



Без витаминов жить нельзя, Они надёжные друзья. Они спасают от болезней, Нет ничего вкусней, полезней!

Все мы знаем, как для растущего маленького детского организма важны витамины, как они полезны и защищают наших детей во время болезней. Поэтому с целью формирования у детей дошкольного возраста потребности к здоровому образу жизни в подготовительной группе прошло мероприятие «Наши друзья – витамины».

Ребята отправились на экскурсию в медицинский кабинет ДООУ, где их приветливо встретила медицинская сестра Наталья Альбертовна, которая рассказала, что витамины не только предохраняют организм от болезней, но и являются основной частью питания детей дошкольного возраста, что все овощи и фрукты содержат в себе витамины разных групп. Наталья Альбертовна рассказала детям о симптомах авитаминоза - состояния, которое возникает при недостатке витаминов в организме, объяснила, как правильно питаться и какие продукты включать в рацион, чтобы избежать авитаминоза.

Вернувшись в группу, ребята дружно отгадывали загадки о витаминах, находили продукты, в которых содержатся витамин А, В, С и т.д. Так же рисовали вкусные и полезные овощи и фрукты. На прогулке поиграли с мячом в «Съедобное – несъедобное».

В завершении нашего мероприятия ребята сделали вывод, что здоровье важно беречь с детства, так как оно является основой дальнейшей жизни.

Воспитатель: Незговорова Ольга Александровна





