





18 октября в 3 «В» классе прошёл классный час «Секреты здорового питания» .

На здоровье человека влияет множество факторов. Одно из них- правильное питание. Подробнее остановились на правильном питании, т.к. неправильное питание приводит к болезням и наша задача научиться заботиться о себе и быть всегда здоровыми. В ходе беседы ребята пришли к выводу, что питание должно быть разнообразным, так как ни один продукт не даёт всех питательных веществ, которые необходимы для поддержания хорошего здоровья.