**Мәлімет**

Ағымдағы жылдың 13 қаңтар күні "Дұрыс тамақтану - денсаулық кепілі" тиімді тамақтану жоспары аясында және тәрбие жоспарының дене тәрбиесі, салауатты өмір салты бағыты бойынша білім алушыларды дұрыс тамақтану мәдениеті және әдебімен таныстыру, пайдалы және пайдасыз тамақ туралы түсінік беру, дастархан басында сақталатын рәсімдермен таныстыру, тамақтану мәдениетін сақтауға тәрбиелеу мақсатында
2 "в" сыныбында «Тәтті тоқаш елі» тәрбие сағаты өткізілді.
Іс-шара барысында білім алушылар дұрыс тамақтану ережелеріне тоқталды, нақты айтқанда:
¬ Тамақта әртүрлі тағам өнімдерін пайдаланған тиімді.
¬ Тамақтану режімін сақтау керек.
¬ Тамақ ішер алдында қолыңды сабындап жуу керек.
¬ Тамақ әртүрлі жаңа өнімдер мен жеміс-жидектерден тұруы тиіс.
¬ Қант пен тәтті тағамдарды аз пайдалан жөн.
¬ Ащы тағамдарды көп жемеу керек. Сондай-ақ сынып сағатында
тамақтану мәдениеті туралы айтылды. Сонымен қатар оқушылар аспазшылардың бөлкені қалай дайындалатынын бақылап, бағасын берді. Шара өз деңгейінде өткізілді. Оқушыларға ұнады.

** **

****