

Выбираем полезные продукты!

Здоровье для человека – это главная жизненная ценность. Но, к сожалению, мы не умеем беречь его. Одним из правил сохранения здоровья является здоровое питание. Если человек питается разнообразной, здоровой пищей, то он остается здоровым до глубокой старости, но вокруг нас столько разных вкусов, что просто трудно выбрать полезные продукты.

В рамках тематической недели «Продукты питания» мы с ребятами закрепляли знания: для чего нужны продукты питания, устанавливали взаимосвязь продуктов питания и здоровья человека, учились осознанно подходить к выбору продуктов. Просматривая презентации, играя в дидактические и подвижные игры «Светофор правильного питания», «Раз, два, три – полезный продукт найди», «Что возьму с собой в поход?» и др., дети учились выбирать самые полезные продукты.

Мы старались подвести дошкольников к пониманию, что питаться нужно правильно, чтобы быть здоровыми.

