

Загадки про витамины

В овощах и фруктах есть.
Детям нужно много есть.
Есть ещё таблетки
Вкусом как конфетки.
Принимают для здоровья
Их холодной порою.
Для Сашули и Полины
Что полезно?..(Витамины)

Никогда не унываю
И улыбка на лице,
Потому что принимаю
Витамины...(А, В, С)

Пословицы и поговорки про витамины

*Если будешь есть морковку,
будешь бегать стометровку.

*Если съешь ты огурец, будешь
просто молодец!

*Положи лимончик в чай - выпей
витаминовый рай.

*Овощи и фрукты - самые
витаминовые продукты!

Игра «Да» или «Нет»

«Каша – вкусная еда
Это нам полезно? (Да)

Лук зеленый, чесночок.
Нам полезны дети? (Да)

Щи, борщи – у нас всегда
Нам их есть уж не охота? (Нет)

А вот суп из мухоморов,
новизна!
Съесть полезно, детки? (Нет)

Фрукты – просто красота!
Вот что нам полезно? (Да)

Грязных ягод иногда,
Это нам полезно? (Нет)

Овощей растёт
гряды.
Овощи полезны? (Да)

Сок, компот всегда
Нам полезны, дети? (Да)

Лишь полезная еда,
На столе у нас всегда! (Да)

А раз полезная еда –
Будем мы здоровы? (Да)

Кто такие витамины?



Кто такие витамины?

Для чего проникли в лук,
В молоко и в мандарины,
В черный хлеб, в морковь, в урюк?
Рассмотрю-ка их в окрошке,
Через дедовы очки —
Кто они? Соринки? Мошки?
Человечки? Паучки?
Может в перце и петрушке,
Незаметные на взгляд,
Очень маленькие пушки
По бактериям палят?!
Если так, то Витамины
Мне нужны наверняка —
Съем на полдник мандарины,
На ночь выпью молока!

(С. Лосева)