**Витамины** помогают детям и взрослым быть крепкими и здоровыми. Одни **витамины** помогают детям расти, другие — глазам хорошо видеть, третьи — голове — хорошо думать, быть умной. А есть **витамины**, которые защищают нас от болезней. Чтобы быть здоровым, умным, сильным, человек должен получать **витамины с пищей**. Если кушать мало **витаминов**, то можно заболеть. А мы не хотим болеть, правда? Поэтому мы любим кушать фрукты и овощи.

Загадки:

Само с кулачок, красный бочок,

Потрогаешь гладко, а откусишь сладко *(яблоко)*.

Красная девица

Сидит в темнице

А коса на улице *(морковь)*.

Эти крепкие ребятки

В листьях прячутся на грядке.

Лежебоки-близнецы

Зеленеют. *(огурцы)*

Летом, не боясь жары,

Зрели красные шары.

Вызрели как на подбор.

Что за овощ? *(Помидор)*

Желтый цитрусовый плод

В странах солнечных растет.

А на вкус кислейший он.

Как зовут его? *(Лимон)*

Этот фрукт в рубашке яркой

Любит, чтобы было жарко.

Не растет **среди осин**

Круглый рыжий. *(апельсин)*.

Молодцы! Все загадки разгадали.

Слепим с вами витамины!!! Далее дети лепят фрукты и овощи по своему выбору.