

«Что такое здоровое питание»

Провела: учитель начальных классов: Косиненко Александра Евгеньевна
2 «А» класс



Во 2 «А» классе прошло мероприятие «Что такое здоровое питание» , на котором были раскрыты принципы правильного питания, были созданы условия для формирования навыков здорового питания. Правильное питание—основа здорового образа жизни.

Ваше здоровье – самое ценное, что у вас есть. На всю жизнь человеку дается только один организм. Если вы небрежно обращаетесь с какими-то предметами, их можно заменить, но заменить свой организм вы не сможете. Многие болезни – всего лишь результат неправильного питания. Можно сохранить здоровье, если следить за характером питания. Качество жизни можно улучшить благодаря здоровому питанию. Человек ест, чтобы пополнить свои жизненные силы. Очень важно соблюдать режим питания. Мероприятие прошло интересно , была оформлена выставка с рисунками.