

Игра-викторина для учащихся 1-4 классов



Разговор о правильном питании.



Презентацию подготовила
Педагог –библиотекарь
ГБОУ школа № 300
Беглова В.Н.

Волшебный напиток



Еще в глубокой древности врачи считали, что эта жидкость делает человека более разумным, помогает понять окружающий мир, отличить добро от зла и помогает ребенку расти здоровым

ЭТОТ СОК НАЗЫВАЮТ «КОРОЛЕМ ВИТАМИНОВ»



Напиток вредный для детского организма



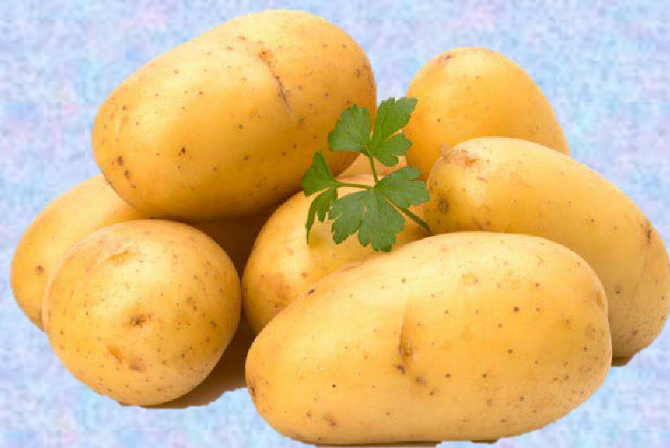
Для защиты от болезней и для хорошего здоровья необходимо употреблять в пищу...



Какой овощ очень полезен для зрения?



Какой овощ называют вторым хлебом?



**В каком овоще больше всего
витамина С?**



«Оживляют» белки, жиры и углеводы.
Помогают организму расти и развиваться...

ВИТАМИНЫ

Какой витамин получает человек, загорая на солнце?

- Витамин А
- Витамин Е
- Витамин Д

В каких продуктах содержится витамин С?

- Огурец, картофель, горох
- Ананас, груша, киви
- Шиповник, лимон, капуста

Какой витамин называют витамином роста?

Витамин Д

Витамин А

Витамин В

Основной источник витаминов



Фрукты - один из главных источников витаминов и минералов



Сушеный абрикос без косточки называется



- Изюм
- Курага
- Чернослив

**Какой плод называют
«королевским»?**



Самый нежный фрукт



**Самый популярный фрукт, которому
установлены памятники в разных городах
мира**



Памятник яблоку, которое попробовал Адам, г. Москва



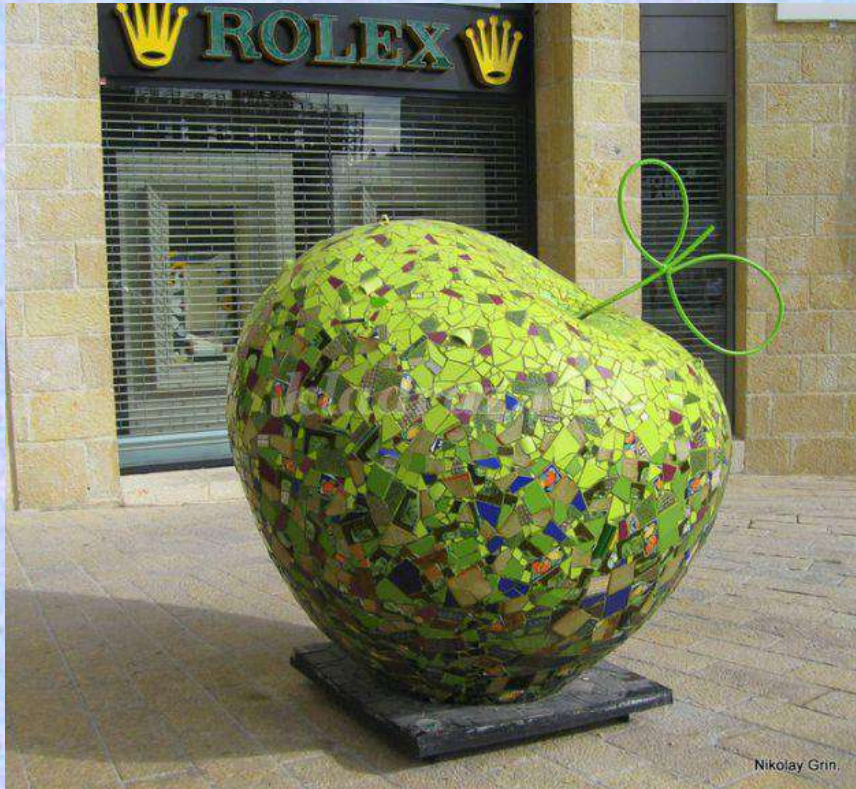
Яблоко-глобус в Новосибирске.



Мраморный монумент яблоку, встречающий гостей Алматы.



В Иерусалиме



Памятник яблоку в Джоржии (США)



Памятник яблокам в Гомеле, Белоруссия



Полезные и неполезные продукты

- Рыба
- Кефир
- Пепси-кола
- Шоколадные конфеты
- Капуста
- Чипсы
- Хлеб
- Овсяная каша





«Золотые правила ПИТАНИЯ»



- Мыть руки перед едой
- Не переедать
- Тщательно пережевывать пищу
- Питаться в одно и то же время
- Обязательно мыть овощи и фрукты
- С уважением относиться к тем, кто приготовил для вас еду

