

В рамках проекта «Здоровое питание» во 2 А классе был проведен познавательный урок-игра «Мы – то, что мы едим».

Целью урока являлось формирование навыков здорового образа жизни, принципов безопасного и здорового питания, знакомство с продуктами, которые полезны для организма человека. Урок начался с просмотра мультфильма «Азбука питания». Ребята узнали основные секреты правильного питания: умеренность, разнообразие, режим в приемах пищи.

В ходе мероприятия ребята вспоминали пословицы и поговорки о еде, отгадывали загадки о полезных продуктах, разгадывали ребусы и «Витаминный кроссворд», решали шуточные задачи.

Дети расширили знания о полезных свойствах овощей и фруктов, осознали необходимость витаминов в пище, получили представления о правильном питании.

