

Астана қаласы әкімдігінің № 34 «Ақ бидай» балабақшасы МКҚК

**«Салауатты тамақтану мектебі» эксперименттік
инновациялық жобасы аясында
мектепалды эксперименттік топтар арасында
«Бірге әзірлеміз», «Готовим вместе» телешоу**

Астана 2026

Мақсаты:

1. Балаларға өз денсаулығына қамқорлық жасаудың маңызын түсіндіру, әсіресе дұрыс тамақтанудың денсаулықты сақтау мен нығайтудағы рөлін ұғындыру.
2. Денсаулықты адам өміріндегі ең басты құндылықтардың бірі ретінде қабылдауға үйрету.

Жүргізуші:

Құрметті ата-аналар! Бүгін біздің балабақшамызда «Дұрыс тамақтану күні» өтуде. Балалар пайдалы әрі дәмді тағамдар туралы көп қызықты мәлімет алды. Қандай тағамдар зиянды, ал қайсысы ағзамызға пайдалы екенін білді.

Ал қазір біз балалармен бірге «Пайдалы және зиянды тағамдар» ойынын ойнаймыз.



Енді жеребе тарту арқылы қай команда қандай тағам дайындайтынын анықтаймыз.

- «Қызғалдақ» тобы – коктейль дайындайды.
- «Береке» тобы – бутерброд дайындайды.
- «Балдырған» тобы – көкөніс салатын дайындайды.
- «Алтын дән» тобы – жеміс салатын дайындайды.



Ата-аналарға сұрақтар:

1. Сүт өнімдеріне қандай тағамдар жатады?
2. Витаминдердің негізгі көзі не? (көкөністер мен жемістер)
3. Жидектен жасалатын сусын қалай аталады? (морс)
4. Қай көкөністе С дәрумені көп болады? (қырыққабат)



Дайын болған тағамдарды балабақшаның мейірбикесі Наталья Александровна дәмін татып көреді.

Жүргізуші:

Біздің бүгінгі телешоу жоғарғы деңгейді өтті. Сіздер көп жаңа әрі пайдалы ақпарат алдыңыздар деп ойлаймыз. Балалардың денсаулығы, олардың өсуі мен дамуы дұрыс тамақтануға тікелей байланысты. Дұрыс тамақтанған бала – дені сау, шымыр әрі төзімді болып өседі.

