

ПРИКОСНИСЬ К ПРИРОДЕ СЕРДЦЕМ

**Экологическая газета для родителей
сентябрь-ноябрь
Группа № 5 «Звездочки»**





фантазии природы

- Очень хорошо сказала об осеннем сезоне поэтесса Ольга Бергольц:

Есть время природы особого цвета
Неяркого солнца, нежнейшего зноя,
Оно называется бабье лето

И в прелести спорит с самою весною...

1-13 сентября называют бабьим летом.

В старину существовала примета, «что ежели молодое бабье лето ведренное – жди ненастья в старое» - с 14 по 21 сентября.

11 сентября – День Ивана Постного – своеобразный переломный рубеж и в природе, и в крестьянских заботах. В этот день в старые времена не рубили кусты, не срезали мака, не копали картофеля, не рвали яблок. «Иван Постный пришел – лето красное увёл», «Иван Постный – осени отец крестный».

Примечали: «Коли ненастно – осень будет холодная, а если первый день бабьего лета ясен – осень будет тёплая, сухая, затяжная».

Раннее начало отлёта птиц считалось неблагоприятным:
«Журавли на юг потянулись – к ранней зиме»



преданья старины глубокой

- ❖ На осенины много паутины – осень долгая да ясная, а зима холодная.
- ❖ Весна красна цветами, а осень – снопами.
- ❖ Землю солнце красит, а человека – труд.
- ❖ 14 октября – Покров. На Покров первый снег выпадает.

Отгадайте осенние загадки:

- Пришла без красок и без кисти
И перекрасила все листья.

Весной одевается,
Осенью раздевается.

Стоит Антошка на одной ножке,
Сам маленький, а шляпа большая.



ВЫУЧИТЕ С ДЕТЬМИ



Опустел скворечник-
Улетели птицы,
Листьям на деревьях
Тоже не сидится.
Целый день сегодня
Всё летят, летят...
Видно, тоже в Африку
Улететь хотят.

И. Токмакова



Древними секрет здоровья и долголетия

- В нашем регионе морковь наравне с капустой и свеклой – одно из наиболее употребляемых овощей. Но кроме пищевой ценности в ней масса пользы для здоровья и красоты кожи. Типичная пословица гласит: «Хорошая пища будет вашим лекарством, лекарство вашей пищей»
- «От моркови – больше крови» - гласит народная мудрость.
- Морковь содержит большое количество клетчатки, до 15,5% сахаров, каротин, который предотвращает образование свободных радикалов, развивающих атеросклероз, онкологические заболевания, катаракта и др.
- Для удовлетворения суточной потребности витамина А достаточно съесть одну среднюю морковь в день, но обязательно с маслом или сметаной.




САДАТ «Сказка»


РЕЦЕПТ ОТ НАШИХ ПОВАРОВ

2 моркови, 2 яблока, 1 ст. ложка
изюма, 2 ч. ложки сахара, 1 ст.
ложка сметаны, 1 ст. ложка мёда.

Морковку нарезать соломкой или
натереть на крупной тёрке,
смешать с изюмом. Заправить
сметаной или мёдом.



Выпуск подготовила : воспитатель Птицына Е.М.



До новых встреч!
Следующий выпуск выйдет в
декабре 2019 года
Ждём ваши пожелания и
предложения.