

# О ПОЛЬЗЕ ВИТАМИНОВ

Презентация о пользе витаминов  
(для детей раннего возраста)

Воспитатель: Витоль Светлана  
Владимировна

ГБДОУ д/с 356

Московского района Санкт-Петербурга

## Цель: Познакомить детей с понятием «витамины» «А», «В», «С», «D».

- ▣ Задачи:
- ▣ 1. Закрепить названия овощей и фруктов.
- ▣ 2. Формировать у детей представление о содержании витаминов в овощах и фруктах.
- ▣ 3. Воспитывать у детей желание заботиться о своём здоровье.

**В банане и йогурте,  
В горстке малины-  
Повсюду чудесные  
Есть витамины.  
Они берегут нас  
От всяких болезней.  
Чем больше их в пище,  
Тем пища полезней**

# Малина



# **Витамин А - очень важен для зрения**

**Помни истину простую -  
Лучше видит только тот.  
Кто жуёт морковь сырую  
Или пьёт морковный сок.**

# Морковь



**Витамин В – полезен для сердца**

**Очень важно спозаранку  
Есть за завтраком овсянку.  
Черный хлеб полезен нам-  
И не только по утрам.**



# Чёрный хлеб





# Витамин С – укрепляет организм

От простуды и ангины  
Помогают апельсины.  
Ну, а лучше есть лимон,  
Хоть и очень кислый он.

# Лимон



## Витамин Д

**Рыбий жир всего полезней!  
Хоть противный - надо пить.  
Он спасает от болезней.  
Без болезней - лучше жить!**

# Рыбий жир

