



# Если хочешь быть

## здоров

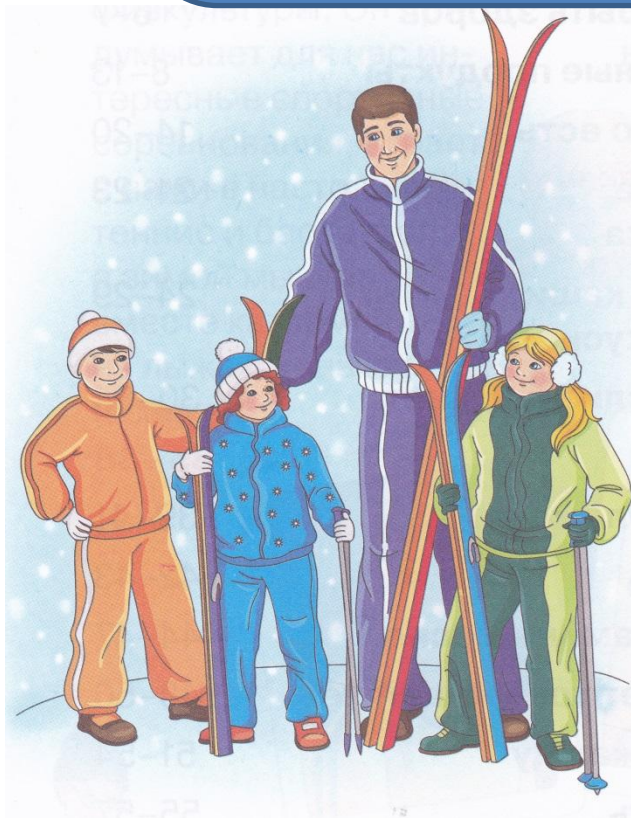
### Программа

#### «Разговор о правильном питании»



Носова Ольга Михайловна  
учитель начальных классов МОУ СОШ № 11  
с углубленным изучением отдельных предметов  
Курского муниципального района  
Ставропольского края

Как вы прокатились? У  
вас такие румяные  
щеки!



Здорово! Но мы такие голодные. Сейчас возьмем из холодильника колбасу, сделаем побольше бутербродов и запьем газировкой.



Нет, друзья. Лучше всего сейчас съесть горячий суп. Мама приготовила вкусный рассольник и вкусное второе. Вы потратили много сил и должны хорошо пообедать.



Какая разница, что  
есть? Главное – не  
чувствовать голода!



Конечно!

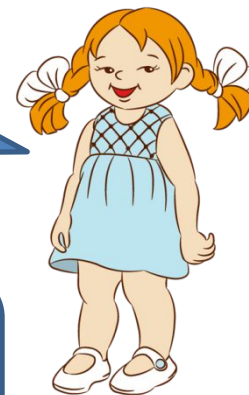


А ты думаешь, мы  
едим, чтобы не  
быть голодными?



Чувство голода напоминает нам о том, что пора есть. А еще вам нужно расти и быть здоровыми. Поэтому лучше есть полезные продукты.

А как же узнать, какие продукты полезны?



Наверное, полезные продукты – это самые любимые?

Наша мама работает в магазине. После обеда пойдем к ней и попросим рассказать о полезных продуктах.



# Запомн

Если хочешь вырасти  
сильным, здоровым,  
умным и красивым,  
нужно есть полезные  
продукты.

# Задани

е

Вспомни и нарисуй  
свои самые любимые продукты  
и блюда или напиши их  
названия.

# ИСТОЧНИКИ

[http://ms.znate.ru/tw\\_files2/urls\\_16/27/d-26519/26519\\_html\\_m59e0ce9f.png](http://ms.znate.ru/tw_files2/urls_16/27/d-26519/26519_html_m59e0ce9f.png)

<http://www.school15glazov.ru/files/gallery/8/83/8323f23468733631195fa6fef16cf045.jpg>

<http://hotel-sheremetyevo.ru/image.php?aHR0cDovL3ByYXpkbmljaGVrLmluZm8vdXBsb2Fkcy9wb3N0cy8yMDEwLTA0LzEyNzE4ODQ0NTdfaW1nMjkxLmpwZw>

<http://antalpiti.ru/files/99604/detishki1.png>

[http://antalpiti.ru/files/99604/malenkije\\_sportsmeny\\_4.png](http://antalpiti.ru/files/99604/malenkije_sportsmeny_4.png)

[http://antalpiti.ru/files/99604/malchishki\\_i\\_devchonki\\_02.png](http://antalpiti.ru/files/99604/malchishki_i_devchonki_02.png)