

В рамках Всероссийской акции **«Здоровое питание - активное долголетие»** в МБДОУ Семилейский детский сад «Цягадайка» Кочкуровского района Республики Мордовия 17 апреля 2019г. было проведено занятие с дошкольниками старшей группы на тему : «Секреты правильного питания», на котором формировались представления детей о том, какая еда полезная, а какая вредная для организма. Занятие с детьми провела лидер - проекта Колядина Елизавета под руководством куратора Елаевой Е.Н. Лиза рассказала о важности правильного питания и здорового образа жизни. Дошколята узнали, как расшифровывается ЗОЖ и что к нему относится. Из активных ответов детей было видно, что ребятам тема очень интересна. Они наперебой отвечали на вопросы о фруктах и овощах, заучили золотое правило «Движение – это жизнь». Лиза познакомила детей с основными принципами правильного питания на основе пирамиды питания. Теперь дети точно уяснили какие продукты являются полезными, какие – вредными, а какие продукты можно иногда позволить себе скушать. Ребята вместе с Лизой поиграли в игры «Полезное меню», «Вкусные загадки». В процессе подготовки занятия были проведены беседы с детьми о правильном питании.

Елизавета Колядина провела с детьми старшей группы беседу о пользе употребления яблок, особенно в весенний период. Дети с интересом слушали, отвечали на вопросы и с удовольствием угостились яблоками. Елаева Е.Н. провела беседу о пользе молока и молочных продуктов для детей. Дети вспоминали названия молочных продуктов, рассказывали о своих любимых блюдах из молока, сыра, творога и т.д. Все эти полученные знания дети использовали на занятии.