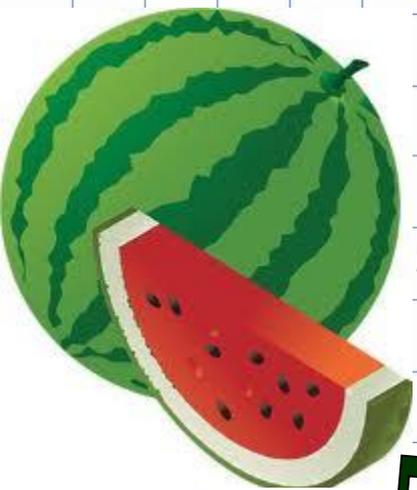
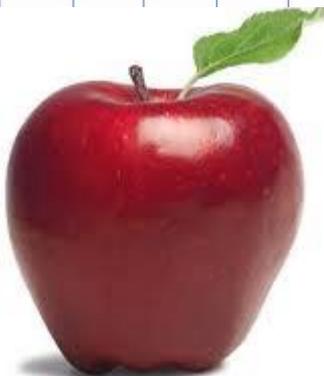


ЧАС "Здоровья"
"Овощи, ягоды
и фрукты - самые
витаминные продукты".

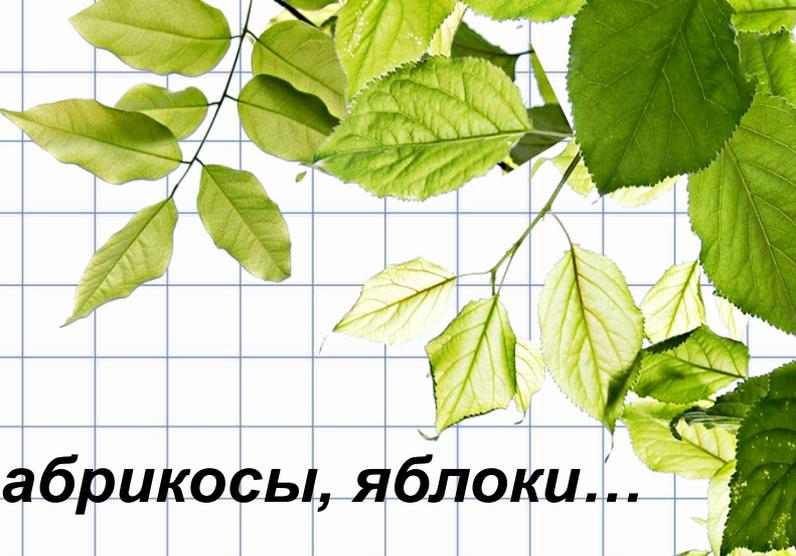


«Здравствуйте, друзья! Своё письмо я пишу из больницы. У меня ухудшилось здоровье: болит голова, в глазах звёздочки, всё тело вялое. Доктор говорит, что мне нужно правильно питаться. Я составил себе меню на обед: торт с лимонадом, чипсы, варенье и пепси-кола. Это моя любимая еда. Наверное, скоро я буду здоров. Жду ответа. Ваш Карлсон.»





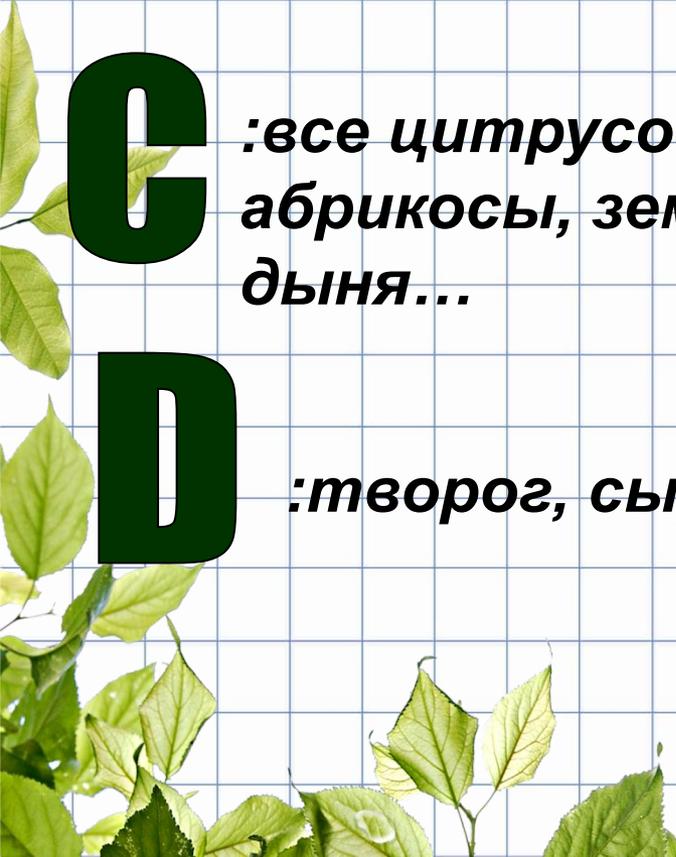
Витамины

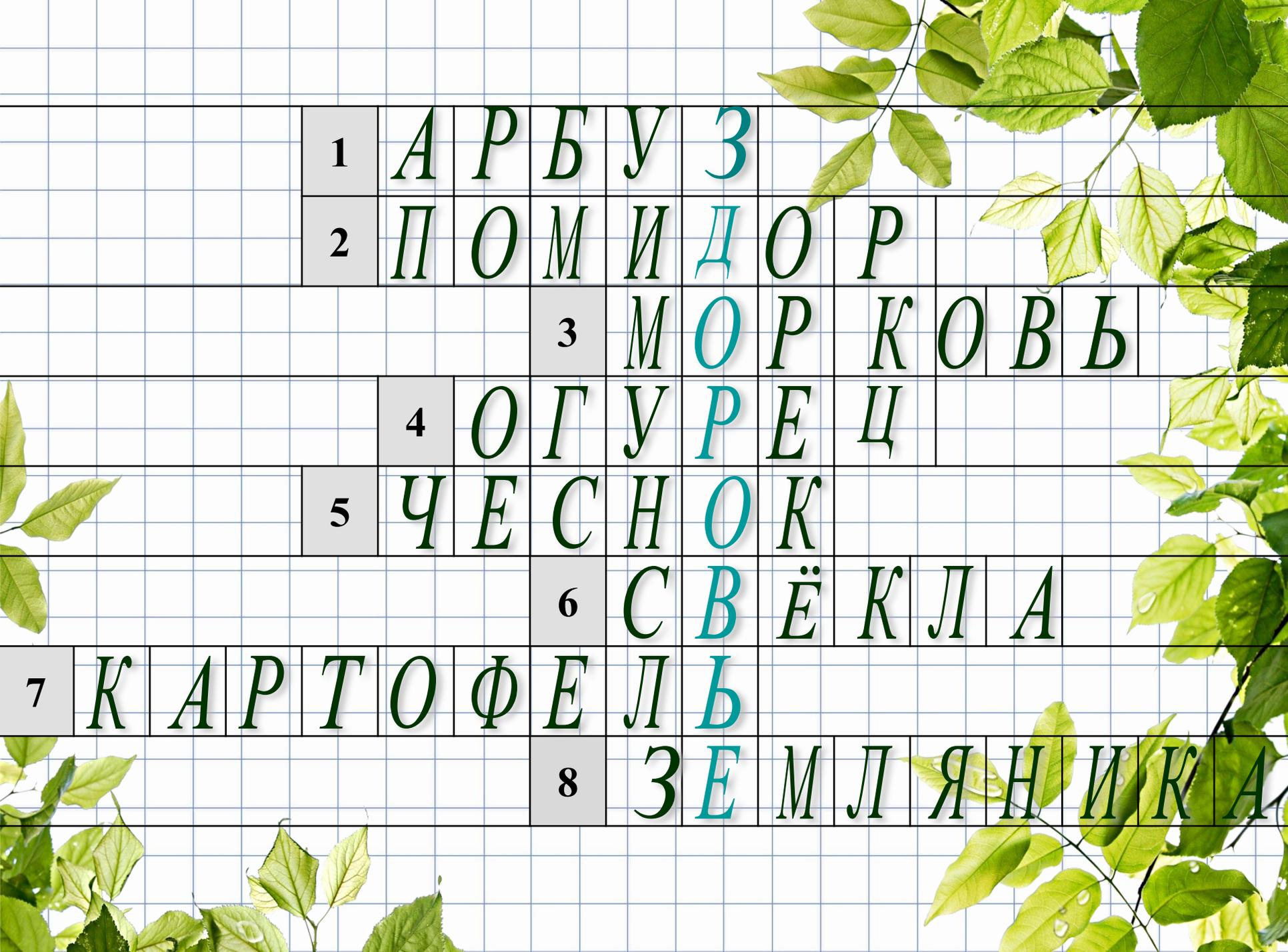


А : морковь, тыква, персики, абрикосы, яблоки...

С : все цитрусовые, киви, яблоки, персики, абрикосы, земляника, чёрная смородина, дыня...

Д : творог, сыр, картофель, петрушка ...





1

А Р Б У З

2

П О М И Д О Р

3

М О Р К О В Ь

4

О Г У Р Е Ц

5

Ч Е С Н О К

6

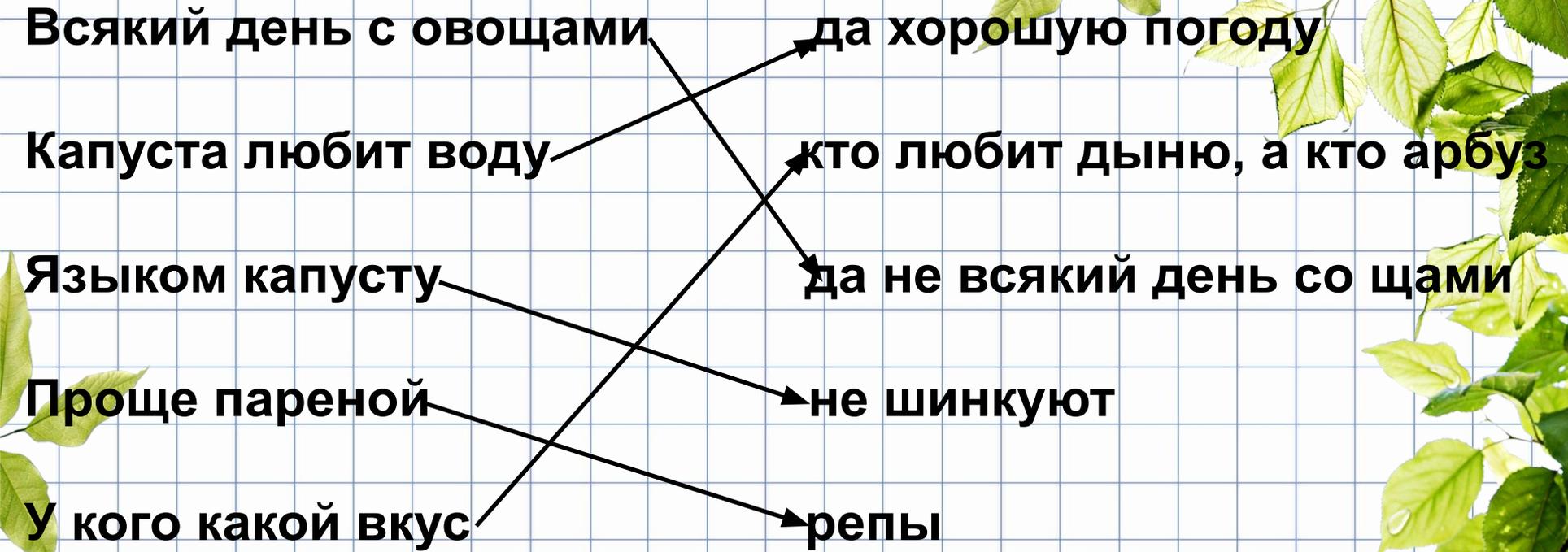
С В Ё К Л А

7

К А Р Т О Ф Е Л Ь

8

З Е М Л Я Н И К А



Жил один садовод

Жил один садовод, Он развел огород,
Подготовил старательно грядки.

Он принес чемодан,

Полный разных семян,

Но смешались они в беспорядке.

Наступила весна, И взошли семена -

Садовод любовался на всходы.

Утром их поливал, На ночь их укрывал

И берег от холодной погоды.

Но когда садовод, Нас позвал в огород,

Мы взглянули и все закричали:

- Никогда и нигде, Ни в земле, ни в воде

Мы таких овощей не встречали!

Показал садовод Нам такой огород,

Где на грядках, засеянных густо,

Огурбузы росли, Помидыни росли,

Редиссвекла, чеснок и репуста.

Светы о правильном питании:

- Есть поменьше сладкого.**
- Кушать больше овощей, фруктов и ягод.**
- Стараться кушать в одно и то же время.**



«Здравствуйте, друзья! Своё письмо я пишу из больницы. У меня ухудшилось здоровье: болит голова, в глазах звёздочки, всё тело вялое. Доктор говорит, что мне нужно правильно питаться. Я составил себе меню на обед: торт с лимонадом, чипсы, варенье и пепси-кола. Это моя любимая еда. Наверное, скоро я буду здоров. Жду ответа. Ваш Карлсон.»



Молодцы!!!

Спасибо за работу!!!