



Trò chuyện: Bé cần gì để lớn lên và mạnh khỏe

Lứa tuổi: MGN 4 – 5 tuổi



Mời bạn ăn







1. Ăn đầy đủ, hợp lý
các chất dinh dưỡng.



**HÃY CÙNG TÌM HIỂU
VỀ 4 NHÓM NÀY NHÉ!**





2. Uống đủ nước





3. Giữ vệ sinh cơ thể

4. Tích cực vận động, rèn luyện sức khỏe.







2 M



Trò chơi: “Thử tài bé yêu”

make up
your own
holiday

Nhóm chất tinh bột có trong loại thực phẩm nào?



Nước lọc



Gạo



Tôm

Bé nên uống nhiều loại nước có ga?



Đúng



Sai



Bé cần ăn những loại thực phẩm nào để tốt cho sức khỏe?



Rau, củ, quả sạch



Thịt, cá, trứng



Đồ chiên rán

**Sau một ngày học tập, vui chơi xong thì bé cần
làm gì để cơ thể luôn sạch sẽ?**



Đi ngủ luôn



Tắm gội, vệ sinh sạch sẽ

Bé hãy chọn hành động đúng ?



Bé tưới cây



Bé vứt rác ra đường



Bé đeo khẩu trang
khi ra khỏi nhà





2 M



