**Дидактический материал к занятию**

**«Полезные и вредные продукты»**

**Витамины**

Нужно детям подрастать,

Веселиться и играть.

Потому всем детям мира

Очень важны **витамины**.

Много вкусных и полезных,

Много разных **витаминов**

Вы найдете во фруктах спелых

Лишь зайдете в магазины.

**Витамины**: А В С - вы найдете их везде

В магазине, и в ларьке,

И в киоске, на лотке,

На базаре, и в саду,

И, конечно же, в лесу.

В апельсине, в мандарине,

Киви, ягоде - малине -

Все полезно, очень вкусно,

Организму очень нужно!

А о яблоке, друзья, целая история.

Плод красивый, сладкий, мягкий,

Удивительно приятный.

**Витаминов в нем полно -**

Это знаем мы давно.

Свежее, румяное,

Красное, багряное,

Сладкое и сочное,

Желтое и прочное,

Душистое любимое,

Ничем не заменимое!

Быть здоровым и счастливым,

Сильным, храбрым и красивым,

Знайте, дети, что всегда

Фрукты - лучшая еда!

Овощи, ребята, тоже,

Очень уж на них похожи.

Кушать надо целый год,

Чтобы не было хлопот.

Очень много **витамин**:

В свекле, в тыкве и в картошке,

В луке, чесноке, горошке,

В огурце и в помидоре -

И в капусте, и в фасоли!

Сочные и спелые, Красные и белые –

Все полезно для ребят,

Все врачи так говорят.

Овощи и фрукты –

Важные продукты.

Кушайте, растите,

Сколько захотите.

Ешьте яблочки, морковку,

Чтобы сильным, ловким быть.

Петь, играть и заниматься

И здоровенькими быть!

Про болезни, кашель, насморк

Навсегда вам позабыть.

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.

Сьем на полдник мандарины,

На ночь выпью молока!













