Полезные и вредные продукты

Множество различных факторов постоянно действует на развитие детского организма и здоровья. Правильное питание среди них занимает особое место.

Воспитанники средней группы «Cолнышко» совместно с воспитателем Сорокиной А.Ю. провели беседу «Полезная и вредная еда» С целью сформировать представления у детей о здоровой пищи, о вредных и полезных продуктах питания, помочь им узнать о влиянии правильного питания на здоровье. В ходе беседы, ребята активно обсуждали, высказывали свое мнение о продуктах, которые полезные, и которые, по их мнению, могут нанести вред организму.

Также ребята продолжили знакомство с различными витаминами, содержащимися в полезной еде, закрепляя правила поведения во время приема пищи. В завершении воспитанники закрепили полученные знания, создав коллаж «Полезные и вредные продукты» В итоге было решено правильно питаться, постараться как можно меньше кушать вредные для здоровья продукты, ежедневно употреблять свежие овощи, фрукты и соблюдать правила поведения и гигиены во время еды





