Здоровый образ жизни в группе «Умка».

Человеку нужно есть,

Чтобы встать и чтобы сесть,  
Чтоб расти и кувыркаться,

Песни петь, дружить, смеяться.  
Чтоб расти и развиваться

И при этом не болеть,  
Нужно правильно питаться

С самых юных лет уметь.

Именно теме здорового образа жизни посвящено было сегодняшнее занятие в старшей группе "Умка». В ходе тематической беседы уделили важному слагаемому здоровья как правильное питание, занятие спортом и личная гигиена. Дети познакомились с таким понятием как пищевая пирамида, а во время игры в настольную игру «Аскорбинка и её друзья» узнали в каких продуктах содержатся витамины А, В, С, D. Также воспитанники группы, вспомнив ежедневную утреннюю гимнастику, выполнили рисунок на тему «На зарядку мы встаем».

Воспитатель: Печникова Н. Н.



