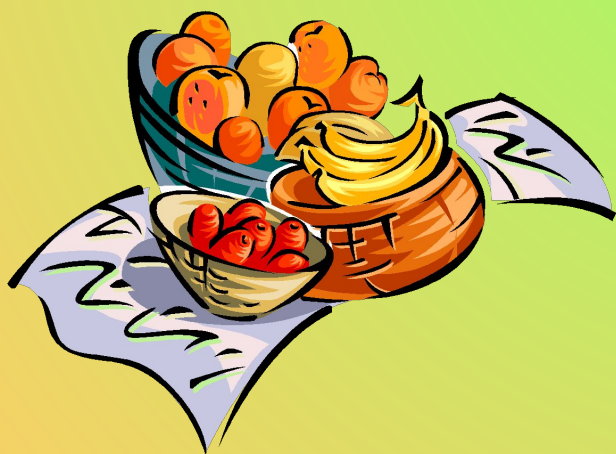


А ТО ЛИ МЫ ЕДИМ?



Работу выполнила:
Дмитрюк Анастасия
ученица 9 кл
Кл.рук. Шумилова Н.И.
МОАУ СОШ с. Васильевки

Цель:

Доказать, что правильное питание является главным слагаемым ЗОЖ.

задачи

Проведем анализ анкеты «Что мы едим?»

Подготовим рекомендации по витаминизации рациона питания школьников

Поможем составить меню фитотерапии

Гипотеза

Если правильно будешь питаться, то здоровым сможешь остаться.



ПЛАН ДЕЙСТВИЙ

Выдвигай поскорей
Много разных идей!
Все приветствуется без
исключения,
Подключите своё
воображение!



С чего начать?

Важнейший вопрос перед всеми стоит:

Как победить ожирение, гастрит.

Как избежать ошибок в питанье?

Мы заострим на этом вниманье.

План действий немедленно реализуем.

Все силы, энергию мобилизуем.

СМИ, поваров подключим врачей.

В борьбу за здоровье включайтесь скорей!

А что дальше?

Мы с диагностик, анкеты начнем.

Анализ болезней тотчас проведем.

И с поварами меню сочиним.

В школе МО «ЗДОРОВЯК» создадим!



Что удалось доказать?

Многого ума не надо
И к тому ж фантазии.
Чтобы было на столе
Блюд разнообразие.
Витаминный огород.
Всем на пользу вам
пойдет.
Запасайтесь, не ленитесь.
В погребок поторопитесь!



Это важно знать!

Замолвим мы слово и о диете.

Знают о ней мамы, папы и дети.

Только вы с ней осторожнее будьте?

И о последствиях не позабудьте!



Ваше здоровье – в ваших руках

Пирожные, конфеты,
Котлеты и рулеты,
Все это целлюлит!
Одышкой, лишним весом
Бессонницей и стрессом
Нам это все грозит!



Вывод:

Все дело в ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ,
И ЭТО ДОЛЖЕН КАЖДЫЙ ЗНАТЬ!

Чтоб дольше жить и без болезней

Все прелести вокруг познать!



ЛИТЕРАТУРА :

1. Зайцева В. Скажи мне, что ты ешь?
//Здоровье детей.-2007.-№8-С12-15
2. Ладодо К.С. Детское питание. -М.:
Колос,1995.
3. Наумов Л.Семья за обеденным
столом.-М.: Знание,1999.