

Методичний коментар до завдання 3

Поговоримо з малятами про те, чому люди мають дбати про своє здоров'я.

- Чому ми цінуємо здоров'я?
- Що може зробити корисного для інших здорова людина? А чи все може робити хвора?
- Як почувається хвора людина?
- Чому всі хочуть бути здоровими? Та чи завжди це вдається? Чому так виходить?
- Чи може людина зовсім не хворіти?
- Що потрібно робити, щоб хворіти якомога менше?
- Що саме варто робити для зміцнення здоров'я?
- Що впливає на стан нашого здоров'я?
- Чи впливає на нього харчування? Як саме?

Розповісти дітям про здорову та корисну їжу допоможуть мультфільм "[Healthy Eating Tips for kids](#)" та англійська пісенька "[Healthy Food Vs Junk Food](#)". Хоч у матеріалі немає перекладу українською, але відеоряд суттєво допомагає зрозуміти зміст, водночас діти можуть вивчити окремі слова англійською.

- Яка їжа корисна, а яка — ні?
- Чи знаєте ви, чому не варто вживати деякі продукти?
- Чи вживаєте ви некорисну їжу? Чому?
- Чи справді зовсім ніколи не можна їсти шкідливих продуктів?

Наступне завдання допоможе розповісти малятам про те, як треба дбати про здоров'я, зорієнтує їх у тому, що варто змінити у своїх звичках, щоб стати здоровішими.



Завдання з робочого зошита (частина 2, завдання 2, с. 31)

Оцініть, як добре ви дбаєте про своє здоров'я.

Я щодня їм овочі та фрукти.



- Поміркуйте, що вам варто змінити у своїх звичках для збереження здоров'я.
- Складіть поради для людей, які недостатньо дбають про своє здоров'я.

Страви можуть бути не тільки корисними, а й гарними та веселими. Розповісти про це допоможе [презентація "Смачно і корисно"](#). Запропонуйте дітям роздивитися, з чого і як виготовлені усміхнені страви, визначити, які в них корисні складники, знайти найкорисніші страви та скласти власне корисне усміхнене меню. Якщо у вас є можливість, влаштуйте з малятами фестиваль гарної та корисної їжі.