Dzień Buraka

DZIEŃ BURAKA
„Mój buraku, mój czerwony…”
Burak – znany już od wieków, posiada niezwykłe właściwości zdrowotne, wpływające korzystnie na nasz organizm. W związku z tym, postanowiliśmy zadbać o naszą zdrową dietę i zgłębić wiedzę na temat buraków.
W dniu 24.11.2022w naszym przedszkolu był obchodzony „Dzień buraka”. Dzieci dowiedziały się o walorach buraka; jakie posiada składniki odżywcze, dlaczego warto go spożywać oraz jakie potrawy można z niego przygotować. Chętne dzieci spróbowały soku z buraka.
Dzieci zobaczyły jak przebiega proces wytwarzania cukru z buraka cukrowego oraz co ważne, jak jego nadmiar szkodzi naszemu zdrowiu!
„Dzień buraka” nie tylko obfitował w walory smakowe oraz wzrokowe, ale również dotykowe/ruchowe. Burak był także inspiracją dla wielu zabaw ruchowo-muzycznych czy plastycznych, w których dzieci wykazały się kreatywnością. Nasze przedszkolne spotkanie z burakiem okazało się nie tylko pożyteczne, ale także dostarczyło wielu pozytywnych emocji.