

РАЗГОВОР



ПРАВИЛЬНОМ

МИЛАННИ



Вспомни и нарисуй
свои самые любимые
продукты питания
или напиши их
названия



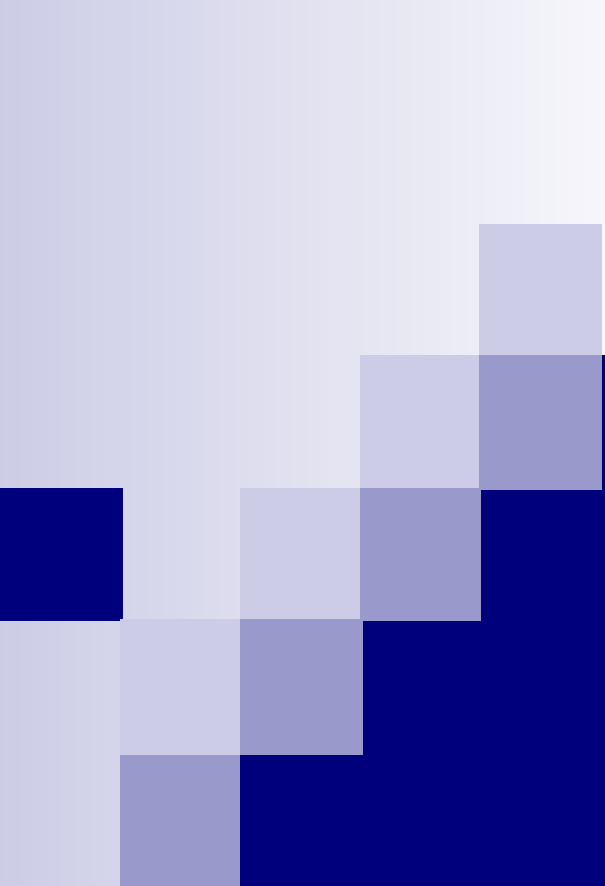


Зачем мы едим?

Все ли продукты одинаково
полезны?



Чувство голода напоминает нам о том, что пора есть. А еда необходима нашему организму для жизни, как и всему живому. А вам ещё нужно расти и быть здоровыми. Вот почему важно не есть всё подряд, чтобы утолить голод. Лучше есть полезные продукты.



**А как же узнать,
какие продукты
полезны?**

Полезные продукты – это продукты, которые приносят пользу для нашего организма.

Соблюдение полезного питания самым лучшим образом влияет на здоровье.

Ведь здоровье – это самая важная потребность человека, определяющая способность к труду, развитию и самореализации.



Самые полезные продукты питания – это в первую очередь зерновые, овощи и фрукты.



Отгадай из каких растений, зёрен
и круп получились манная,
пшенная, гречневая, овсяная и
пшеничная каши.



Отгадай загадки

Сам алый, сахарный,
Кафтан зеленый, бархатный.

Сто одежек
и все без застежек

Красна девица
Сидит в темнице,
А коса на улице.

Мала, как мышь,
Красна, как кровь,
Вкусна, как мед.

Была зеленой, маленькой,
Потом я стала аленькой.
На солнце почернела я,
И вот теперь я спелая.

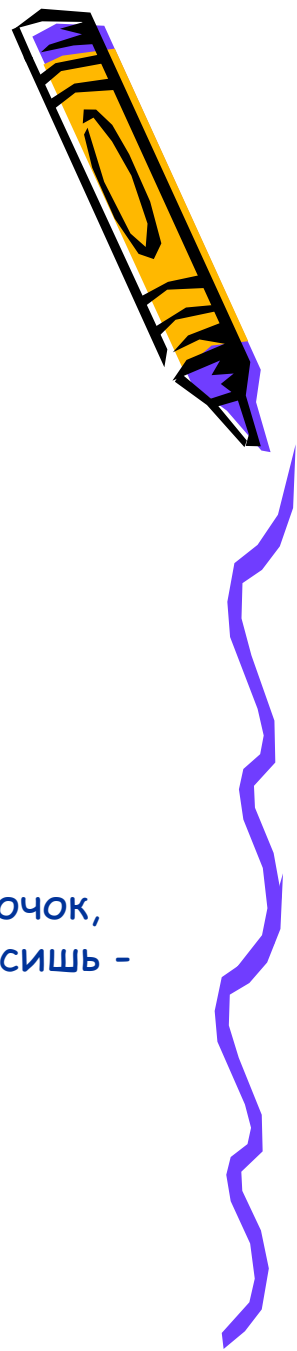
Без окон, без дверей
Полна горница людей.

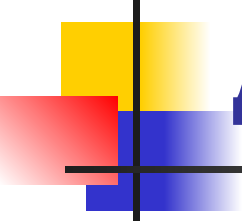
Голова на ножке,
в голове горошки.

Всех круглее и краснее.
Он в салате всех вкуснее,
И ребята с давних пор
Очень любят...

Само с кулачок, красный бочок,
Потрогаешь - гладко, откусишь -
сладко.

Бусы красные висят
Из кустов на нас глядят,
Очень любят бусы эти
Дети, птицы и медведи.

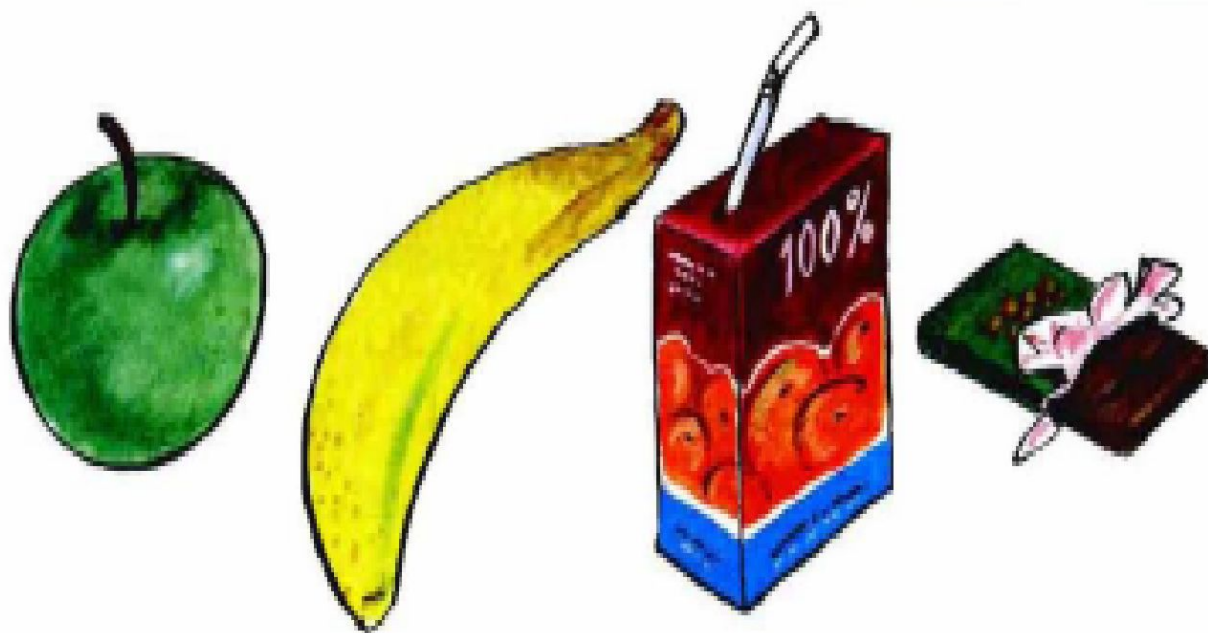




Из ягод, фруктов и овощей делают соки.

Подумай и напиши, или
нарисуй, из каких ягод,
фруктов и овощей можно
сделать соки.

Выбери себе завтрак для школы. Что
еще можно взять в школу?



Презентацию подготовила учитель 1 «А» класса МОУ «ООШ № 90» Покусаетева Елена Юрьевна

При подготовки презентации использован материал из рабочей тетради
Разговор о правильном питании М. М. Безруких, т. А. Филиппова. -М.:
ОЛМА-ПРЕСС, 2005. -72 с.

