

# Интерактивная викторина «Здоровое питание – основа процветания!»



Зобнина И.



Автор : Зобнина Ирина Евгеньевна,  
учитель начальных классов  
школы – лицея № 101  
г.Караганды



Питание – одно из ключевых средств поддержания жизни, здоровья, хорошей трудоспособности человека. Что человек «ест то, что он ест». Поэтому продуктам питания, потребляемым нами – особое внимание! Питание человека должно быть рациональным, сбалансированным, правильным.



# Самый полезный завтрак?



Каши

Супы

Мясо

Печенье



Этот напиток животного происхождения просто необходим человеку с первого дня рождения.



Простокваша

Кумыс

Кефир

Молоко



**Карлсон убеждал Малыша, что именно от этого продукта питания будет все счастье. О каком продукте питания идёт речь?**



Варенье

Пироги

Яблоки

Блины



# Какой картофель полезнее?



Сваренный в кожуре

Жареный

Сваренный целыми клубнями

Сваренный кусочками



# Чем полезнее заменить сладости (конфеты, шоколад)?



Варенье

Сухофрукты

Сгущённое молоко

Булочки



**Эту громаду-ягоду называют «матушкой» и добавляют её в кашу. А ещё из неё делают посуду. О какой ягоде идёт речь?**



Арбуз

Дыня

Тыква

Ананас



Какой овощ называют вторым хлебом?



Огурец

Картофель

Перец

Баклажан



# Основной источник витаминов – это...



Мясные продукты

Сладости

Овощи и фрукты

Соки и лимонады



Этот продукт «от семи недугов». О каком продукте идёт речь?



Красный перец

Шпинат

Укроп

Лук



Этот напиток считается вредным для детского организма.



Чай

Минеральная вода

Сладкая газировка

Кисель





## Пирамида питания



# Источники информации:



[https://easyen.ru/load/metodika/technologicheski\\_priem/videourok\\_sozdanie\\_prezentacij\\_s\\_primeneniem\\_tehnologicheskogo\\_priyoma\\_animirovannaja\\_sorbonka/246-1-0-32327](https://easyen.ru/load/metodika/technologicheski_priem/videourok_sozdanie_prezentacij_s_primeneniem_tehnologicheskogo_priyoma_animirovannaja_sorbonka/246-1-0-32327) - видеоурок

[https://catherineasquithgallery.com/uploads/posts/2021-02/1613665865\\_37-p-fon-dlya-prezentatsii-zdorovoe-pitanie-52.jpg](https://catherineasquithgallery.com/uploads/posts/2021-02/1613665865_37-p-fon-dlya-prezentatsii-zdorovoe-pitanie-52.jpg)

<https://i.ya-webdesign.com/images/trendy-arrow-png-12.png>

<https://cf2.ppt-online.org/files2/slide/v/VyHfGp7Wd8XhZYBqIEr6PzQ9SwTJcNsjMnmk2a/slide-21.jpg>

