

Окружающий мир 1класс

Почему нужно есть много
овощей и фруктов?



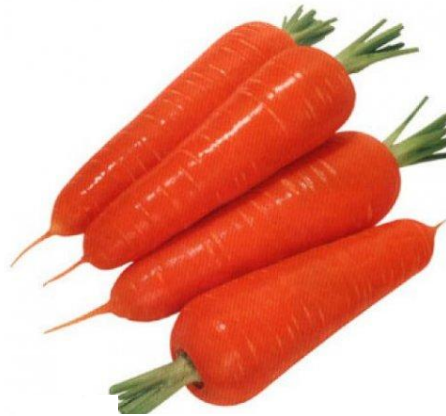
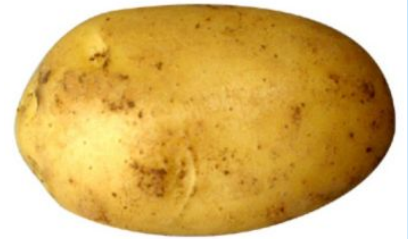
Автор - учитель
МАОУ СОШ №12
Ст.Михайловской
Курганинского р-на
Бизова Н.И.

* правила поведения в природе

- * Не ломать деревья, не обрывать ветки, листья.
- * Не рвать большие букеты цветов.
- * Не ловить жуков, бабочек.
- * Не обижать животных.
- * Не трогать птичьих гнезд.

«Я здоровье
берегу, сам
себе я помогу»»





* Цели и задачи урока:

- научимся различать фрукты и овощи;
- узнаем о пользе витаминов;
- будем учиться заботиться о своём здоровье.

Почему нужно есть
много овощей и
фруктов?



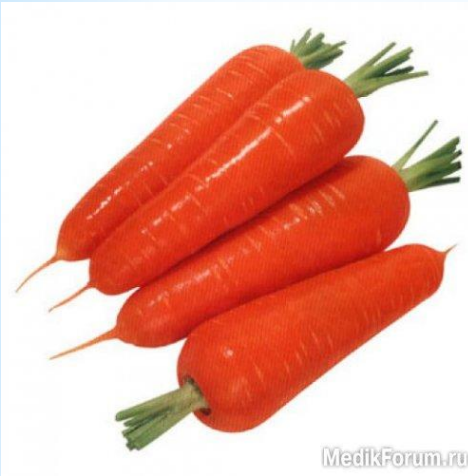
огород



сад



Витамин А



* Если хочешь расти крепким, иметь здоровые зубы, тебе нужен витамин А

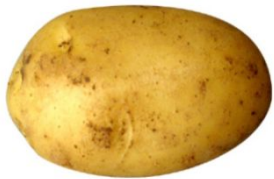


Витамин В



* Если хочешь быть сильным, иметь хороший аппетит, тебе нужен витамин В.

Витамин С



* Если хочешь реже болеть, тебе нужен витамин С.

*** - Что нужно делать , чтобы заботиться о своём здоровье?**

*** Надо есть овощи и фрукты, потому что они содержат витамины. Витамины нужны нам для роста, хорошего настроения, они помогают бороться с болезнями.**





Молодцы!

Спасибо за работу!

