Беседа:
«Витамины я люблю - быть здоровым я хочу»

Составила: Кобзева Ольга Александровна

Цель: продолжать знакомить детей с пользой витаминов.

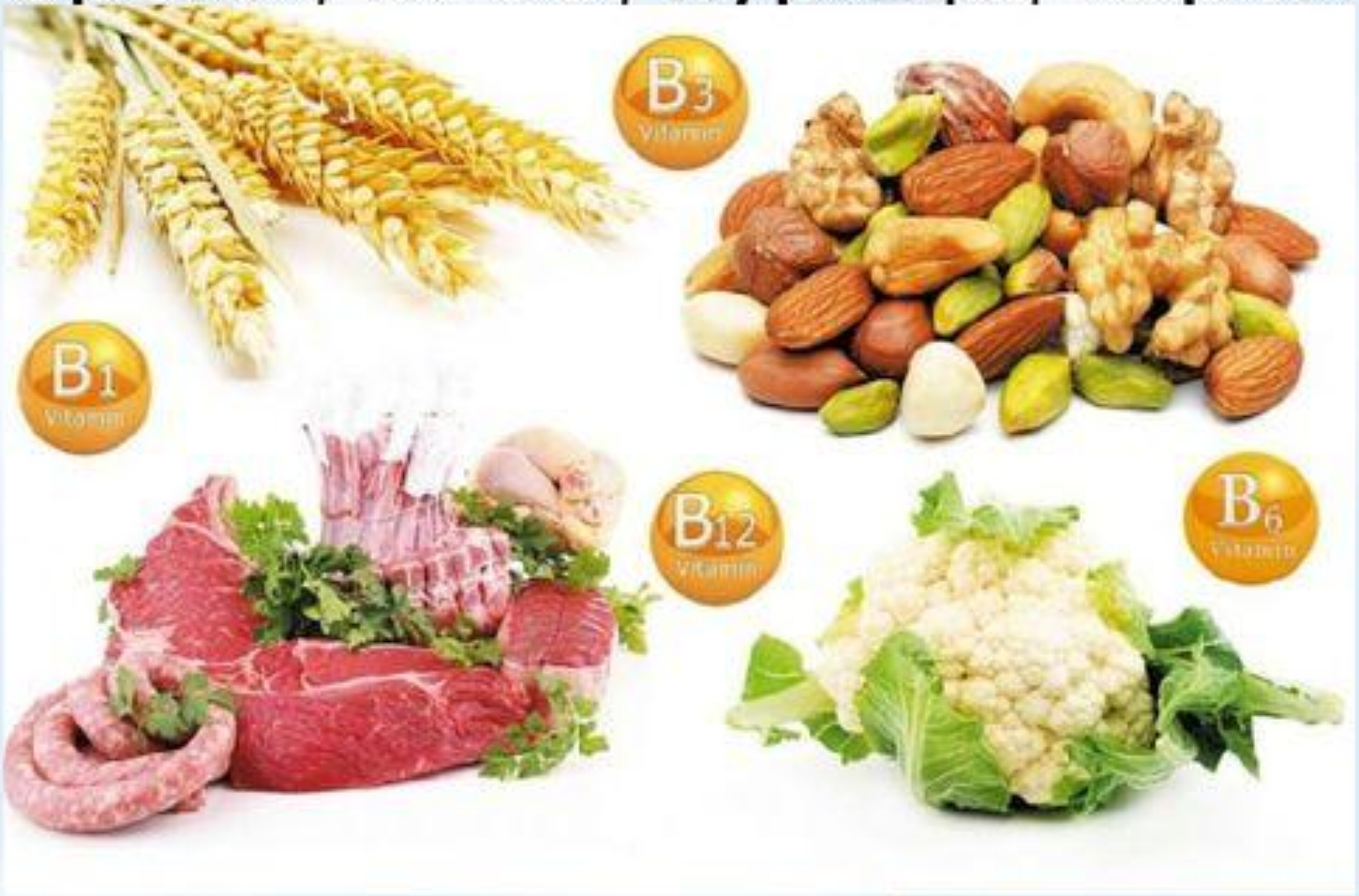
- А в каких продуктах есть витамины?

Нужно есть больше овощей и фруктов. В них много витаминов А, В, С, Д

Сегодня мы вспомним, в каких продуктах они содержатся и для

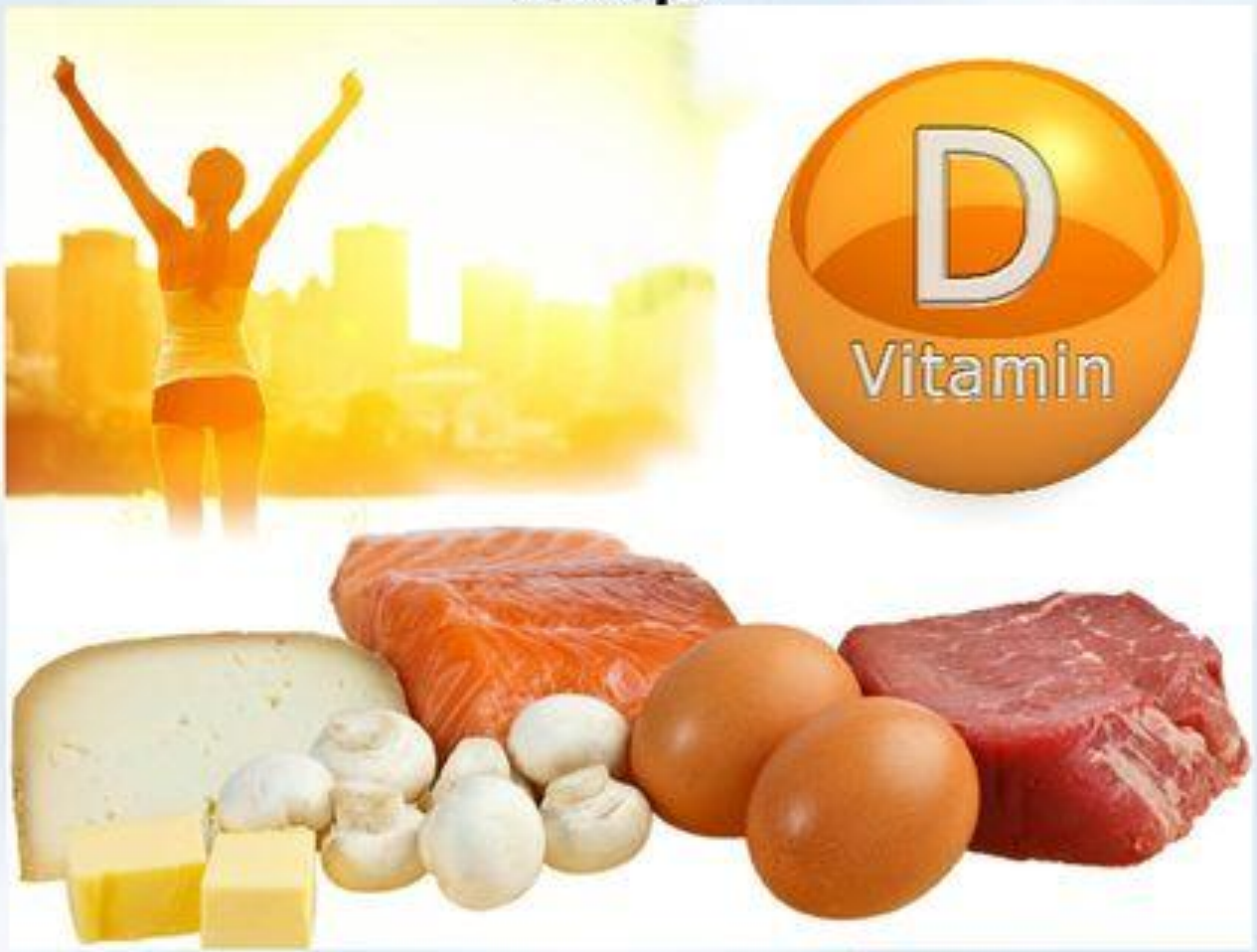
Витамин А - морковь, рыба, сладкий перец, яйца,

Витамин В - мясо, молоко, орехи, хлеб, курица, горох

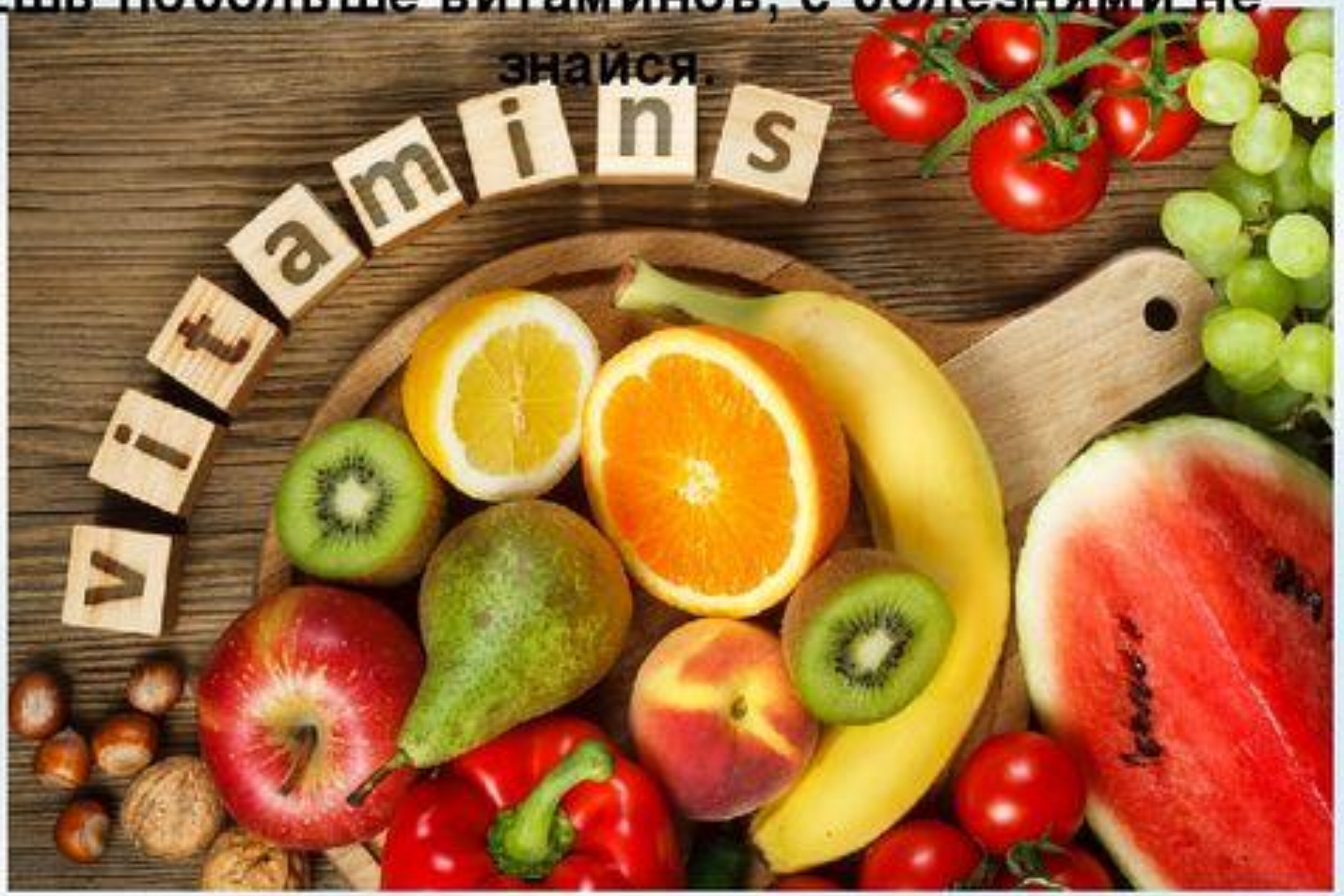


Витамин С - цитрусовые, капуста, лук, редис, с

Витамин Д - солнце, рыбий жир



- Если хочешь быть здоровым, правильно питайся,
- Ешь побольше витаминов, с болезнями не знайся.



- Никогда не унываю
- И улыбка на лице,
- Потому что принимаю
- Витамины А, Б, С.

Игра «Четвертый лишний»

Игра «Четвертый лишний»