

МЕНЯ ЗОВУТ ЛАНГАЕВА ЕКАТЕРИНА . СЕГОДНЯ Я  
ПРОВЕЛА ИНТЕРАКТИВНЫЙ УРОК В 7 КЛАССЕ  
В РАМКАХ АКЦИИ  
«ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ - АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»

Он назывался «Я то , что я ем».



## Мы затронули такие темы как :

- Здоровье человека
- Принципы правильного питания
- Режим питания
- Полезные пищевые привычки



Дети внимательно слушали мой рассказ . Они узнали много новой и важной информации о правильном питании и о том , какую незаменимую роль оно играет в поддержке и укреплении нашего здоровья.



Семикласники увлеченно принимали участие в обсуждении и активно вели диалог со мной, задавали интересующие вопросы.



Я считаю что это было очень полезное занятие , потому что **Здоровье** -это самая большая ценность, которая дана человеку. О здоровье надо думать не тогда, когда оно потеряно, а всю жизнь, начиная с детства , именно поэтому важно проводить такие уроки.

Они формируют потребность в здоровом, активном образе жизни у школьников.

