



# Путешествие в страну Витаминию





# ВИТАМИНЫ

*В переводе это слово означает «носители жизни».*



***Без витаминов жить нельзя!  
Они – надежные друзья!***



**В  
И  
Т  
А  
М  
И  
Н  
Ы**

**З  
Д  
О  
Р  
О  
В  
Ь  
Я**

### 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.



FORCHEL.RU



# A

ВИТАМИН





# В

ВИТАМИН





# С

ВИТАМИН





# Д

ВИТАМИН





# «Что полезно, а что вредно для здоровья?»





