



Здоров

**Получен от природы дар -
Не мяч и не воздушный шар.
Не глобус это, не арбуз -
Здоровье. Очень хрупкий груз.
Чтоб жизнь счастливую прожить,
Здоровье нужно сохранить.**

В овощах и фруктах есть.
Детям нужно много есть.
Есть ещё таблетки
Вкусом, как конфетки.
Принимают для здоровья
Их холодной порою.
Для Сашули и Полины
Что полезно?

ВИТАМИНЫ
ВІТАМІНИ



на каждый день



Учитель начальных классов
МБОУ ООШ№20 им.Д.
Моисеенко
Моспан Наталья Геннадьевна



Витамин А.

облепиха

**Помни истину простую —
Лучше видит только тот.
Кто жуёт морковь сырую
Или пьёт морковный сок.**





Шиповни

Витамин С:

От простуды и ангины

Помогают апельсины.

Ну, а лучше есть лимон,

Хоть и очень кислый он.



Витамин В.

Я весёлый витамин

Не могу я быть один.

У меня полно друзей,

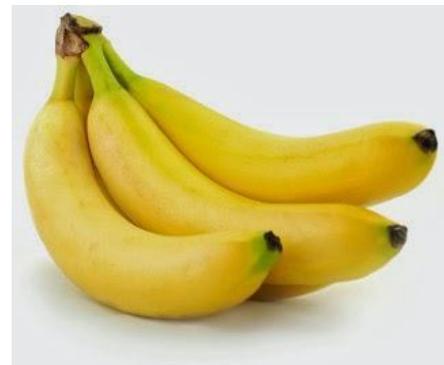
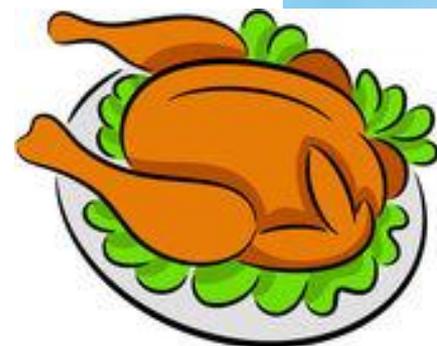
С нами дети здоровей.

Хлеб, яйцо, творог и сыр,

Мясо, молоко, кефир.

В кукурузе тоже я,

Много пользы от меня.



МНОГО ПОЛЗЫ ОТ МЕНЯ

Витамин D



Тот, кто рыбу, мясо ест,
Тот силен, как Гераклес.
Если рыбий жир полюбишь.
Силачом, атлетом будешь.
И дружи всегда, везде
С витамином славным D.



С ВИТАМИНОМ СЛАВНЫМ D

Физминутка



Витамин D



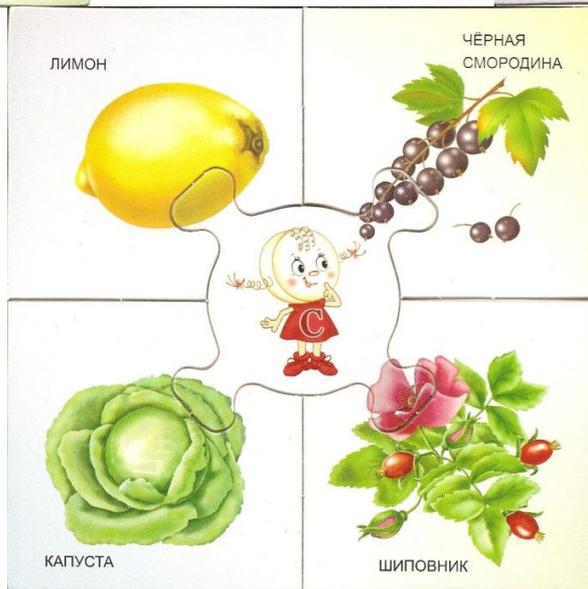
Тот, кто рыбу, мясо ест,
Тот силён, как Гераклес.
Если рыбий жир полюбишь.
Силачом, атлетом будешь.
И дружи всегда, везде
С витамином славным D.



С витаминной славной D.



Игра «Витамины»



Загадки «Витаминная грядка»

Очень важный круглый шар

Овощам всем прокричал:

-В огороде пусто,

-Если нет...



Загадки «Витаминная грядка»

**Краснощёкий толстячок
Показал всем свой бочок,
Уважают с давних пор
Сочный, спелый...**



Загадки «Витаминная грядка»

**Этот овощ всем нам друг.
Он спасает от недуг.
А зовётся просто...**



Загадки «Витаминная грядка»

**Оранжевое платье
С зелёной бахромой-
Чудесная обновка.
Красуется...**



Загадки «Витаминная грядка»

**Встала Оля возле грядки.
Ничего не разберёт.
Где же спрятался хитрец-
Наш зелёный...**



Загадки «Витаминная грядка»

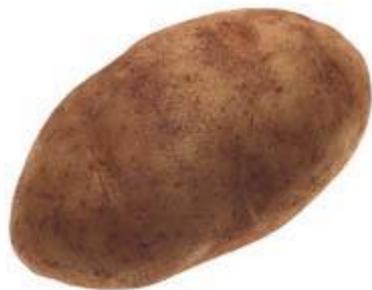
**Если кукла простудилась,
Нужен С ей витамин.
Выздоровливай быстрее,
Кушай, кукла...**



Физминутка



Творческое задание



Рефлексия



Выберите яблоко.

Зелёное - мне все понятно, я молодец.

Жёлтое -у меня не всё получилось, но я старался.

Красное - мне надо быть внимательнее.

ВНИМАТЕЛЬНЕЕ

Будьте здоровы!

