

Вредные и полезные продукты!



Подготовила: учитель
I квалификационной
категории Бодырская Ю.В.

Цель: создать условия для формирования правильного здорового питания.

Задачи:

образовательная:

- формировать умение выбирать полезные продукты питания.

- работать над формированием устойчивых навыков здорового образа жизни, гигиены питания, принципах безопасного и качественного питания;

воспитательная:

- воспитывать ответственное отношение учащихся к своему здоровью;

коррекционно – развивающая:

- развивать творческие способности, память, внимание, познавательный интерес.

Полезные продукты:



Вредные продукты



продукты

самые полезные

- ▶ яблоки
- ▶ чеснок
- ▶ перец
- ▶ рыба
- ▶ морковь
- ▶ злаковые



самые вредные

- чипсы
- шоколад
- напитки
- соль
- майонез



Доктор Здоровая Пища даёт нам советы:



1. Воздерживайтесь
от жирной пищи.

2. Остерегайтесь очень острого и
солёного.

3. Сладостей тысячи, а здоровье одно.

4. Овощи и фрукты – полезные
продукты.