

**Филиал №3 муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения  
«Верхнекетский детский сад» Верхнекетского района Томской области**

# **Презентация**

**Тема: «Мама, папа, брат и я, здоровая,  
спортивная семья»**

**IV районная  
научно-исследовательская конференция  
дошкольников**

**«Умники и умницы»**

**Работу выполнила Чазова Соня**

**Под руководством воспитателя : Голубовской С.Б.**

**мамы : Чазовой Ю.О.**

**Белый Яр – 2018г**

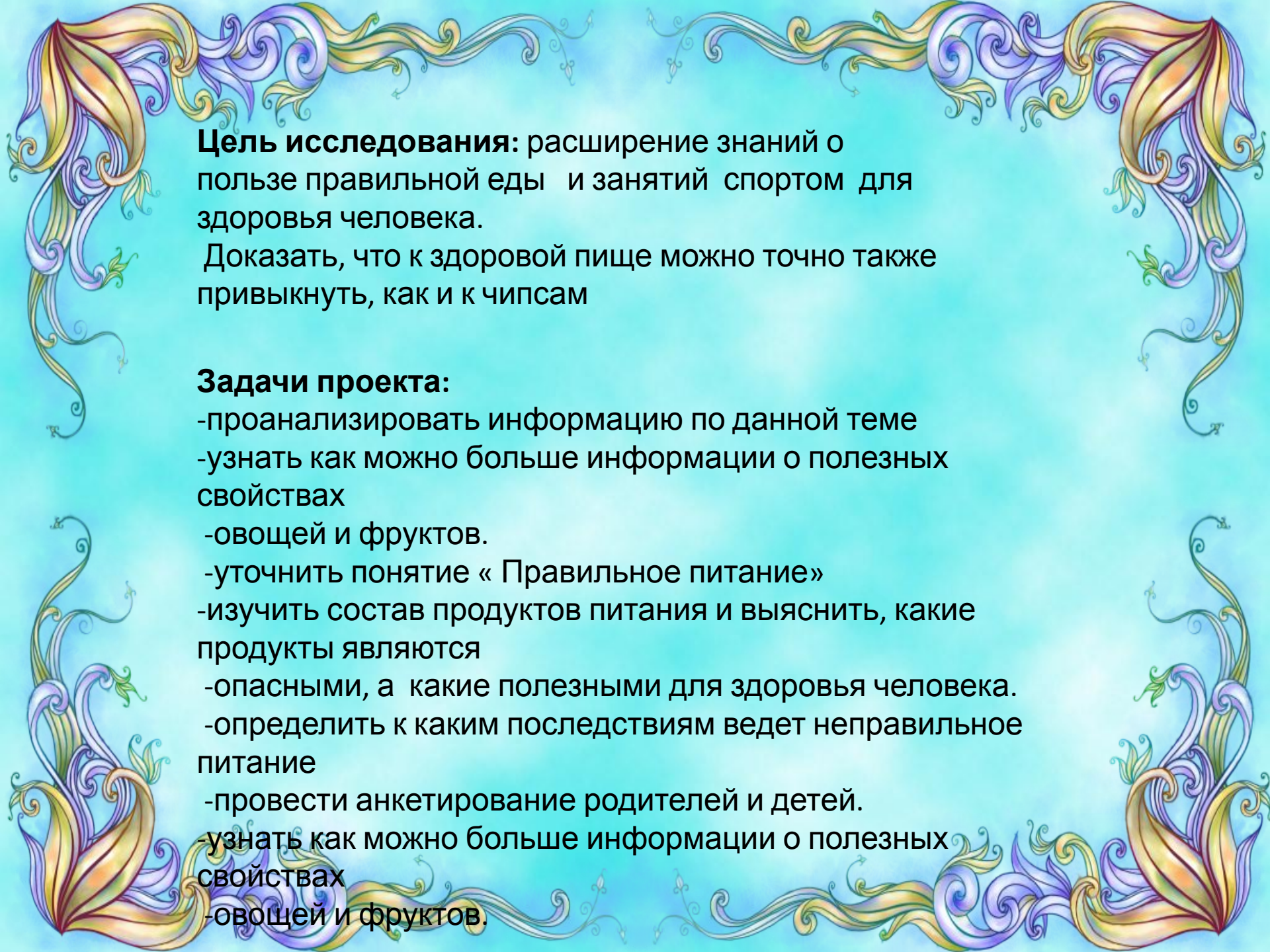


## **Актуальность темы:**

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Главная наша задача – укрепление здоровья ребёнка, правильное питание, развитие двигательной активности и приобщение детей к спорту.

**Гипотеза :** Я задала вопрос воспитателю: что такое правильное



**Цель исследования:** расширение знаний о пользе правильной еды и занятий спортом для здоровья человека.

Доказать, что к здоровой пище можно точно также привыкнуть, как и к чипсам

**Задачи проекта:**

- проанализировать информацию по данной теме
- узнать как можно больше информации о полезных свойствах
  - овощей и фруктов.
- уточнить понятие « Правильное питание»
- изучить состав продуктов питания и выяснить, какие продукты являются
  - опасными, а какие полезными для здоровья человека.
  - определить к каким последствиям ведет неправильное питание
- провести анкетирование родителей и детей.
- узнать как можно больше информации о полезных свойствах
  - овощей и фруктов.



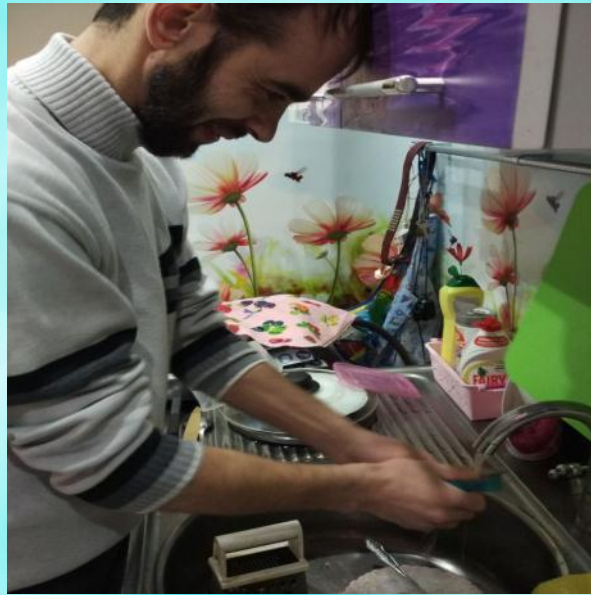
# Моя семья





# Моя милая мама













# ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ





C



# Полезные продукты для здоровья

D

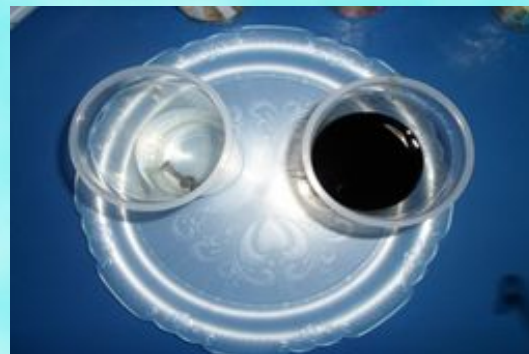


# Вредные продукты для организма



## Эксперименты.

Исследование вредного влияния кока-колы на организм человека.







## Выводы

Работая над проектом, мы узнали много нового, интересного и полезного для себя.

Мы узнали что есть полезные продукты и

Цель нашего исследования достигнута подтвердилась: чипсы, кока-кола, газированные напитки содержат вредные вещества и плохо могут повлиять на наше здоровье.

Мы сделали для себя вывод: не всё полезно что вкусно!

## Что такое правильное питание?

- Соблюдать режим питания.
- Знать меру, не переедать.
- Во время еды не торопиться.
- Не кушать всухомятку.
- Каждый день включать в свой рацион овощи, фрукты, молоко и молочные продукты.