

21.05.2019г. Полезные и вредные продукты питания.

Правильное питание — это основополагающий компонент здорового образа жизни. Важно, чтобы у ребенка сформировалось представление об устойчивой взаимосвязи благополучия организма и питания (причем разнообразного). Необходимо каждый день находить слова, примеры, раскрывающие перед ребенком пользу (или ее отсутствие) того или иного продукта. Поэтому так важно дать детям представления о витаминах, об их пользе для здоровья человека.

Воспитатель МБДОУ «Детский сад №14» г. Чебоксары Андреева Наталия Евгеньевна с детьми подготовительной группы №10 «Крепкие дубочки» провела игру «Что полезно, а что вредно». Ребята узнали о взаимосвязи здоровья и питания человека (какие продукты наиболее полезны и необходимы человеку каждый день, а какие вредны). В ходе игры ребята закрепили знания о необходимости витаминов для жизнедеятельности человека и о том, в состав каких продуктов они входят. Дети с удовольствием делились своими знаниями из личного опыта.

