

Мероприятие по здоровому питанию

В рамках недели школьного питания в школе прошли классные часы на тему «Здоровое питание».

Цель: ознакомить учащихся с понятиями: правильное питание, полезные продукты, меню; учить различать полезные и вкусные продукты; воспитывать культуру питания.

Одной из важнейших задач сегодня является формирование у детей ответственного отношения к своему здоровью.

Ребята выяснили, что пища должна быть разнообразной, и, конечно, нужно учитывать возраст, национальные традиции и место проживания.

Пришли к выводу, что здоровая еда – это здорово, а так же, для организма ребенка необходимо горячее питание.

Никогда не поздно пытаться изменить свой образ жизни и пищевые привычки в лучшую сторону, чтобы быть здоровыми духовно и физически, прожить долгую и счастливую жизнь.





