

Выставка- конкурс плакатов и рисунков «Здоровое питание»

ноябрь 2023 г.

На протяжении истории человечества всегда существовало огромное количество мнений относительно питания. Но все они сходятся в одном, что питание - один из главных факторов, определяющих здоровье человека, обеспечивающих нормальный рост и развитие детей, умственную и физическую работоспособность, профилактику заболеваний. Выражение «здоровое питание» по-разному понимается в разных странах людьми с разными культурными традициями. Вообще говоря, здоровое питание должно являться неотъемлемой частью повседневной жизни и способствовать крепкому физиологическому, психическому и социальному здоровью человека.

Пища для растущего организма является источником энергии и белка, пластическим материалом для построения органов и систем. Очень важно, чтобы твое питание было «здоровым» или, по-другому сказать, полноценным, разнообразным, щадящим, вкусным, качественным и безопасным. Этой теме и была посвящена выставка –конкурс «Здоровое питание» среди учащихся 5-8 классов.

