



ГДЕ НАЙТИ ВИТАМИНЫ?

Воспитатель д/с п. Мирный
Лобанова А.К.

* В овощах и фруктах содержится много витаминов, и они очень полезные.

** Сидит дед,
Во сто шуб одет,
Кто его раздевает,
Тот слёзы проливает. (лук)*



** Румяный мужичок-
Красный армячок.
Бородка длинна.
Сам спрятался,
Да макушка видна. (свекла)*

*** Овощи, ягоды и
фрукты- самые
витаминные продукты.**

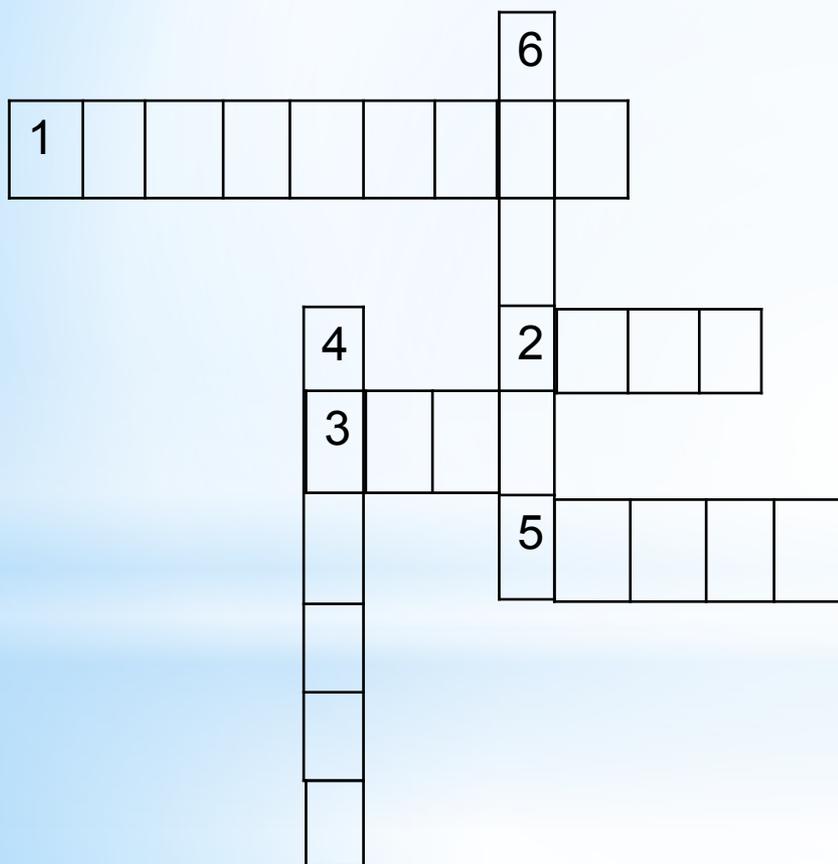
*Витамины - наши верные друзья,
Их не знать никак нельзя.*



** Что растет у Натки
На зеленой грядке ?
Свекла, репа, сельдерей,
Вот лучок стоит порей.
Тут у нашей Натки
Рос горошек сладкий,
И теперь не пусто-
Выросла капуста.
Вот томат и перец здесь,
Чесночок на грядке есть,
И зеленый молодец-
Под листочком огурец.
Кабачок , кабачок
Лег у грядки на бочок.
Патиссоны, баклажаны...
-Ну , а где же здесь бананы?
Не ищите вы их тут
В Африке они растут!*

А. Кочергина.

* Отгадай кроссворд «Сухофрукты».

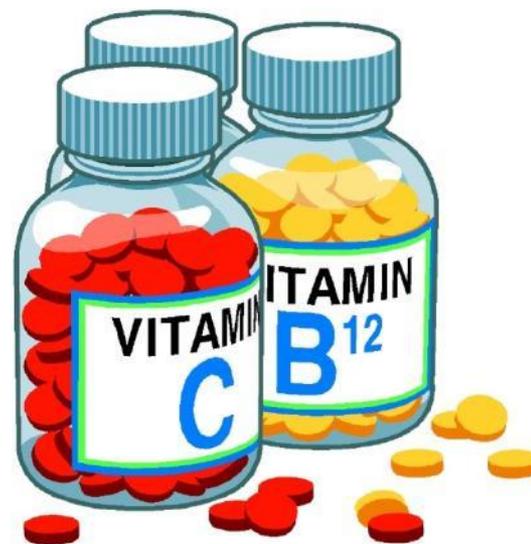


Как называются:

- 1. Сушеная слива.*
- 2. Сушеный виноград.*
- 3. Сушеный абрикос с косточкой.*
- 4. Сушеный абрикос без косточки.*
- 5. Сушеная винная ягода.*
- 6. Сушеные плоды финиковой пальмы.*



Важнейший, жизненно необходимый компонент здорового питания- витамины.



- * Как- то Саша и Володя молодцы,
- * Посадили в огороде..... (огурцы),
- * Посадить -то посадили,
- * Но о том и(позабыли).
- * Вот уж лето на исходе, ай, ай, ай!
- * Собирать они приходят.....(урожай).
- * Посмотрели, что за диво?
- * На гряде одна.....(крапива)!
- * И гадают молодцы:
- * Где же наши.....(огурцы)?
- * Почему пустая.....(грядка)?
- * Вот загадка, так.....(загадка)!



Сидит дед, во сто шуб одет.

Кто его раздевает, тот слёзы проливает.(лук)

Сто одежек и все без застёжек (капуста)

Кругла, а не месяц, желта, а не масло,

С хвостом, а не мышь.(репа)

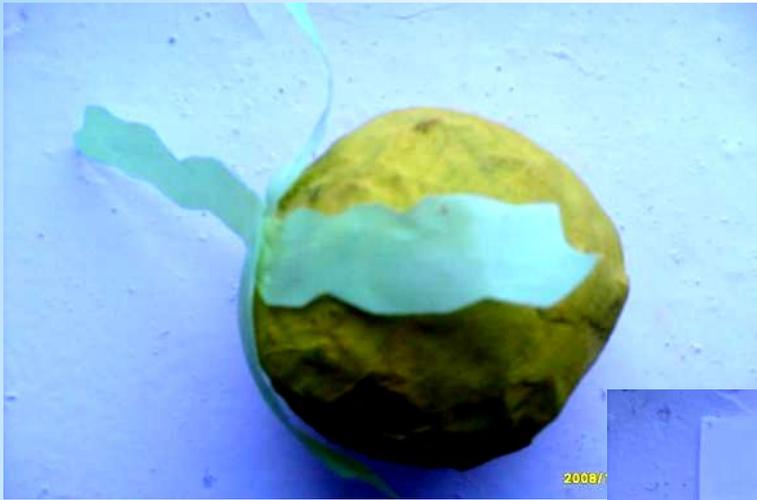
Сидит красная девица в темнице,
а коса на улице.(морковь)

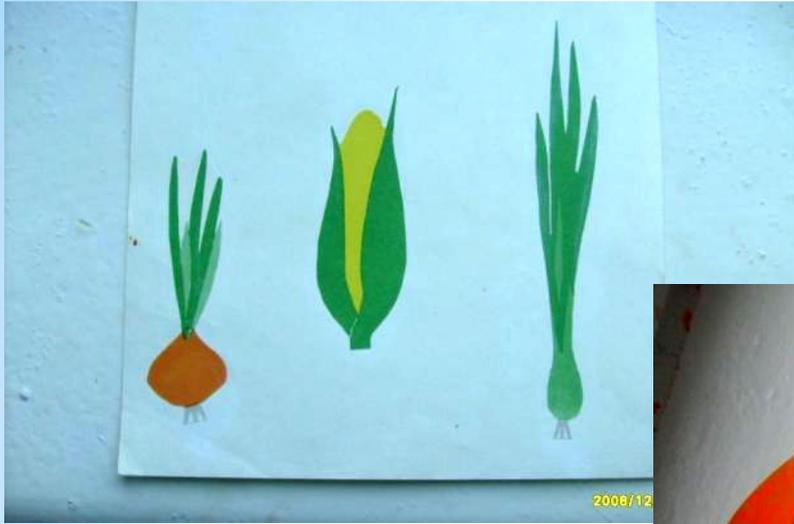
Чёрных ягод пышный куст- хороши они на вкус!

(смородина)

ВИТАМИН В







Информационные ресурсы

1. Дошкольное воспитание, 2007г.
2. Л.Г.Горькова, О.Е.Жиренко, Л.А.Обухова
«Сценарий занятий по комплексному развитию
дошкольников» Москва. «ВАКО».2009
3. М.М.Безруких, Т.А.Филиппова «Разговор о
правильном питании» ОЛМА-ПРЕСС. Москва. 2005
4. <http://viki.rdf.ru/item/397>