

Цель: познакомить детей с
главными источниками витаминов
– фруктов, овощами и ягодами и
их значением для организма.

Разговор о правильном питании.

«Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты»



**Автор: Ермоленко О.А.
Учитель начальных классов**

Что лежит в лукошках?



ДЯЮГ



ЩИОВО



ТЫРУФК

Скоро у Маши день рождения. Что подарить? Подарю три лукошка.





ЯГОДЫ



ОВОЩИ



ФРУКТЫ

**Почему именно
ягоды, овощи и
фрукты?**



Отгадай ребусы. Разделите слова на группы.

ЛО ЯБ КО

ПЕЛЬ А СИН

КОВЬ МОР

НА ЛИ МА

ДОР МИ ПО

РОХ ГО

ША ГРУ

НАН БА



Витамин А



Если вы хотите хорошо расти, хорошо видеть и иметь крепкие зубы, вам нужен я!



Витамин В



Если вы хотите быть сильным, иметь
хороший аппетит и не хотите
огорчаться, вам нужен я!



Витамин С



Если вы хотите реже простужаться, быть бодрым, быстрее выздоравливать при болезни, вам нужен я!



Отгадай загадки и соедини с рисунками

Круглое, румяное,
Я расту на ветке.
Любят меня взрослые,
И маленькие детки.



Бусы красные висят
Из кустов на нас глядят,
Очень любят бусы эти
Дети, птицы и медведи.



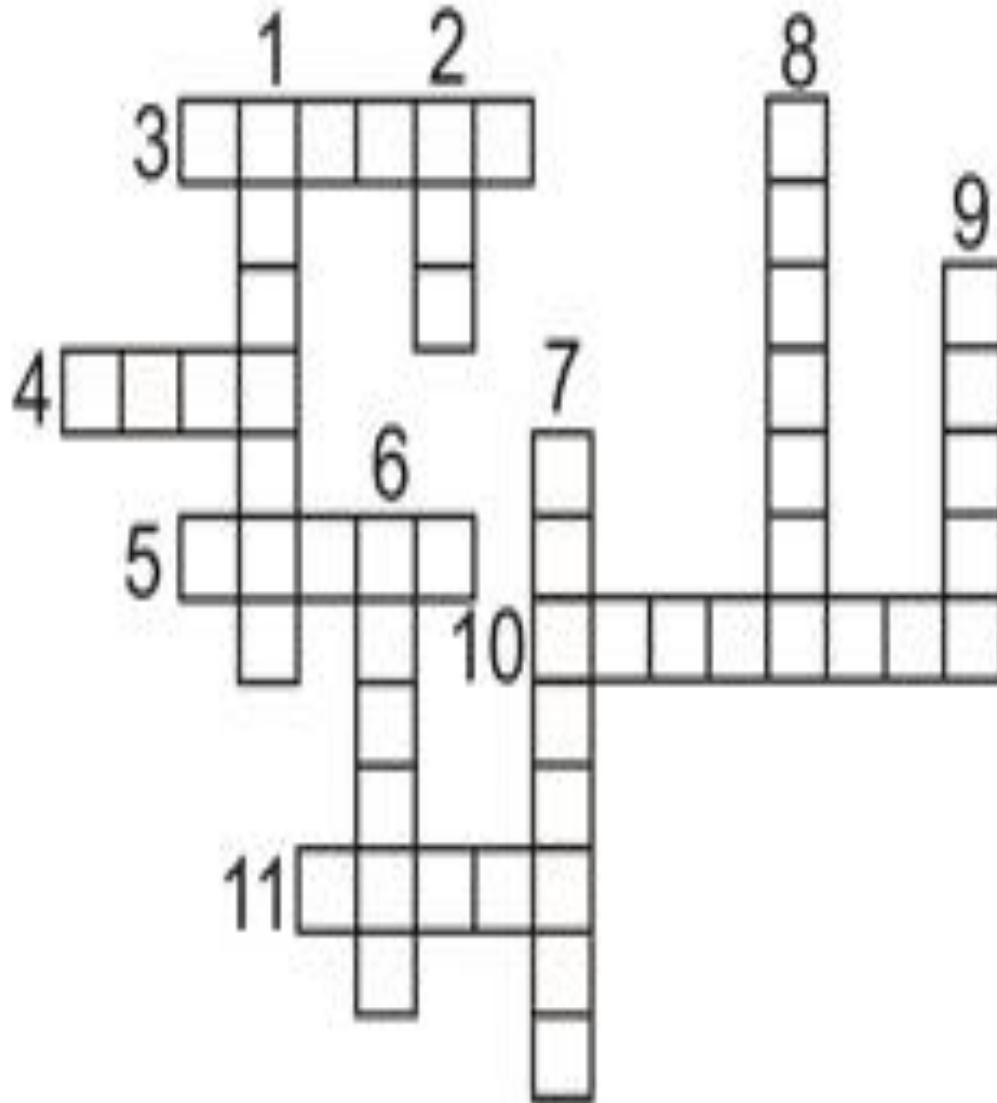
За кудрявый хохолок
Лису из норки поволок.
На ощупь — очень гладкая,
На вкус — как сахар сладкая.



Была зеленой маленькой,
Потом я стала аленькой,
На солнце почернела я,
И вот теперь я спелая.



Угадай кресворд



- 2) Заставит плакать всех вокруг, хоть он и не драчун, а...
- 3) Красна девица росла в темнице, люди в руки брали, косы срывали.
- 4) В землю блошкой из земли плошкой.
- 5) Ну а это угадать очень даже просто, апельсин, ни дать, ни взять, только меньше ростом.
- 6) Лежит меж грядок, зелен и сладок.
- 7) Ни в полях, ни в садах, ни у нас, ни у вас. А в тропических лесах вырастает...
- 8) Под землей огонь горит, а снаружи дым видно.
- 9) Огурцы они как будто, только связками растут, и на завтрак эти фрукты обезьянам подают.
- 10) С оранжевой кожей, на мячик похожий, но в центре не пусто, а сочно и вкусно.
- 1) Что это?

Советы Маши.

1. При простуде надо пить чай с малиной.
2. От насморка полезен свекольный сок.
3. При кашле пьют настой редьки на меду.
4. От головной боли помогает избавиться капустный лист.
5. Не заболеть гриппом помогает лук и чеснок.



**А.... я поняла, почему Миша
сделал мне на день рождения
такой подарок! А вы, ребята,
догадались?**



Литература:

1. Безруких М.М., Филлипова Т.А. Разговор о правильном питании/Методическое пособие. – М.:Олма – Пресс, 2005
2. Алябьева Е.А. Развитие воображения и речи детей 4-7 лет: игровые технологии. – М.: ТЦ Сфера, 2005
3. Сайт Nestle «Разговор о правильно питании»
[Http://www.food.websib.ru/](http://www.food.websib.ru/)

