

## Классные часы «Правильное питание - залог здоровья!»

13 мая во всех начальных классах школы были проведены классные часы на тему здорового питания. Были рассмотрены понятия витаминов и их содержания в продуктах питания, режимах питания, регулярности употребления витаминов и многое другое. Классные часы были дополнены загадками, тестами и видеопрезентациями <https://doit-together.ru/food.2022/> . В результате школьники получили необходимые знания по данной тематике.

Цель: Познакомить учащихся с основными группами витаминов, их ролью в питании человека, с продуктами питания, содержащими различные витамины.

Задачи:

- 1) расширить знания детей о здоровом питании, необходимости употребления в пищу овощей, фруктов и других полезных продуктов; познакомить с понятием «витамины», раскрыть их значение для здоровья человека;
- 2) формировать представление младших школьников о рациональном питании как составной части здорового образа жизни;
- 3) воспитывать правильное отношение к ЗОЖ

Проведенные классные часы в 3А, 3Б и 3В

21.04.22г. Открытый урок здоровья: «Здоровая и полезная пища»

13.05.22г. Классный час «Секреты правильного питания»