





Классный час в рамках проведения «Месяца здорового питания». Ученики 1 «В» класса МБОУ ООШ № 31 им. В. Кривоноса говорили о здоровом и осознанном питании. Разбирали, что значит «осознанное питание», по каким принципам его придерживаются. Посмотрели фрагменты известных мультфильмов и на примере персонажей разобрали признаки голода, поразмышляли над тем – настоящий или фальшивый голод они сейчас увидели.

Ребята решили не поступать так же, как герои мультфильмов. Пришли к выводу, что кушать нужно не торопясь и полноценно, при первых сигналах организма.