**Краевой конкурс «Разговор о правильном питании в 2018 году»**

***Номинация «Конкурс семейных фотоплакатов***

***«Здоровье – это здорово!»***

**Фотоплакат «Режим дня. Полдник всей семьёй»**

Автор: Куракова Елизавета

станица Тбилисская

ул. Хуторская № 46 т. 8 8615831626

(89182752751)

ученица 4 класса МБОУ «СОШ №6», 10 лет

Педагог: Попова Татьяна Ивановна

учитель начальных классов МБОУ «СОШ №6»

**Фотоплакат «Режим дня. Полдник всей семьёй»**

Наша семья ведёт здоровый образ жизни. Мы всей семьёй соблюдаем режим дня, к этому нас приучил папа . Он работает более 25 лет в полиции и знает, что режим дня – это правильно спланированные действия, которые помогают достичь успеха и не навредить собственному здоровью. Поэтому каждый наш день начинается с утренней зарядки и дальше идёт согласно составленному режиму. Мама всегда следит за правильным питанием всей нашей семьи. Но особенно любимы нами полдники в выходные дни. Когда за чашкой чая собирается вся наша дружная семья. Мы беседуем, рассуждаем о достигнутых на этой неделе успехах, создаём планы на будущие дни. Часто папа отсутствует на таких полдниках по причине неотложной работы. Тогда полдник проходит женским коллективом. Папа называет такие чайные полдники – « Чайные паузы с женскими секретами».