

## «Каша - радость наша»

Актуальной темой в детском саду является питание детей. Правильное питание – это основа длительной и плодотворной жизни, залог здоровья, бодрости. Завтрак – это первый прием пищи за день, самый важный и основной. За день ребенок тратит много энергии, поэтому ему нужно зарядиться с самого утра. Включение каши в рацион питания детей помогает организму получить полезные микроэлементы, которые способствуют профилактике и лечению многих заболеваний.

Пользу каши для детей трудно переоценить, каша богата витаминами, необходимы для полноценного физического развития ребенка. Поэтому воспитанники средней группы «Капельки» завтракают с удовольствием. С помощью бесед и игр происходит знакомство с разными злаковыми культурами и их пользой. Воспитатель Романова Инна Валерьевна обращает внимание детей на то, из чего приготовлена каша, рассказывает о пользе каши. Проводит различные дидактические игры: «Перебери крупу», «Узнай крупу на ощупь», «Разложи правильно», где ребятам предлагается разложить по тарелочкам крупы разного вида.

Каша – традиционное блюдо многих стран мира, занимает особое место в детском питании.







