**07001 Гладната планета или с какво се хранят хората по света**

**Клас: 7ми**

***Учениците преценяват начина си на хранене и гледат снимки на семейства по света и храната, която ядат в продължение на цяла седмица. Чрез подобряване на осведомеността и в процес на дискусия, те виждат културните и регионални различия. Обсъждат здравето, разходите и разпределението на храната по света.***

**Продължителност:** Едно занятие от 40 минути

**Цели**

*Учениците ще:*

* обяснят как техните здравни алтернативи са свързани с глобални въпроси.
* разсъждават за личната отговорност за хората, които не разполагат с достатъчно храна.

**Очаквани резултати**

*Учениците ще:*

* сравнят и съпоставят своите здравни навици и избора на храни, с навиците на другите на местно ниво и в световен мащаб;
* обяснят защо и как изборът на храни е ограничен от ресурси, култура и география.

**Материали**

* Достъп до Интернет, за да се разгледат изображенията на следния сайт:

<http://geograf.bg/bg/articles/38-%D0%9B%D1%8E%D0%B1%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%BD%D0%BE/418-%D0%9A%D0%B0%D0%BA%D0%B2%D0%BE%20%D1%8F%D0%B4%D0%B5%20%D1%81%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%8A%D1%82>

* Карта на света или глобус
* Листове за флипчарт или пространство на видно място с четири колони, озаглавени: Държава; Брой членове в семейството; Разходи за храна седмично (в лева); Съотношение между естествени и преработени храни (приблизително)

**Подготовка на преподавателя**

Подгответе за класа таблица, в която да попълнят четири колони със следните заглавия: Държава; Брой членове в семейството; Разходи за храна седмично (в лева.); Съотношение между естествени и преработени храни (приблизително).

**Инструкции**

1. Помолете учениците да разкажат за някои храни, които консумират, и които представляват тяхно културно наследство (могат да бъдат ежедневни храни или традиционни празнични храни). Нека дадат предположения, какво прави храната да бъде подходяща за региона по произход.
2. Напомнете на групата за трите фактора, които влияят на достъпа до храна и избора на храна: култура /лични вкусове, достъпност на местно ниво и икономически ресурси. Проверете дали са разбрали с въпроса: *„Как културата – с кого сме, семейство, етническа група – влияе върху избора на храна? Как достъпността на местно ниво и наличността влияе върху избора на храни? Как икономическите ресурси влияят върху избора на храни?“*
3. *„Точно както храните, които всеки от нас яде, са различни, така и достъпът до храна и изборът на храни по света, са различни. Ще сравним и съпоставим това, което хората по света ядат за една седмица, като отчитаме техните култури и местните и икономически ресурси.”* Кажете им, че това са само проби, а не нещо, което всички хора в тези страни ядат (за да се избегне изграждането на стереотипи).
4. Покажете подготвената таблица с пет колони (вж. Материали) и помолете един доброволец да записва информация от следната презентация:

<http://novanews.novatv.bg/news/view/2014/01/04/65438/%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B5%D0%BA%D1%82%D1%8A%D1%82-%D0%B3%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BD%D0%B0%D1%82%D0%B0-%D0%BF%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D1%82%D0%B0-%D0%BF%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D0%B7%D0%B2%D0%B0-%D1%85%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%BD%D0%B8%D1%82%D0%B5-%D0%BD%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D1%86%D0%B8-%D0%BD%D0%B0-%D1%85%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B0-%D0%BF%D0%BE-%D1%81%D0%B2%D0%B5%D1%82%D0%B0/>

1. Докато гледате заедно снимките, помолете учениците да подават информация на водещия протокола, която да влезе в таблицата. Забележка: Може да пожелаете да разгледате всички снимки наведнъж, а след това да ги прегледате по-бавно и да запишете наблюденията в таблицата.
2. След като сте разгледали снимките, кажете на учениците да си направят изводи от информацията в таблицата и да споделят своите разсъждения. Попитайте:

* *Как мислите, че потребителските ви навици се сравняват с тези на хората по света? Какво забелязахте за храните в различните части на света?*
* *Как културата, личният вкус, икономиката и наличността засягат избора на храна?*
* *Кои от храните на снимките представляват глобална дистрибуция на храни?*
* *Какви са чувствата и нагласите ви към разликите? Храните изглеждат ли добре? Мислите ли, че храните са добри/лоши или просто непознати?*
* *Мислите ли, че това, което ядете оказва въздействие върху другите? Какви промени в личния ви режим на хранене може да внесе положителна промяна в световен мащаб? (Например, умереността или храненето с естествени храни може да бъде по-устойчиво.)*
* *Как отношението ви към храната на другите влияе върху отвореността ви към други култури?*

1. Кажете на учениците, че снимките показват различни режими на хранене - от недохранване/препитание (достатъчно, колкото да се поддържа живота) през балансиран (диета, която насърчава здравето и енергията) до свръхконсумация (диета, съдържаща прекалено много храна и/или твърде високо съдържание на мазнини, захар, сол). Кажете им да посочат примери от снимките за режими на недохранване/препитание, балансиран и свръхконсумация.
2. Кажете на учениците, че независимо че на света има достатъчно храна, тя не се разпределя равномерно. Кажете на учениците да разсъждават писмено върху следния текст: *Каква отговорност носим за хората както на местно ниво, така и по света, които не разполагат с хранителните ресурси, от които се нуждаят за здравословно хранене? Ако сме отговорни, как можем да разрешим проблема в името на общото благо?*
3. Кажете на учениците да маркират и да споделят думите от техните разсъждения, които са най-важни. Обсъдете понятията, които се очертават като най-важни във всичките разсъждения.

**Речник**

* **недохранване:** липса на достатъчно храна за поддържане на здравето и растежа
* **препитание:** достатъчно, колкото да се поддържа живота
* **свръхконсумация:** прекомерна употреба на блага, което води до влошено здраве на организма, т.е. диета с високо съдържание на мазнини, захар, сол
* **обработена храна:** храна, която е била химически променена чрез добавки като овкусители, свързващи вещества, оцветители, пълнители, консерванти, стабилизатори и емулгатори; храна, променена спрямо естественото си състояние чрез комбиниране или други методи
* **пакетирани храни:** храни, опаковани извън дома (често закупени в кутия, плик или консерва)

**Библиография**

* Изображения от „Гладна планета“ в списание „Тайм“[Time Magazine images from Hungry Planet:] - <http://www.time.com/time/photogallery/0,29307,1626519,00.html>
* Сп. Мениджър – Какво изяждат хората по света за седмица - [линк](http://www.manager.bg/%D0%BB%D1%8E%D0%B1%D0%BE%D0%BF%D0%B8%D1%82%D0%BD%D0%BE/%D0%BA%D0%B0%D0%BA%D0%B2%D0%BE-%D0%B8%D0%B7%D1%8F%D0%B6%D0%B4%D0%B0%D1%82-%D1%85%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B0-%D0%BF%D0%BE-%D1%81%D0%B2%D0%B5%D1%82%D0%B0-%D0%B7%D0%B0-%D1%81%D0%B5%D0%B4%D0%BC%D0%B8%D1%86%D0%B0)