

«ВИТАМИНЫ Я ЛЮБЛЮ -
БЫТЬ ЗДОРОВЫМ Я ХОЧУ!»»



**ВИТАМИНЫ —
НАШИ ДРУЗЬЯ!**

Витамин А

Витамин А очень важен для зрения, его называют «витамином роста». Рассмотрите рисунки. Запомните продукты, в которых есть витамин А.



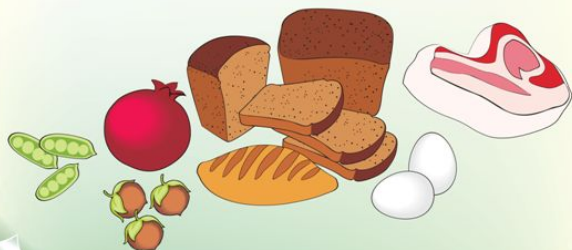
Витамин С

Витамин С укрепляет весь организм, защищает от простуды. Если всё-таки простудился, то с его помощью можно быстрее выздороветь. Рассмотрите рисунки. Запомните продукты, в которых есть витамин С.



Витамин В

Витамин В помогает сердцу хорошо работать, даёт энергию нашему организму. Рассмотрите рисунки. Запомните продукты, в которых есть витамин В.



Витамин Д

Витамин Д укрепляет наши косточки. Рассмотрите рисунки. Запомните продукты, в которых есть витамин Д.



ВИТАМИНЫ



РОСТ **ЗРЕНИЕ**

КРЕПКИЕ ЗУБЫ

СИЛА **АППЕТИТ**

ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ

БОДРОСТЬ

НЕТ ПРОСТУДЕ

Витамин В

Витамин В помогает сердцу хорошо работать, дает энергию нашему организму. Рассмотрни рисунки. Запомни продукты, в которых есть витамин В.



Сценка в стихах «Про Витамины»



Витамин А: Помни истину простую –
Лучше видит только тот,
Кто жуёт морковь сырую
Или пьёт морковный сок.

Витамин В: Очень важно спозаранку
Есть за завтраком овсянку.
Черный хлеб полезен нам –
И не только по утрам.

Витамин С: От простуды и ангины
Помогают апельсины.
Ну, а лучше есть лимон,
Хоть и очень кислый он.

Витамин Д: Рыбий жир всего полезней!
Хоть противный - надо пить!
Он спасает от болезней.
Без болезней - лучше жить!

Ребенок: Никогда не унываю
И улыбка на лице,
Потому что принимаю
Витамины: А, В, С!

ВИТАМИННЫЕ ПРЕПАРАТЫ



а ты ешь витамины?



а Ты ешь витаминны?

