

НАПИТКИ ПОЛЕЗНЫЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

ЧАЙ



Выполнила: Никитина
Елена Владимировна,
ГБОУ школа №432
Колпинского района
Санкт-Петербурга





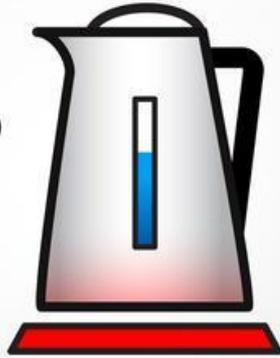


Алгоритм «Заварка чая»

- Вскипятить воду в чайнике.
- Положить в пустую чайную чашку пакетик чая.
- Залить чашку горячей водой.
- Подождать 1 минуту.
- Вытащить пакетик.
- Положить в чашку 2 чайных ложки сахара.
- Размешать сахар.



t°



dreamstime.



Чайная карта

Черный чай



Стимулирует
работу сердца

Зеленый чай



Ускоряет обмен
веществ

Улун



Снижает аппетит

Красный чай



Понижает
кровенное давление

Белый чай



Укрепляет сердце

Ромашковый чай



Борется с диабетом

С ЧЕМ ПИТЬ ЧАЙ?

**"Лучше всего –
пить просто чай".**



Чай с ягодами
и фруктами –
вкусно и
полезно.



- Мучные изделия с чаем усваиваются лучше.
- Сахар с чаем употреблять лучше вприкуску.



Чай с молоком питателен,
легко усваивается.





Пословицы и поговорки

- Чай пить – долго жить.
- Выпей чайку – забудешь тоску.
- С чая лиха не бывает.
- Самовар кипит – уходить не велит.
- Где есть чай, там и под елью рай.
- Чай пьешь – до ста лет проживешь!





Пословицы и поговорки

За чаем не скучаем, по семь чашек выпиваем.

Чай не пить – так на свете не жить.

Выпей чайку – забудешь тоску.

Чай пить – долго жить.

Коль чаем угощают, значит уважают.

В городе чай – гостям угощение, в деревне – себе наслаждение.

Выпьешь чай - прибавятся силы.







ЧАЙ

ЧАЙ

Черепаша, не скучая,
Час сидит за чашкой чая.

*«Муха, муха-цокотуха,
Позолоченное брюхо!
Муха по полю пошла,
Муха денежку нашла.
Пошла муха на базар
И купила самовар»*



-
- **"Приходите, тараканы,
Я вас чаем угощу!"**

**Тараканы прибежали,
Все стаканы выпивали,**

**А букашки -
По три чашки
С молоком
И крендельком:
Нынче Муха-Цокотуха
Именинница!**

-
- **Приходили к Мухе блошки,
Приносили ей сапожки,
А сапожки не простые -
В них застёжки золотые.**

**Приходила к Мухе
Бабушка-пчела,
Мухе-Цокотухе
Меду принесла...**

-
- **"Бабочка-красавица.
Кушайте варенье!
Или вам не нравится
Наше угощенье?"**

**Вдруг какой-то старичок
Паучок
Нашу Муху в уголок
Поволок -
Хочет бедную убить,
Цокотуху погубить!**

-
- **"Дорогие гости, помогите!
Паука-злодея зарубите!
И кормила я вас,
И поила я вас,
Не покиньте меня
В мой последний час!"**
-

-
- **Но жуки-червяки
Испугались,
По углам, по щелям
Разбежались:
Тараканы
Под диваны,
А козявочки
Под лавочки,
А букашки под кровать -
Не желают воевать!
И никто даже с места
Не сдвинется:
Пропадай-погибай,
Имениница!**
-



**А кузнечик, а кузнечик,
Ну, совсем как человечек,
Скок, скок, скок, скок!
За кусток,
Под мосток
И молчок!**

-
- **Вдруг откуда-то летит
Маленький Комарик,
И в руке его горит
Маленький фонарик.**

**"Где убийца, где злодей?
Не боюсь его когтей!"**

**Подлетает к Пауку,
Саблю вынимает
И ему на всём скаку
Голову срубает!**
