

МБДОУ «Детский сад № 61»



Польза и вред сладостей.



Автор презентации:
Федорова Вероника ДОУ №61
старшая группа.
Руководители:
Буренко И.П.
Чернецова С.А.



*-Здравствуйте, меня зовут
Вероника Федорова,
Я хожу в старшую группу детского
сада № 61.*

*Мне стало интересно, почему говорят
сладкое вредно есть, а иногда, что
полезно. Мой весёлый зайчик
Витаминчик и его друг
Петя Сладкоежкин помогут мне
разобраться в этом вопросе.*

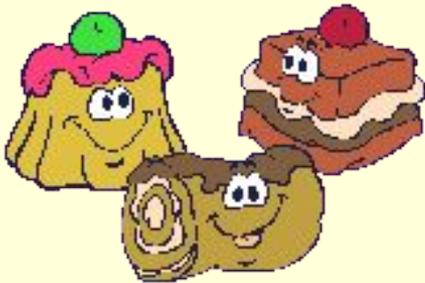


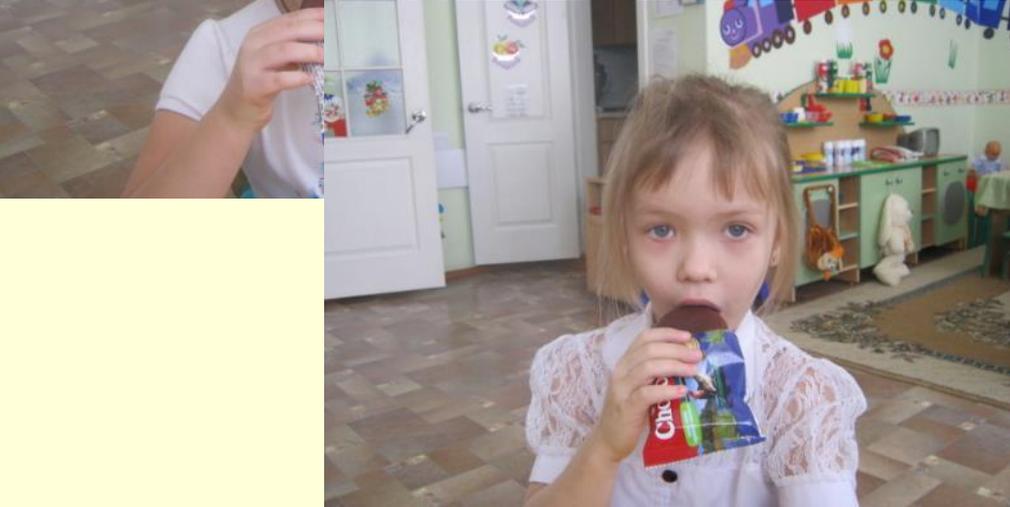
Цель работы. Помочь разобраться какое влияние могут оказать сладости на здоровье ребёнка.

Задачи:

Выявить какие сладости полезны и чем?

Разобраться в чём состоит вред сладостей





Очень часто говорят
Дети любят
мармелад,
Шоколадные
конфеты,
Тоже важные
приметы,
Торты, слойки и
печенье,
Крем, домашнее
варенье
И хрустящие
орешки, -
Они просто
сладкоежки.



Ни один ребёнок не может
обходиться без сладкого,
а все родители хотят,
чтобы дети были
здоровыми и запрещают
есть сладкого сколько
хочется.

Как же быть?





-Ах! Как хотелось бы попасть в сказочную страну, где было бы огромное количество разнообразных сладостей: тортов, пирожных, пряников, печенья, вафель, мороженого, зефира, пастилы, халвы, шоколада, шоколадных батончиков и конфет, карамели, леденцов и ирисок.



Каждый ребенок мечтает попасть в сказку и хоть раз оказаться в пряничном домике, где можно есть сладости целый день, и никто не будет ругаться.



**- Почему родители не понимают, что дети не могут жить без сладкого и не разрешают есть их сколько захочется?
Может потому, что они нас не любят?**



**-Совсем наоборот, потому, что они нас любят и хотят, чтобы мы росли здоровыми.
Давай попробуем разобраться.**



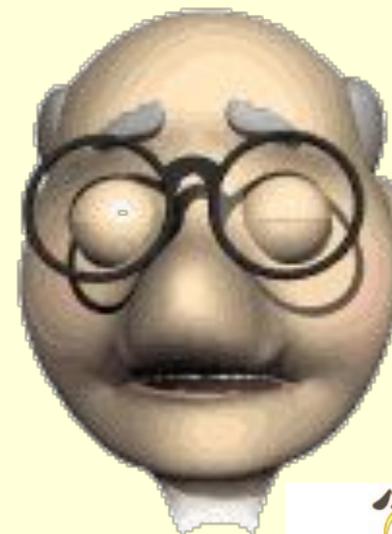
- Ведь не может быть, чтобы такие вкусные и красивые сладости были настолько вредны!



- Спросим, у врача-стоматолога.



- Если съесть много конфет и пирожных, то разрушается эмаль зубов, а лечить зубы ужасно неприятно. У нас во рту живут бактерии, которые вызывают кариес. Вот ваши бактерии едят вместе с Вами сладости и вырабатывают кислоту, которая, разрушает эмаль зуба.



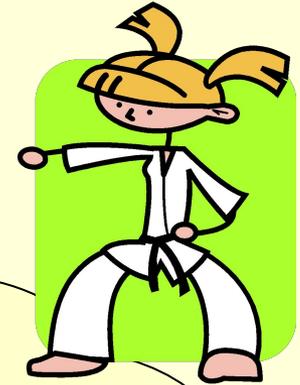
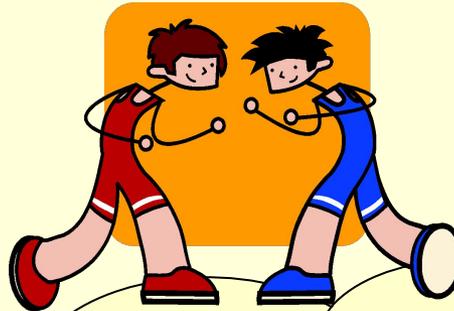


- Оказывается , основная опасность в том, чтобы сладостей не было слишком много.



-Я понял, надо кушать сладкое в меру, хорошо чистить зубы, и будешь здоровым!





- А ещё, если каждый день есть много сладкого, можно поправиться и тогда на физкультуре будет тяжело бегать и прыгать.



-Разные сладости, особенно с красителями могут вызвать аллергию.



-А это ещё что такое?

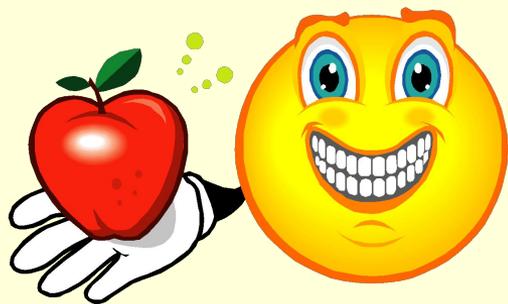
-Аллергия - это такая болезнь, которая у разных людей проявляется по-разному, некоторые покрываются красными пятнами и чешутся, а некоторые начинают кашлять или даже задыхаться.

Ничего приятного!





- Вредно потребление сладкого в огромных количествах. Несколько конфет, кусочек шоколадки, одно пирожное или мороженное и сладости не только порадуют своим вкусом, но и принесут детскому организму немалую пользу.



Сладости - замечательный источник энергии



А энергия детям просто необходима. Где нам взять силы, чтобы бегать, прыгать, скакать, играть и учиться, наконец?





**- Шоколад полезен
для мозга,
поднимает настроение.**



**- Человек, который совсем
не ест сладкого - злой.**



Выводы:

Ограничивайте сахар в рационе. Приучайтесь не есть сразу подаренные кем-то сладости.

Если очень хочется сладкого, лучше есть фрукты, содержащие меньшее количество сахара.

Самое главное правило – знать меру!

