



Тема дня
3 класса «А»
МБОУ СОШ
№134

Руководитель
Рудько
Евгения Ивановна

ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

☞ Моё тело

☞ Микроб. Кто это?

☞ Вредные и полезные микробы.

☞ Осторожно лекарства.

☞ Почему мы бодем.

☞ Что делать, чтобы быть здоровым.

☞ Полезные продукты



ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ



**ПРИ ИЗУЧЕНИИ КАЖДОЙ ПОДТЕМЫ
БЫЛИ ВЫДЕРЖАНЫ ВСЕ ЭТАПЫ
ИССЛЕДОВАНИЯ**

**Выбор
темы**

**Сбор
сведе
ний**

**Выбор
проек
тов**

**Реали
зация
проек
тов**

**Презен
тация
проек
тов**





Моё тело

Вот мы какие:

Наш рост - 27м94см

Наш вес - 584кг

Наш объем головы - 10м4см

Длина рук - 10м74см

Длина ног - 14м5см



НАШИ РЕКОРДЫ

Самый миниатюрный
Ефимов Степан



Самый мужественный
Леонов Данила



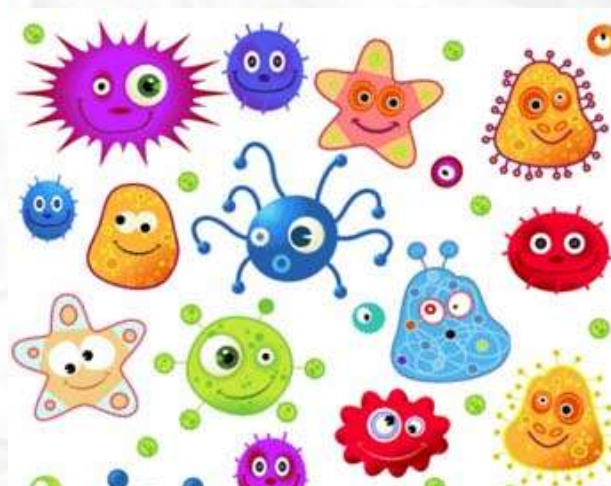
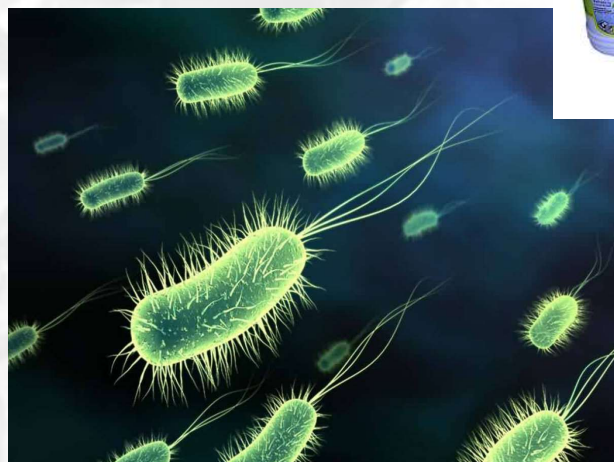
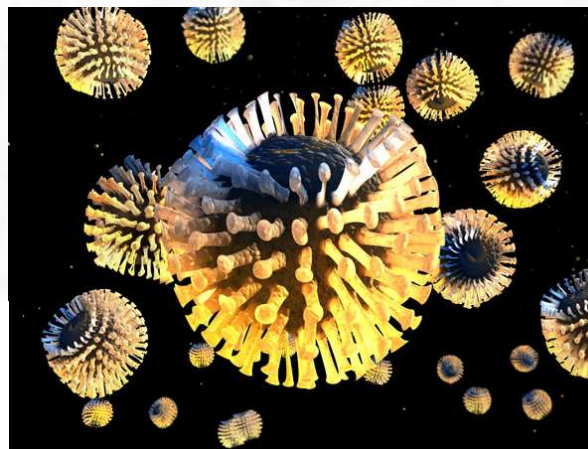
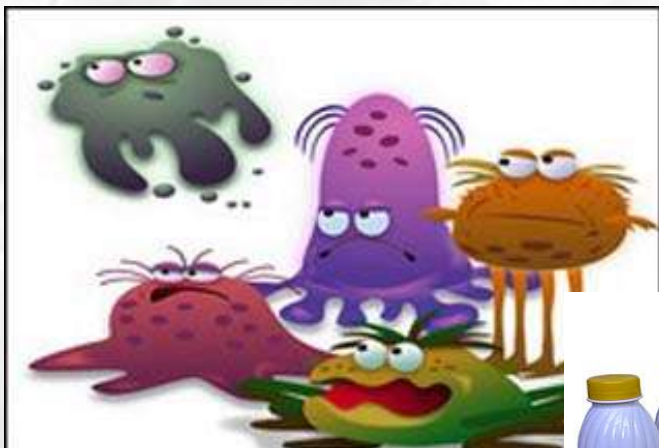


Микроб. Кто это?





Вредные и полезные микробы



Вредные и полезные микробы





Осторожно - лекарства



Памятка

☞ Для любопытных детей

☞ Для самых внимательных мам

Что должно быть в домашней
аптечке

Адреса ближайших аптек





Почему мы болеем

МБОУ СОШ №134

*2 «А» класс
ПРЕДСТАВЛЯЕТ*

*Человек есть то,
что он ест.*



Новосибирск 2012





Что делать, чтобы быть здоровым



ПЛАКАТ ПЕРЕД СТОЛОВОЙ

Мойте руки перед едой*

Как правильно мыть руки?

- Открой кран
- Намыль руки,
- Помой ручку крана
- Снова намыль руки
- Вымой руки
- Выключи кран
- Вытри руки насухо



*На грязных руках ежедневно скапливаются миллионы микробов,
которые являются источником многих болезней!





Полезные продукты



ЗДОРОВОЕ МЕНЮ



Здоровое меню!

Завтрак:
Салат «Витаминный»
(корень сельдерея с яблоком и оливковым маслом)
Бутерброд с сыром
Свежевыжатый сок «Апельсиновый»

Обед:
Салат: «Огуречный»
Суп «Грибной»
(легкий ароматный суп из лесных грибов, моркови и картофеля)
Паровые тефтели с сырным соусом.
Яблочный десерт
(яблоко, запеченное с мёдом и грецкими орехами)

Ужин:
«Пароход»
(овощи, приготовленные на пару: стручковая фасоль, свекла, морковь, цветная капуста под сметанным соусом)
Рис с куриной грудкой.
Зелёный чай.



МЕНЮ

ЗАВТРАК: КАША (ОБСЯН.)
1 ломтик хлеба, сыр
1ст. ЧАЙ или СОК.

ОБЕД: ОВОЩНОЙ СУП
ЗАПЕЧЕННАЯ РЫБА с КАРТОФЕЛЕМ
1ст. ЧАЙ или КОМПОТ
ЯБЛОКО

ПОЛДНИК: МОЛОЧНЫЙ ДЕСЕРТ

УЖИН: РИС с ТУШЕНЫМИ ОВОЩАМИ
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ БЕЗ САХАРА
1ст. КАКАО.

Хочешь, чтоб тебя любили?
Делай людям ты добро.
Очень скоро убедишься —
Поступаешь ты умно.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

