### 食育课程需要我们为学生营造关爱环境。

### 1.减少资源的污染和浪费。由于现代科技和农业的飞速发展，人类的饮食状况从饥饿时代跨入了饱食时代，而人类的饮食文明并没有同步跟进。如今的食物，加工越来越繁杂，越来越精细，食品的包装也十分追求奢侈和豪华，它必然造成原材料的浪费，大大增加自然环境的负担。同时，为了加速扩大食物的生产，大量的化肥、农药、灌溉、机械动力消耗等对大自然的污染和破坏也日益严重，这不仅影响了人类的食品安全，也危及人类的可持续发展，危害了人与自然、人与环境的和谐共存。

### 2.拒绝垃圾食品。说起垃圾食品的危害，自然会让人想到肥胖、癌症、心脑血管疾病等。尽管全球的健康专家不断呼吁：抵制高糖、高热量、高脂肪的食物，以及含色素、防腐剂和各种添加剂的“垃圾食品”，但是这些“垃圾食品”仍然是许多儿童的最爱，如炸鸡翅、薯片、可乐、冰激凌等。可以想象，当孩子嚼着垃圾食品，在美滋滋的品尝中变得越来越笨，越来越丑，越来越抑郁，且脾气越来越坏时，当父母的该是何等得焦虑与无奈？

### 目前，我国公民的食品安全意识还比较薄弱，对食品安全意识的培养必须从家庭和幼儿园做起，从小事做起。如引导孩子多喝白开水，少喝饮料；多吃食物，少吃食品；多吃当地的应季食物，少吃异地的反季食物；能在家吃就不在外面吃等。