



Окружающий мир

«Почему нужно есть много
овощей и фруктов?»





«Я здоровье берегу, сам себе я помогу».





Здоровейск

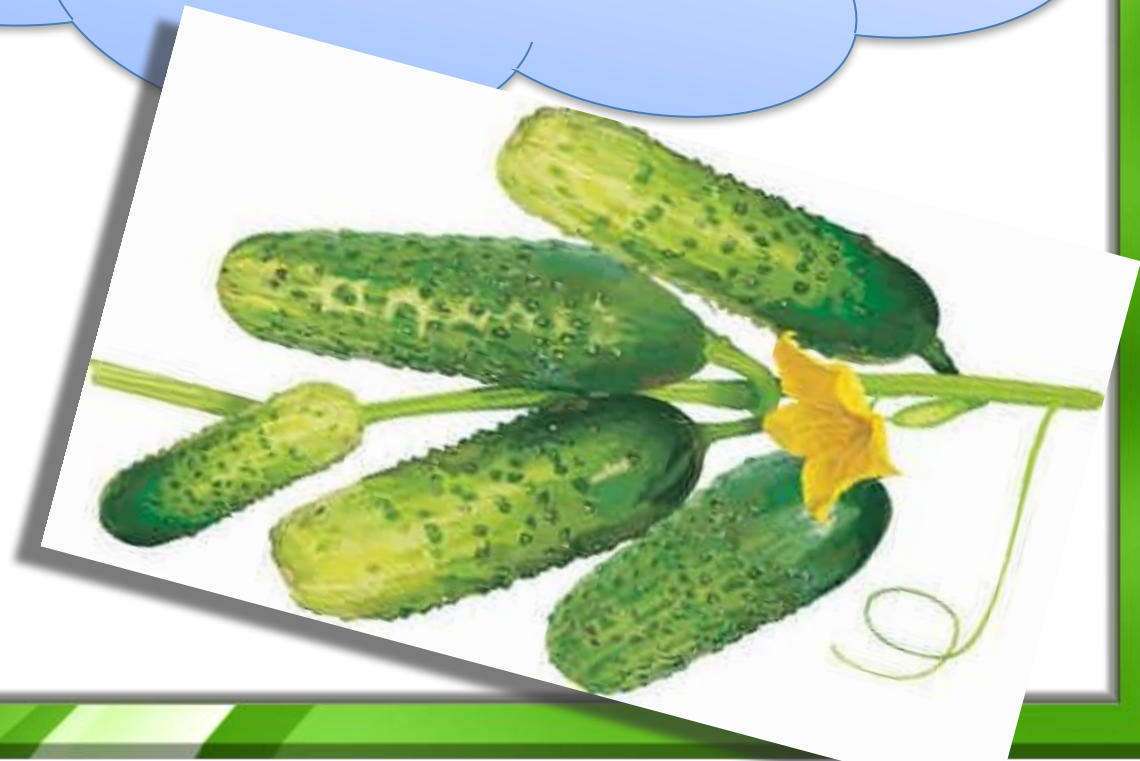
Почему нужно есть
много овощей и
фруктов?



Как на нашей грядке
Выросли загадки -
Сочные да крупные,
Вот такие круглые.
Летом зеленеют,
К осени краснеют



На грядке длинный и зеленый,
А в кадке желтый и соленый



Скинули с Егорушки
Золотые перышки –
Заставил Егорушка
Плакать без горюшка.



**Щеки розовы, нос белый.
В темноте сижу день целый.
А рубашка зелена,
Вся пыль на лифчике она.**



И зелен, и густ
На грядке вырос куст.
Покопай немножко,
Под кустом....



Дом зелёный тесноват:
Узкий, длинный, гладкий.
В доме рядышком сидят
Круглые ребятки.
Осенью пришла беда –
Треснул домик гладкий,
Поскакали кто куда
Круглые ребятки.



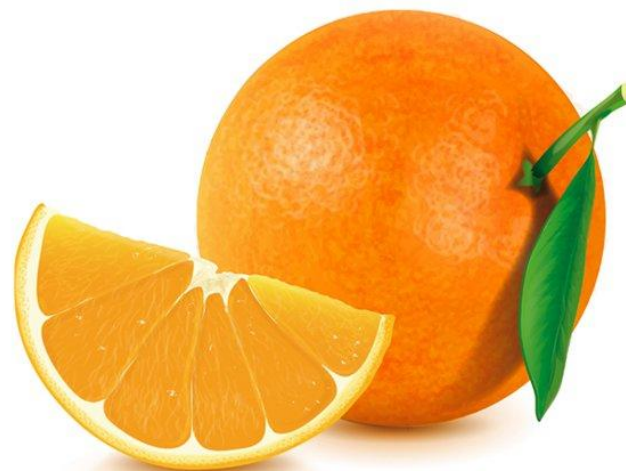
Как надела сто рубах,
Захрустела на зубах.



**Само с кулачок,
Красный, жёлтый бочок.
Тронешь пальцем – гладко,
А откусишь сладко.**

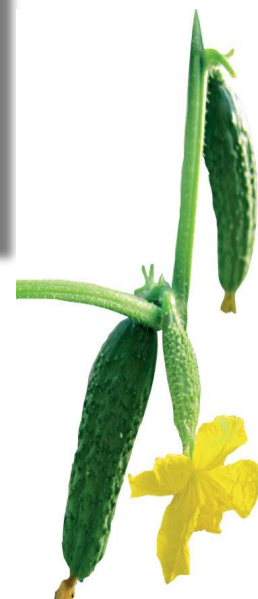


**Жёлтый, круглый, ты откуда?
Прямо с солнечного юга.
Сам на солнышко похож,
Можешь съесть меня, но
только
Раздели сперва на дольки.
Как меня ты назовёшь?**





Физминутка







Витамин А

- Хорошо расти;
- Хорошо видеть;
- Иметь крепкие зубы;



Витамин В

Быть сильным;
Иметь хороший
аппетит;
Не огорчаться и не
плакать по пустякам;



Vantagegourmet

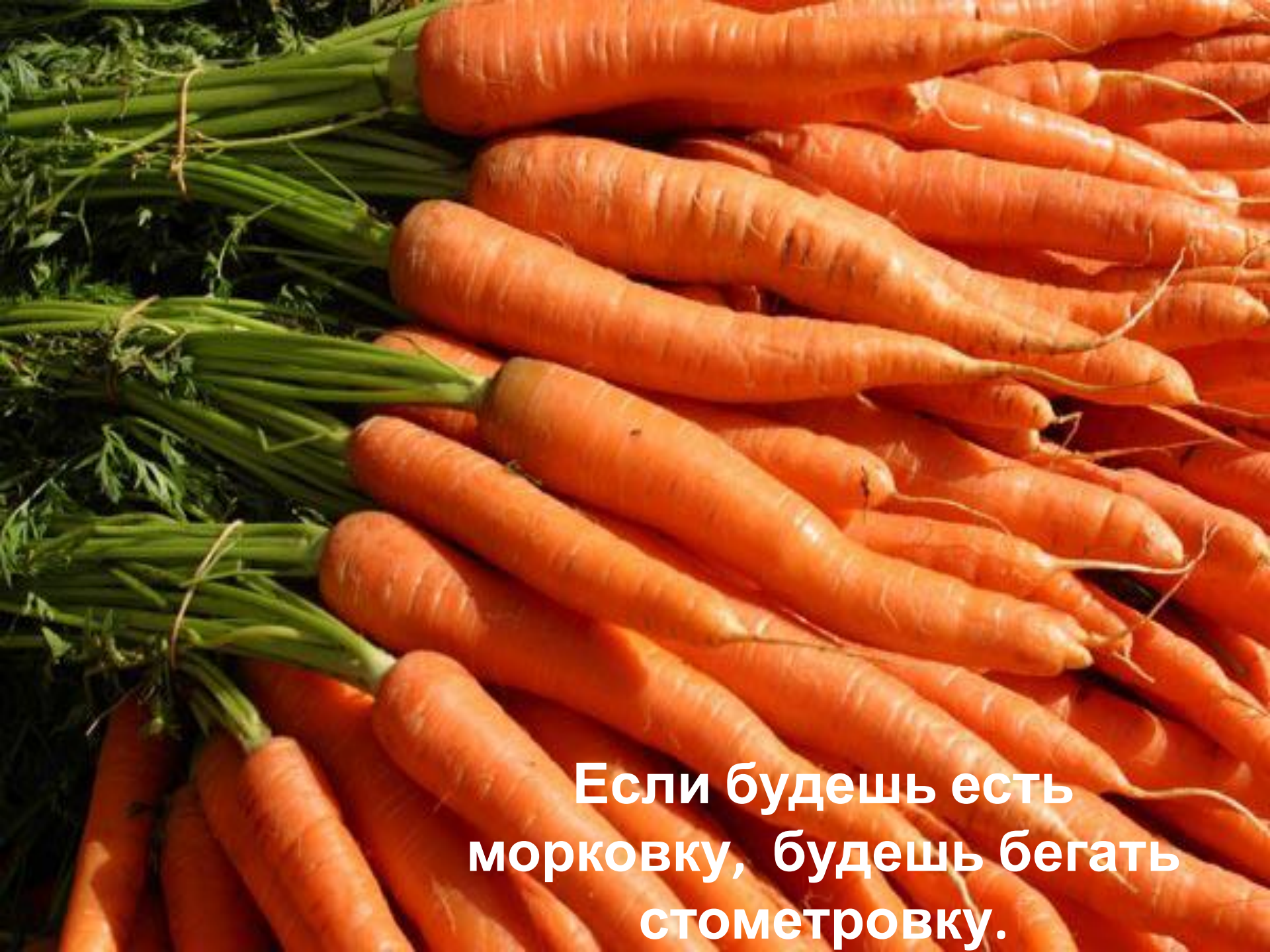
Витамин С

- Быть здоровым;
- Реже простужаться;
- Быть сильным;
- Иметь хороший аппетит;









**Если будешь есть
морковку, будешь бегать
стометровку.**

**Положи лимончик в чай -
выпей витаминный рай!**



A close-up photograph of a large pile of fresh, green cucumbers. The cucumbers are of various sizes and orientations, some showing characteristic bumps on their skin. The lighting is bright, highlighting the vibrant green color and the texture of the vegetables.

**Если съешь ты огурец,
будешь просто молодец!**

Итог урока

Нужно есть много овощей и фруктов, потому что ...



Рефлексия

