

Правильное питание – залог здоровья ребенка!



Существует несколько задач приема пищи:

***Воспитательные** — формирование потребности в чистоте, аккуратности, вежливости, правильного отношения к приему пищи.

***Развивающие** — развитие жевательной мускулатуры лица и мелкой моторики.

***Образовательные** — формирование культуры поведения во время еды (аккуратно и самостоятельно кушать, правильно пользоваться столовыми приборами); не крошить хлеб; при пережевывании пищи не открывать рот; во время еды не разговаривать; задвигать стул без лишних звуков; говорить слова благодарности после еды; формируется и привычка к здоровому образу жизни.



Дежурство - один из видов трудового воспитания дошкольников



Вкусный полезный завтрак-лучшее начало дня!



Вкусный и полезный фрукт - второй завтрак



Полноценный обед – основа здорового питания



Пищевой рацион дошкольников должен быть сбалансированным, полноценным и удовлетворять энергетические потребности организма, связанные с бурным ростом и физическим развитием, учитывая активную жизнедеятельность детского организма.



Вкусный полдник – источник энергии и полезных веществ



Приятного аппетита!



Правильное, рационально организованное питание детей влияет не только на физическое состояние малыша, но и на его нервно-психическое развитие. Не забывайте – питание детей должно быть натуральным!

