата и получените от тях – мас, масло, сметана, сирене, кашкавал, извара, майонеза и др. Всички храни, при приготвянето на които участват животински продукти, също са блажни. Например някои сосове на ястия, кремове на торти, вафли и др. се приготвят с яйца, мляко, масло или сметана.

Разчитане на етикети

Учителят трябва да помогне на учениците да разчитат етикетите на храните. За целта поставя предварително задача на учениците да донесат различни етикети от храни, които използват вкъщи и учителят разтълкува информацията, свързана с произхода на продуктите – растителни или животински.

Правила на играта: Децата се разделят на две или повече групи. Всяка група получава комплект карти (предварително нарязани) и една кошничка за пазаруване. Първата група получава задача да постави в кошничката само постните храни, а втората група само непостните. Групите представят една след друга изпълнението на задачата пред учителя и съучениците си, като изваждат една по една храните и обясняват защо са ги избрали като постни или съответно като непостни.

Ако някои храни се повтарят и при двете групи, учителят прави допълнителни разяснения, а групата, допуснала грешка, губи точки.

			
			
			
			
			
			