

A vibrant border of various fruits and vegetables surrounds the central text. The top border includes green beans, purple cabbage, mushrooms, green grapes, yellow and orange pumpkins, red apples, and green cucumbers. The right border features green figs, raspberries, and orange slices. The bottom border contains green apples, red cherries, lemons, and leafy greens. The left border shows red bell peppers, corn cobs, cherry tomatoes, and green onions.

Исследовательская работа. Витамины «А» и «D»

Я хочу знать:

- ✓ *Что же такое витамины?*
- ✓ *Для чего нужны витамины «А» и «D»?*
- ✓ *В каких продуктах «живут» витамины «А» и «D»?*



Я предполагаю:

- ✓ *Витаминов очень много*
- ✓ *Они «живут» во фруктах и овощах*

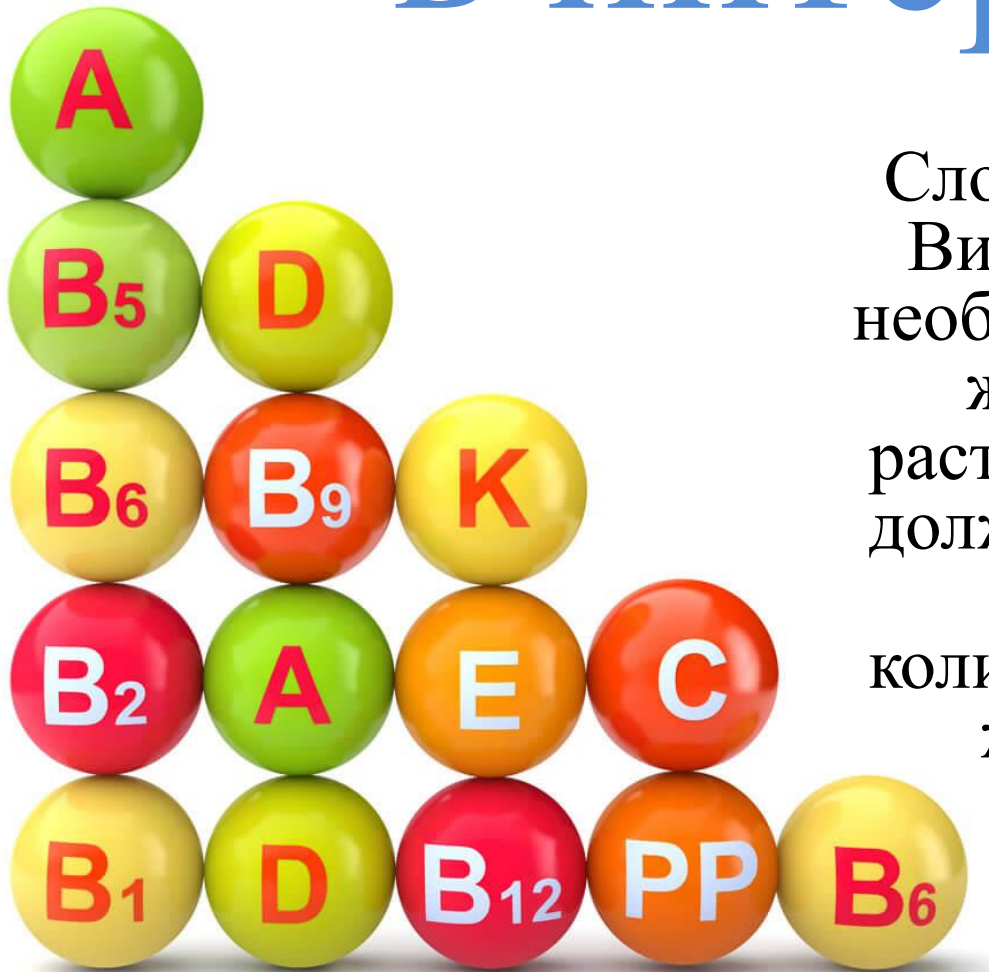


Чтобы это подтвердить мне нужно:

- Посмотреть с мамой и папой информацию в интернете
- Найти книги про витамины



Вот что мы нашли в интернете:

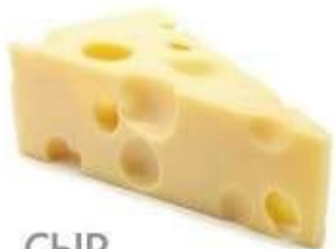


Слово «vita» означает жизнь. Витамины — это вещества, необходимые для поддержания жизни. Они образуются растениями или животными и должны поступать в организм в микроскопических количествах для продолжения жизненных процессов.

Вот что мы нашли в интернете:



Витамин А всегда связан с жиром в животном организме. Он образуется в растениях и переходит к животным, питающимся этими растениями. Витамин А помогает предупреждать инфекцию. Он содержится в молоке, яичном желтке, печени, рыбьем жире, а также в салате, моркови и шпинате.



СЫР



ЯЙЦА



ПЕЧЕНЬ

МЯСО



РЫБА



БРОККОЛИ



МОРКОВЬ

ВИТАМИН А

ДЫНЯ



АБРИКОС



ПЕРСИК

АВОКАДО



КАРТОФЕЛЬ



ТЫКВА



ПЕРЕЦ



Вот что мы нашли в интернете:

Витамин D важен для правильного развития костей и зубов младенцев. Этот витамин в большом количестве обнаружен в рыбьем жире, печени и яичном желтке.

Солнечный свет также обеспечивает нашему организму витамин D. Если у вас правильно подобранное питание, вы, вероятно, получаете достаточно необходимых вам витаминов.





Так же мы нашли очень интересную книгу про ВИТАМИНЫ

На одном из первых разворотов вы познакомитесь с каждым из героев, их особенностями и ролью. А дальше начнутся приключения. Вы отправитесь в гости к фруктам, овощам и полезным веществам, которые в них содержатся. Познакомитесь с разными героями, увидите, где они живут. Вас ждет увлекательное путешествие в мир витаминов!



*Я очень удивился
когда узнал на
сколько важны
эти витамины
для нашего
здоровья*



Теперь я знаю:

- ✓ *Витаминов очень много*
- ✓ *Они живут во многих продуктах*
- ✓ *Витамины важны для нашего здоровья*
- ✓ *Витамин «Д» очень полезен для роста костей у детей*
- ✓ *А витамин «А» защищает нас от инфекций*





КОНЕЦ