

## «О правильном питании»



**Детство** – самый важный этап в жизни человека, фундамент всей его судьбы, его здоровья. Во всем мире проблема здоровья подрастающего поколения является чрезвычайно важной, так как она является основным показателем благополучия общества и государства. Здоровье человека закладывается с детства и во многом оно определяется качеством питания (особенно в детском возрасте). Поэтому именно в дошкольном возрасте нужно сформировать у детей правильное представление о здоровом питании.

В группе «Колокольчики» мы провели беседу «Что такое правильное питание?», дидактическую игру «Продукты вредные и полезные», дети рассказали о витаминных продуктах, которые необходимы нашему организму. Дети узнали о «питательных веществах» и их значении для человека, познакомились с понятием «правильное питание».



Будем правильно питаться, закаляться, спортом заниматься!  
Вырастим здоровыми, умными и сильными!!!

