

# РАЗГОВОР О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ

Трясучкина Ирина Николаевна

Учитель начальных классов

МБОУ СОШ с. Кижеватово Бессоновского района Пензенской области

Прежде, чем за стол мне  
сесть, я подумаю, что съесть...



# Цель занятия?

- ▶ Узнать...
- ▶ Научиться...



▶ умеренность

▶ разнообразие

**Жиры, масла,  
сладости**



**Мясо, молоко,  
рыба, яйца**



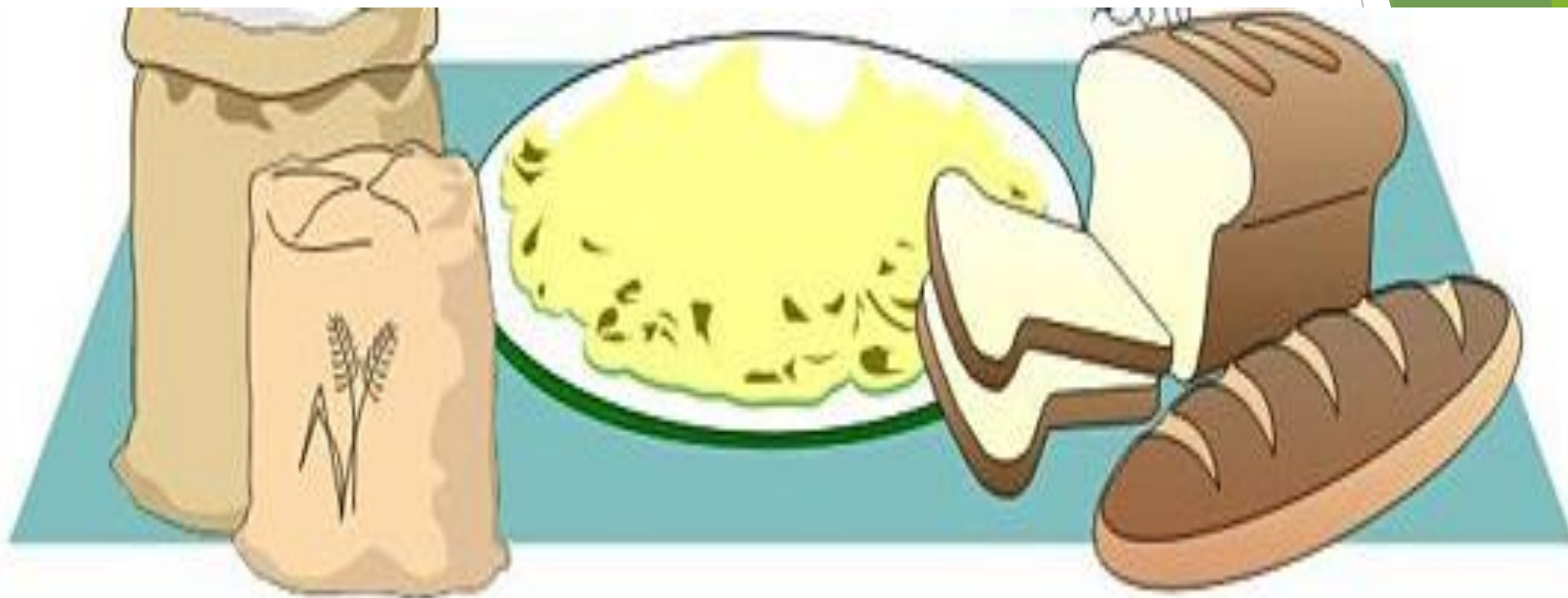
**Фрукты и  
овощи**



**Хлеб, крупы, зерновые**



Знают взрослые и  
детвора: хлеб всему голова!



Хлеб, крупы, зерновые

Теплым солнышком налиты,  
Свежим дождиком умыты,  
Здесь полезные продукты  
Наши **овощи и фрукты**.



Мясо, молоко,  
рыба, яйца







К

Р

О

С

С

В

О

Р

Д





**НА УРОКЕ Я УЗНАЛ...**

**МНЕ БЫЛО ЛЕГКО...**

**Я НАУЧИЛСЯ...**

**БЫЛО ТРУДНО...**

**Я ХОЧУ ПОХВАЛИТЬ...**

**Я ХОЧУ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**

**Я МОГУ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ!**

**Я БУДУ ЗДОРОВЫМ!**

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ,  
СТАРАЙТЕСЬ ПИТАТЬСЯ  
ПРАВИЛЬНО!**