

«Правила здорового питания» в рамках проекта «Уроки здоровья от Здравчика»

В детском саду прошло яркое и познавательное мероприятие, посвященное формированию у детей основ правильного питания. Встреча была организована в рамках популярного образовательного проекта «Уроки здоровья от Здравчика».



К ребятам пришел — сказочный персонаж Здравчик. Вместе с ним наши ребята отправились в увлекательное интерактивное путешествие в мир полезных продуктов.



Дети не просто слушали лекцию, а активно участвовали в процессе. Через дидактические игры, они учились отличать полезные продукты («друзей организма») от вредных. Воспитанники узнали, как сбалансированное меню помогает укрепить иммунитет, дает энергию для игр и способствует хорошему самочувствию.



Подобные занятия играют ключевую роль в дошкольном возрасте. Именно сейчас закладываются вкусовые привычки и понимание того, что здоровье напрямую зависит от того, что мы едим. Формирование осознанного отношения к пище помогает в будущем избежать многих проблем со здоровьем.



Июль, 2026 год

Информацию подготовила:

Воспитатель группы «Ромашка»

МАДОУ д/с № 162 к 3.

Архипова Марина Александровна