Тема ЗОЖ остается актуальной. Новый аспект данной темы, это ПИТАНИЕ.

В целях преумножения и сохранения здоровья ребенка наиважнейшей задачей взрослых является формирование у него определенных знаний в области питания.

Дошкольный возраст – самый благоприятный для воспитания у детей правильных привычек:

Формирование основ правильного питания ребенка – это, прежде всего овладение полезными навыками, которые помогут ему в повседневной жизни.

Для реализации поставленной цели мы ввели в систему воспитательно - образовательной работы «Разговор о правильном питании». Рассказали детям о полезной пище, о вредных продуктах, о культуре и традиции питания. Эта программа помогла познакомить детей с основами рационального питания, как составной части образа жизни, в доступной для детей форме обучить детей навыкам и принципам правильного питания.