ЗДОРОВАЯ ЕДА КАЖДЫЙ ДЕНЬ НАМ НУЖНА

Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. В. А. Сухомлинский писал: «Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье ребенка - это важнейший труд воспитателя». Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Ухудшение качества питания, недостаток в пище витаминов и микроэлементов отрицательно сказываются на физическом развитии детей. Именно в детстве закладываются основы здоровой организации жизни ребенка на будущее. Поэтому так важно дать детям представления о здоровой еде, о витаминах, об их пользе для здоровья человека.

Вот и сегодня, мы вместе с детьми отправились на нашем паровозике в гости, в страну «Здоровячков», которым правит доктор Здоровая Еда. Дети узнали много нового о здоровой и полезной еде, о витаминах. Поиграли в такие игры, как «Юный кулинар», «Полезные и неполезные продукты» и др. А на прощание доктор угостил всех фруктами.

