



# Страна Здорового Питания



# Урок окружающего мира в 1 А классе

" Почему нужно есть много  
овощей и фруктов?"

ОВОЩИ



ФРУКТЫ



# СТАНЦИЯ «Фруктовая»





## «Фрукты».

1. Назовите фрукты, изображённые на рисунке на с. 54 вашего учебника. Какие фрукты растут в нашем Ставропольском крае?
2. Где растут фрукты?
3. Чем фрукты отличаются от овощей ?
4. Расскажите о «заморских» фруктах.

# Как отличить овощи и фрукты?

Фрукты

Сладкие, кисло –  
сладкие  
Растут в саду  
Много витаминов

**- Жёлтый, круглый, ты откуда?**

**- Прямо с солнечного юга.**

**Сам на солнышко похож.**

**Можешь съесть меня, но  
только**

**Раздели сперва на дольки.**

**Как меня ты назовёшь?**



**Апельсин**



**Этот вкусный желтый  
плод  
К нам из Африки  
плывет,  
Обезьянам в зоопарке  
Пищу круглогодично дает.**



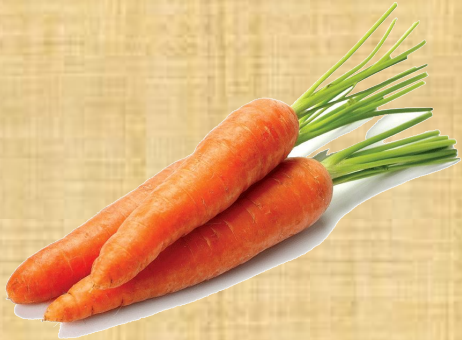
**Банан**

Что за "ЛИ"?

Что за "МОН"?

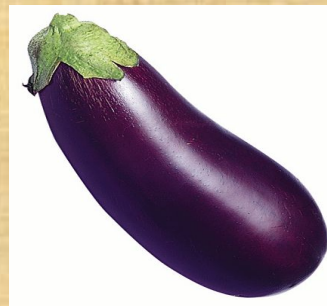
В звуках нету смысла,  
Но едва шепнут "ЛИМОН",  
Сразу станет кисло.





# станция «Овощная»





## «Овощи».

1. Назовите овощи, которые изображены на рисунке на с. 54.
2. Назовите овощи, которые растут в нашем Ставропольском крае
3. Где растут овощи?
4. Как отличить овощи от фруктов?
- 5\*. Расскажите о происхождении каких овощей, вы знаете?.

# Как отличить овощи и

**Овощи**

Несладкие

Растут в огороде

Много витаминов

**Расту в земле на грядке  
я,  
Красная, длинная,  
сладкая.**



**Морковь**

**И зелен, и густ на грядке вырос  
куст.**

**Покопай немножко: под кустом ...**



**Картофель**

Он круглый и красный,  
Как глаз светофора.  
На грядке нет сочней ...

**ПОМИДОР**





# станция «Витаминная»





## «Витамины»

Прочитайте текст на с. 54, 55, сделайте вывод и расскажите ребятам:

1. В каких овощах содержится витамин А?
2. Для чего человеку витамин А?
3. В каких овощах и фруктах есть витамин В?
4. Для чего человеку витамин В?
5. А где же мы встретим витамин С?
6. Для чего он нужен человеку?

# станция «Чистюликина»

