

# Овощи и фрукты



Автор разработки:  
Пузанова Н.К., воспитатель,  
ГБДОУ №7

# Оглавление

- Что растет на грядке и в саду?
- Как растут овощи?
- Вот так растут фрукты
- Литература
- Социальный портрет группы
- Важное о фруктах и овощах
- Страничка об авторе

# Что растет на грядке и в саду?

За кудрявый хохолок  
Лису из норки поволок.  
На ощупь - очень гладкая,  
На вкус - как сахар сладка.



Как на грядке под  
листок  
Закатился чурбачок -  
Зеленец удаленький,  
Вкусный овощ  
маленький.



Все о ней боксеры знают  
С ней удар свой  
развивают.  
Хоть она и неуклюжа,  
Но на фрукт похожа.



В десять одежек плотно одет,  
Часто приходит к нам на обед.  
Но лишь за стол ты его  
позовешь,  
Сам не заметишь, как слезы  
прольешь.



Он почти как апельсин,  
С толстой кожей,  
сочный,  
Недостаток лишь один -  
Кислый очень, очень.



Круглые зеленые на  
дереве растут  
Как бочок краснеет, тут их  
и сорвут  
Сладкие и спелые соберут  
в корзинку  
Все на вид красивые,  
прямо как с картинки



# Как растут овощи?



# Вот так растут фрукты



# Игра «Назови овощи и фрукты»



[В начало просмотра](#)



# Важное о фруктах и овощах

- **На первом месте и в алфавите и по значимости для здоровья человека стоит витамин А. Это витамин роста, кроме того, он помогает улучшить зрение, способствует обновлению всех клеток человеческого тела. Его предшественник – бета-каротин – содержится в овощах и фруктах желтого, оранжевого и красного цветов .**
- **Другой необходимый для здоровья человека витамин – это В1. Его хранят в себе горох, фасоль, бобы, соя и шпинат. Этот витамин поддерживает нервную и пищеварительную системы, а также работу сердца.**
- **Третий важный витамин, который содержится во всех овощах и фруктах, – витамин С. Он незаменим при лечении простуды и для укрепления иммунитета. Его много в клубнике, смородине, капусте и луке.**



# Страничка об авторе

Воспитатель ГБДОУ Центра развития  
ребенка №7

Пузанова Наталья Константиновна

Стаж работы 3 года



[В начало страницы](#)

# Спасибо за внимание