

Metodinis užsiėmimas „Vaisiai ir daržovės“

Gegužės 10 d. Vilniaus m. savivaldybės visuomenės sveikatos biuro ikimokyklinio ugdymo įstaigų visuomenės sveikatos priežiūros skyriaus mitybos specialistė Erika Rylovaitė mūsų ugdytiniams grupių „Nykštukai“ ir „Boružėlės“ pravedė metodinį užsiėmimą tema „Vaisiai ir daržovės“. Ji supažindino visus su vaisiais ir daržovėmis, jų poveikiu organizmui. Mitybos specialistė informavo, kokia yra daržovių ir vaisių nauda mūsų organizmui. Papasakojo, kiek jų turime suvartoti per parą. Įgytas žinias įtvirtinome, atlikdami užduotį. Vyko labai aistringa diskusija. Buvo išaiškinta, kaip atskirti vaisius nuo daržovių. Pabaigoje vaikai žiūrėjo filmuką bei atsakinėjo į viktorinos klausimus. Iki užsiėmimo pabaigos jau visi žinojo, kad per parą reikia suvartoti iki 5 porcijų vaisių bei daržovių ir kaip atskirti juos atskirti.

