

# ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

Подготовил: классный руководитель 5 класса  
МБОУ «СОШ с. Русская Халань» Боев А. Р.  
В рамках реализации программы  
«Разговор о правильном питании»



# ЭПИГРАФ

---

Учить уроки, чтоб на «пять»,  
И спортом заниматься,  
Чтоб мозг и мышцы укреплять,  
Нам надо правильно питаться.

Но перед тем как сесть за стол,  
Ты должен вымыть чисто руки,  
Когда ты ешь, то не смотри футбол,  
Не отвлекайся на другие звуки.

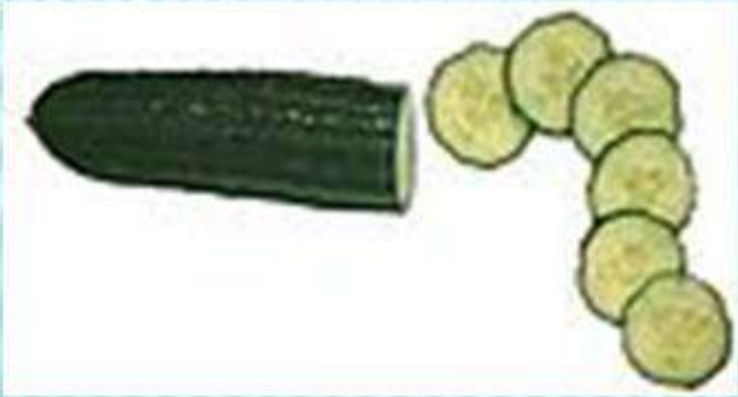
# Fruit & Vegetables



# ВИТАМИН

**Слово «витамин» придумал американский учёный Казимир Фунт. Он открыл, что вещество («амин»), содержащееся в оболочке рисового зерна, необходимо для жизни. Соединив латинское слово вита (жизнь) с «амин», получилось слово «витамин». Детям младшего школьного возраста надо съедать в день 500- 600 грамм овощей и фруктов**





**Ешьте больше овощей,  
будете вы здоровей!**





043\_Витамины\_это\_ж



**Витамины\_это\_жизнь.**

# РАБОТА В ГРУППАХ



задание 1.  
Соотношение





---

**Задание 2.**  
**Составить меню на**  
**один день**



# ФИЗКУЛЬТМИНУТКА

---

ФИЗКУЛЬТМИНУТКА