



О пр_д_кт_х
и

пр_в_л_х п_т_н_ _





О продуктах и правилах питания

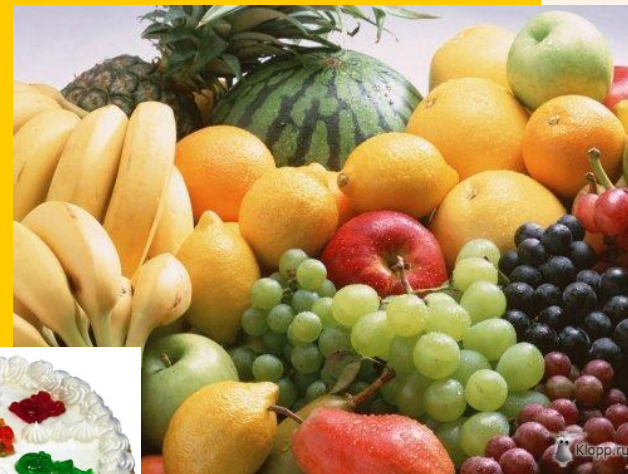
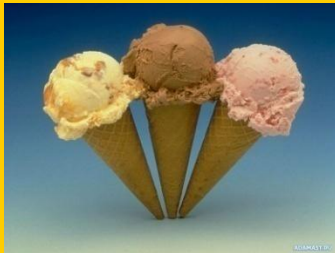


Совет

*Ешьте кашу с молоком,
Делайте зарядку.
И тогда с мускулатурой
Будет всё в порядке.*



Магазин



Полезные продукты



myJulia.Ru

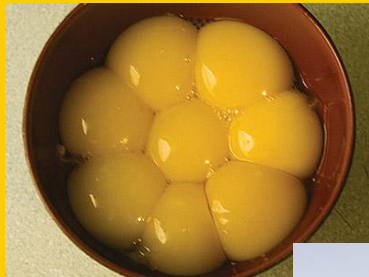


Вредные продукты





B



A



C



B

B



E



B



D



Каша из топора





Конкурс «Варим кашу»

Варись, варись, кашка



ТЕАТР ПЕСНИ « ТАЛИСМАН »

Если мой совет хороший ...



Хлеб на стол -

Если про кашу не забудешь -

Без печки холодно -

Всё приедается,

Хлеб ногами топтать -

Изба красна углами,

народу голодать.

и стол престол.

а хлеб нет.

здоровым будешь.

без хлеба голодно.

а обед пирогами.

Меню

Карлсона :

5 кг конфет

3 л варенья

2 кг печенья

1 кг вафель

2 л газировки

5 пачек чипсов

1 кг мармелада



С. МАРШАК



Кто не умерен в еде –

враг себе.

РОБИН-БОБИН

«ПЛАНЕТА ДЕТСТВА»

**Мы микробы не простые,
очень мы опасные ...**



Загадки

*Он совсем-совсем зелёный
И овальный, удлинённый.
Помидора верный брат,
Тоже просится в салат.*

(О-----)

*Я вырос на грядке
Характер мой гладкий:
Куда ни приду,
Всех до слёз доведу.*

(Л-----)

*Все узнают молодца,
Что растёт на грядке:
Он побольше огурца,
Толстый он и гладкий,
Тоже держится за плеть,
Приходите посмотреть.*

(К-----)

*Жёлтая курица
Под тыном дуется.*

(Т-----)

*Красная девица сидит в темнице,
А коса – на улице.*

(М-----)

*Воду пьёт – себя торопит,
И растёт, и листья копит.*

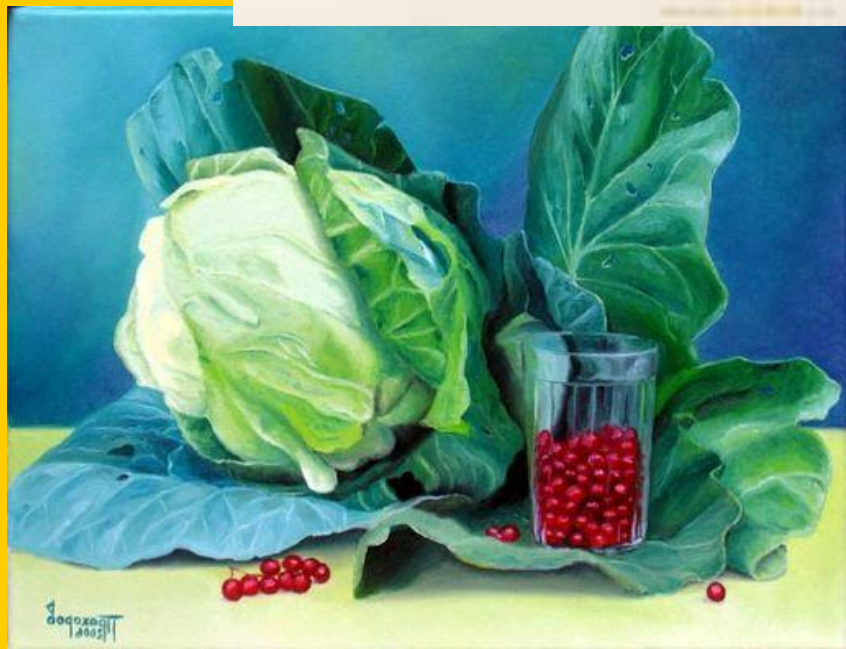
*Набирает вес кубышка,
В середине - кочерыжка.*

(К-----)

*Нужнее всех из овощей
Для винегретов и борщей,*

*Из урожая нового
Красавица лиловая.*

(С-----)



Правила гигиены питания

- Мыть руки перед едой с мылом.
- Мыть овощи и фрукты перед едой кипячёной водой.
- Не разговаривать во время еды.
- Есть нужно в одно и то же время.



Игра: «ДА-НЕТ»



Тани, Маши, Саши,
Покажите руки ваши.

Все ли ногти постригали?

А микробов все прогнали?

Часто с мылом умывались?

В замарашках не остались?

Не забыли ли про ушки?

Расчесали вы макушки?

Какое же правило спряталось в этой игре ?



Игра « Вершки – корешки»

- АПЕЛЬСИН, БАНАН И СЛИВА,
ГРУША, ПЕРСИК И МАЛИНА,
АНАНАС И ВИНОГРАД-
Вам ребенок каждый рад.
- СВЕКЛА, КАБАЧОК И РЕПА
Летним солнышком согреты.
- КАРТОШКА, ОГУРЕЦ, МОРКОВЬ
Аплодируем вам вновь.

***Будьте
здоровы !***