

# Проект «Летний сад»



Как хорош он, летний сад,  
Фруктами всегда богат.  
Вишен стройных целый ряд -  
Рубином ягоды горят.  
Рядом здесь растёт и слива,  
Плодами сочными красива.  
Груш и яблок аромат,  
Съесть одно бы каждый рад.

# План

- 1. виды фруктов
- 2. Отгадай – ка поскорей!
- 3. Польза фруктов и ягод
- 4. выращивание фруктов

# Цель проекта:

- 1. Познакомиться с видами фруктов
- 2. Познакомиться с видами ягод
- 3. Узнать какую пользу приносят фрукты и ягоды
- 4. Закрепить умение отгадывать загадки

# 1. Виды фруктов



## Абрикос

Так бывает каждый год:  
Весною ранней он цветёт,  
И будто солнышка привет,  
Его душистый нежный цвет.  
Ароматен он, пригож  
И на солнышко похож.  
Привлекает пчёл и ос  
Мой любимый абрикос.

## Авокадо

Мама говорит, что надо  
Деткам кушать авокадо.  
Авокадо с кашей ел  
И немножко повзрослел.





### **Ананас**

У меня колючий бок,  
На макушке – хохолок.  
Замечательный на вкус,  
Ананасом я зовусь.



### **Апельсин**

Я – пузатый апельсин,  
Доставлю радость и один!  
Как откусишь ты разок,  
То как будто на часок  
Попадешь и вкусишь рай!  
Всегда меня ты выбирай,  
Жажду мною утоли  
И меня благодари.





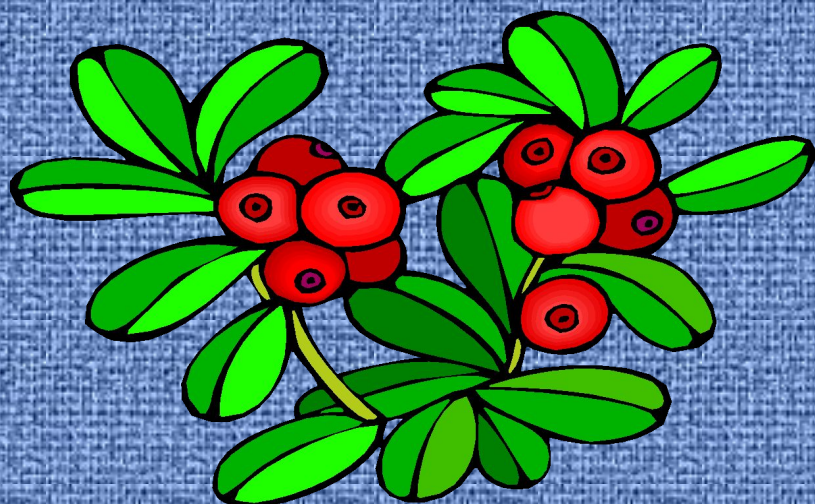
### **Арбуз**

Круглый я и гладкий,  
Большой, тяжелый, сладкий.  
Мякоть моя красная –  
Снадобье прекрасное.

### **Банан**

Банан похож на месяц.  
Давай посмотрим вместе:  
И на скобку он похож,  
И на вкус и цвет хорош.  
Любят больше всех бананы,  
Как известно, обезьяны.

Автор: Н. Меркушова



### Брусника

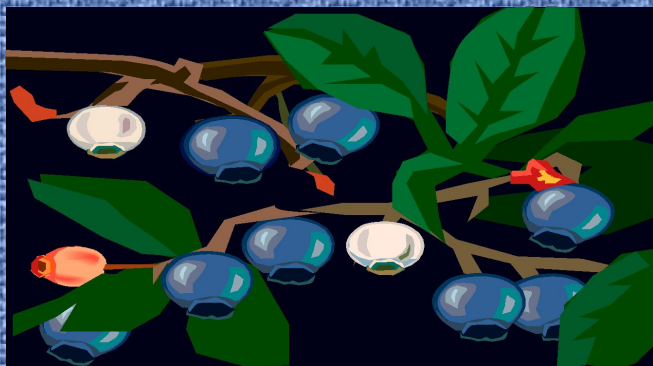
У брусники вкус особый:  
То ли кислый, то ли нет.  
Сколько ты ее ни пробуй,  
Не найдешь на то ответ.  
А зеленые листочки  
Не желтеют и зимой.  
Приносили мы из леса  
Эту ягоду домой.

### Вишня

Как о вишенке-малышке  
Знают все не понаслышке.  
Любят ягоду такую  
И девчонки, и мальчишки.  
Станешь вишню собирать,  
Вишней короб наполнять,  
И ладошки будут тоже  
Вишни цвет напоминать.



Автор: А. Богдарин

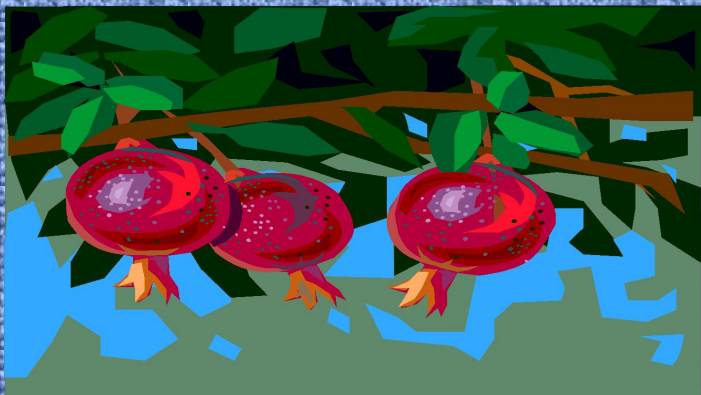


## Виноград

В огороде винограду  
Для плетенья нет преграды,  
От стены к забору плети  
Тянет, думал, не заметим  
Ягод изумрудных гроздьях.  
Приходите, ждем всех в гости!

## Голубика

Под листиком на каждой  
ветке  
Сидят маленькие детки.  
Тот, кто деток соберет  
Руки вымажет и рот.  
А попробовав поймет  
Голубика здесь растет.



### Гранатовые детки

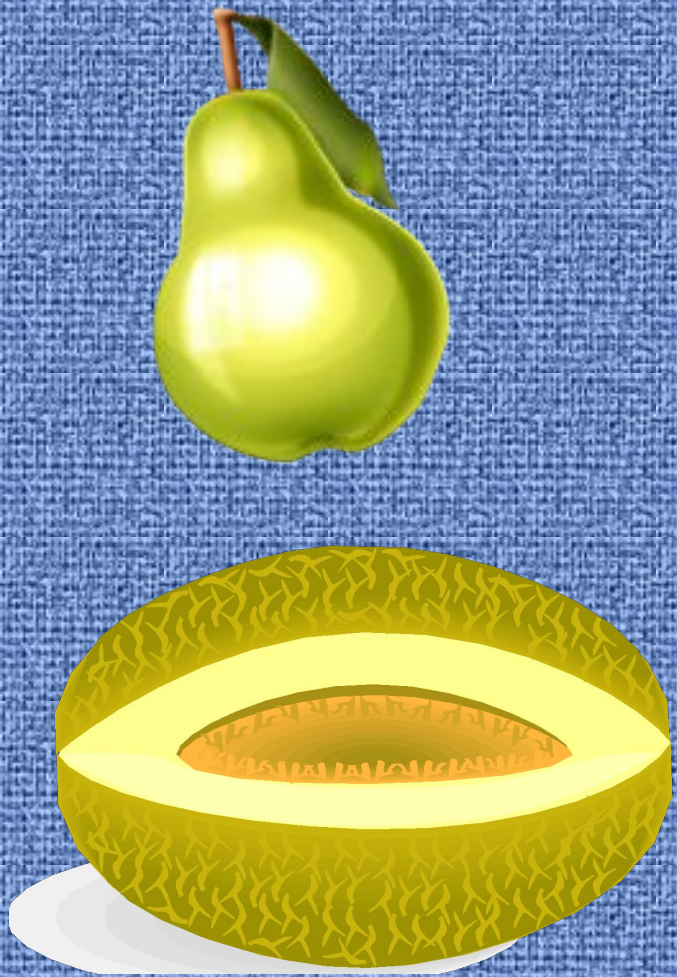
Гранат под толстой кожурой  
Имеет детский садик свой,  
В нем - полным-полно детей,  
Пересчитайте их скорей!  
Все как один они чудесны,  
Костюмчики у них прелестны,  
В каждом - искорка лучится,  
Сок полезный в них хранится.

### Грейпфрут

Знакомьтесь, дети, я грейпфрут,  
Я крупный, сочный, вкусный фрукт.  
Слегка горчу, но не беда,  
Зато я помогу всегда  
Тому, кто хочет похудеть,  
Тому, кто часто стал болеть.  
Я организм омоложу,  
Я людям всей душой служу.

### Крыжовник

Этот куст зовут крыжовник,  
Он колючий как чиновник.  
Плод пузат и важен с виду,  
Куст не даст плоды в обиду!



## Груша

Груши — словно лампочки,  
На дереве висят,  
Привлекают запахом  
И взрослых, и ребят:  
Желтые, душистые,  
Нежно-золотистые.  
Повисели и упали...  
Пчёлы груши доедали.



## Дыня

Дыня, дыня – герцогиня,  
Не растет у нас тут дыня.  
К нам эта подруга  
Приезжает с юга.





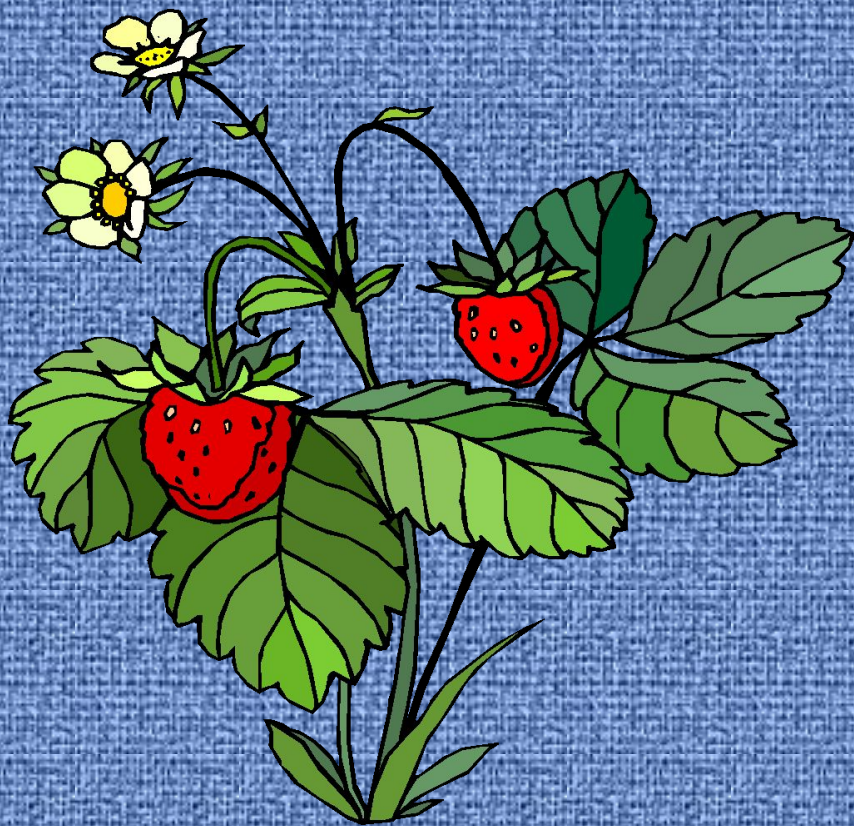
### Ежевика

Ежевика так колюча,  
Как сердитый ёжик.  
Но она совсем не злючка —  
Колется немножко.  
Осторожно собирай  
Небывалый урожай:  
Посмотри — за рядом ряд  
Чудо-ягоды висят.



### Жимолость

Жимолость у нас в саду  
Пышным цветом расцвела.  
Только к ней я не иду:  
Там в цветке сидит пчела.  
Но сказала мама мне:  
«Пчёлкам тоже по весне  
Витаминов надо.  
Где их взять? Из сада!»...  
Солнышко сильнее пригреет,  
Скоро жимолость созреет.  
Буду ягодки срывать  
И про пчёлку вспоминать



### Земляничка

Хитренькая ягодка  
Земляничка-бусинка  
Нежится на грядке,  
У малютки-ягодки  
Хитрые повадки,  
Хитрые повадки –  
Прятать чубик сладкий.  
Бурым листиком прикрылась,  
Невидимкой претворилась,  
Мол, иди меня найди...  
Ну, шалунья, погоди



### Инжир

Славится на целый мир  
Самый древний фрукт инжир,  
Он на колбочку похож,  
Сладким вкусом он хорош.  
На деревьях созревает,  
Юг и солнце обожает,  
Сохраняться может год  
Этот необычный плод

### Ирга

Ирга — совсем не кислая,  
А пресная такая,  
Растёт кустом раскидистым,  
Её не каждый знает.  
Посмотри внимательно,  
И увидишь что же? —  
На зёрнышки граната  
Ягодки похожи.  
Принесёшь иргу домой,  
Вымоешь под краном.  
Скажешь: «Вкус совсем другой:  
Он какой-то... странный...»





### Киви

Под шершавой кожурой,  
Сочный плод хранится мой,  
Он зеленый и зернистый,  
Нежный, сладкий и мясистый.  
Киви называюсь я,  
Мякоть вкусная моя —  
Кладезь витаминов ценных,  
Для здоровья драгоценных.

### Клубничка

Я - не птичка-невеличка.  
Я - полезная клубничка.  
Кто подружится со мной —  
Не простудится зимой!

### Клюква

Как в сахарной пудре,  
В мелком снегу  
Найти тебя в тундре  
Не сразу смогу.  
Любишь понежиться,  
Выждать свой срок...  
Прыгай, подснежница,  
В мой туесок.



## Кокос

Вот зреет на юге мохнатый Кокос,  
Не так уж давно щетиной он оброс.  
Неделю назад он был гладок и  
жёлт,  
Безвкусный и горький – никто не  
сорвёт.  
Но только пожгли его солнца лучи,  
Он сладок на вкус стал и меньше  
горчить,  
Крепчать скорлупа взялась к  
верным невздам,  
Не жёстко, как впрямь, с ним  
разится природа.  
Поспевшее семя – изысканный  
фрукт  
Собой тяготить стало родственный  
сук,  
Упало на зелень кустистой травы-  
Решенья судьбы на земле таковы.  
А в полдень его человек подобрал,  
Так смысл всей жизни Кокос  
осознал:

Чтоб был я кому-либо нужен и  
мил,  
Я должен быть спелым и вкусным  
ВНУ<sub>три</sub>!



### Лайм

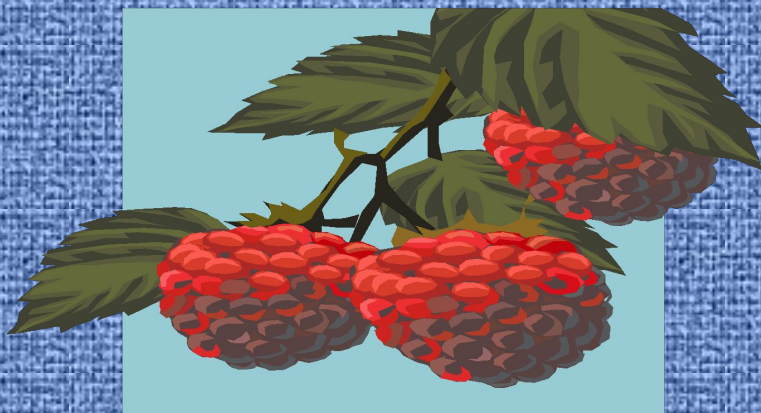
Лайм тропический  
Желто-зеленый и кислый  
Теплолюбивый  
И зреющий быстро.  
Он поможет при жажде  
И снимет усталость  
Жаль уже в магазине  
Его не осталось.

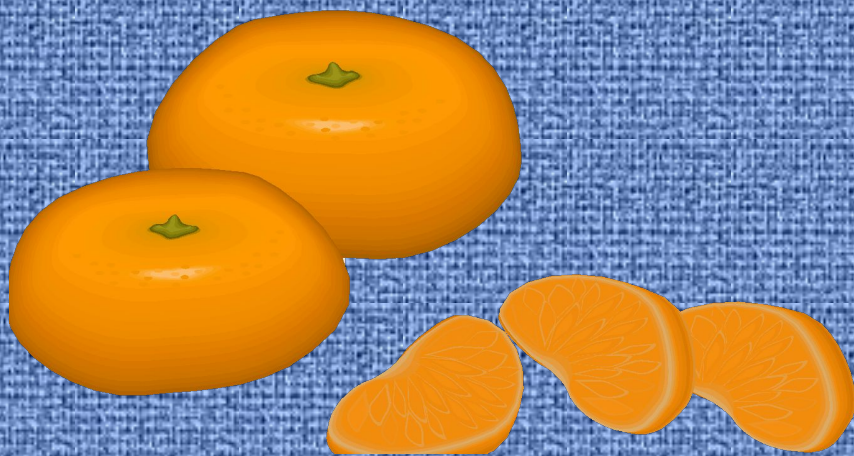
### Лимон

С желтой кожей лимон  
Витаминов полон он.  
В чай добавь его скорей –  
Станешь выглядеть бодрей

### Малина

Собирала я в лесу  
Ягоду малину.  
Я домой не донесу  
Полную корзину.  
Ягодка по ягодке,  
Ягодка по ягодке –  
Дело продвигается,  
Ягод убавляется...  
Солнце греет горячо,  
Далека дорога.  
Не отведать ли еще  
Ягодок немного.





## **Мандарин**

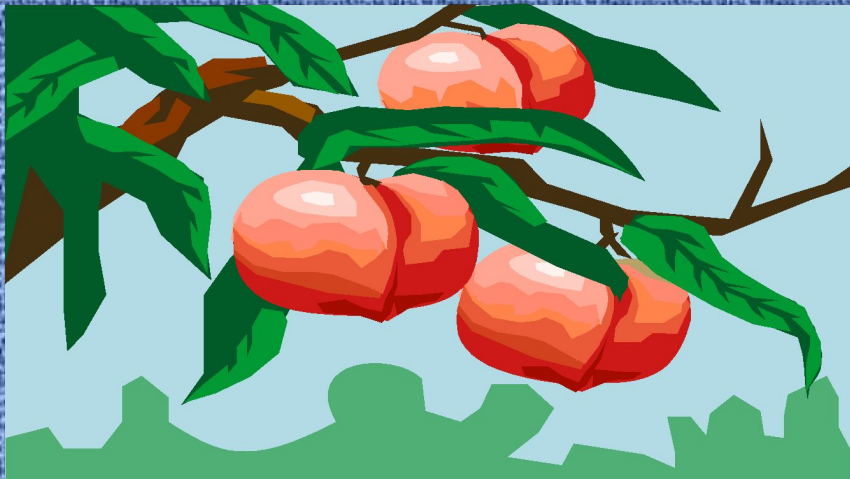
Мандарины — вкусно очень! —  
Ест малыш, когда захочет.  
Но под самый Новый год  
Мама вазу уберёт:

Не в буфет и не на полку —  
Уберёт её под ёлку...  
В новогодних мандаринах  
Вкус такой неповторимый!



## **Морошка**

Морошка, морошка,  
Тоненькая ножка.  
Ягодка - фонарик.  
Сладостью одарит.  
Осень подоспела,  
Ягода поспела.  
Спелая морошка-  
Желтая сережка.



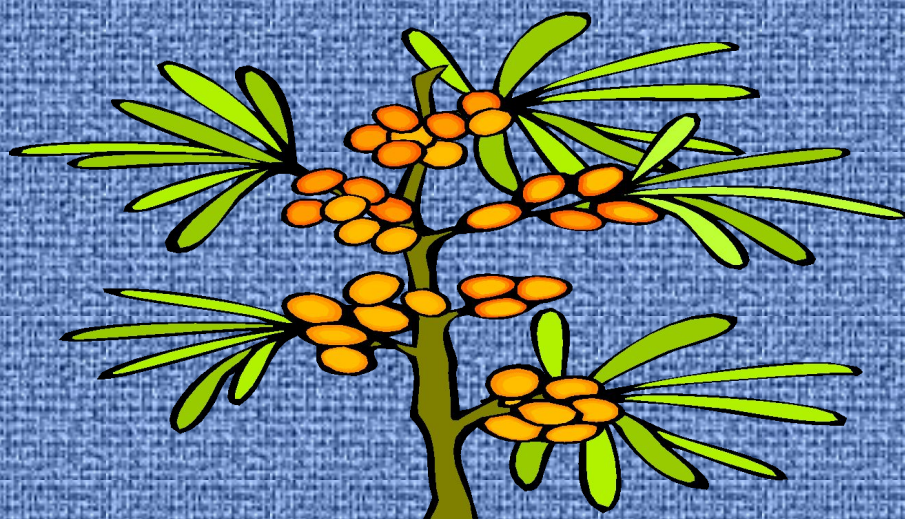
## Нектарин

Нектарин на что похож?  
На большую сливу.  
И на персик. Ну, а всё ж,  
Что это за диво?

Фрукт особый — кисло-сладкий.  
Он пока для нас — загадка.  
С удовольствием едим  
Сливу-персик-нектарин.

## Облепиха

На деревьях ягод вихорь!  
Это зреет облепиха.  
Приходите, приглашаем,  
Сбор устроим урожая!





### **Папайя**

Папайя... пара-па-па-пайя...  
Танцую румбу, молнией сверкая,  
И знойный танец искры высекает,  
Любовной страстью сердце наполняет,  
В руках партнера пластилином таю,  
И блески платья в такт любви  
мерцают...

А что «папайя»? При чем же здесь папайя?

А ни причем... Я просто так мечтаю.

### **Персик**

Мы с дедушкой  
Персик сажали в саду.  
Три года он рос  
У нас на виду.  
Когда же плоды?  
Не дождусь я никак...  
И вот, наконец –  
Каждый персик с кулак.



### Смородина черная

Что за куст такой душистый,  
Лист резной и бархатистый?  
Ягодки-подруженьки,  
Черные жемчужинки.

### Смородина красная

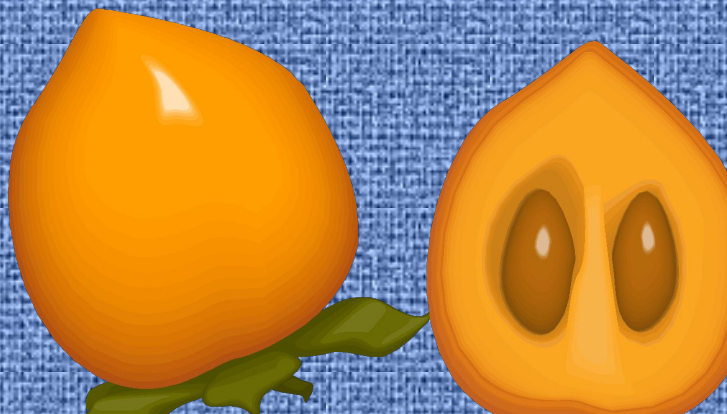
За день нами пройдена  
Красная смородина,  
Вся рубинами искрится,  
Ягод, столько не приснится!

### Смородина белая

У забора вроде бы,  
Тоже куст смородина.  
Ягода вся белая,  
Не пугайтесь, спелая!

### Хурма

Хурму привозят с юга к нам  
И рады мы таким дарам  
Природы щедрой южной:  
Давно врачами сказано,  
Что витаминов разных  
Нам очень много нужно!





### **Черемуха**

Вот черемуха в цвету,  
Как невеста во саду.  
Отцветет красавица,  
Ягодой прославится!

Автор: В. Сибирцев

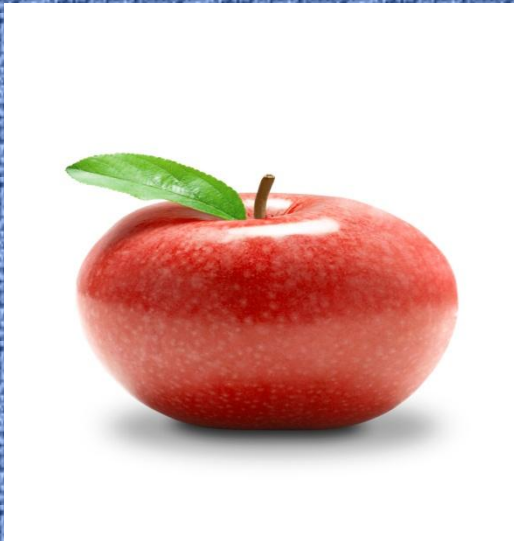
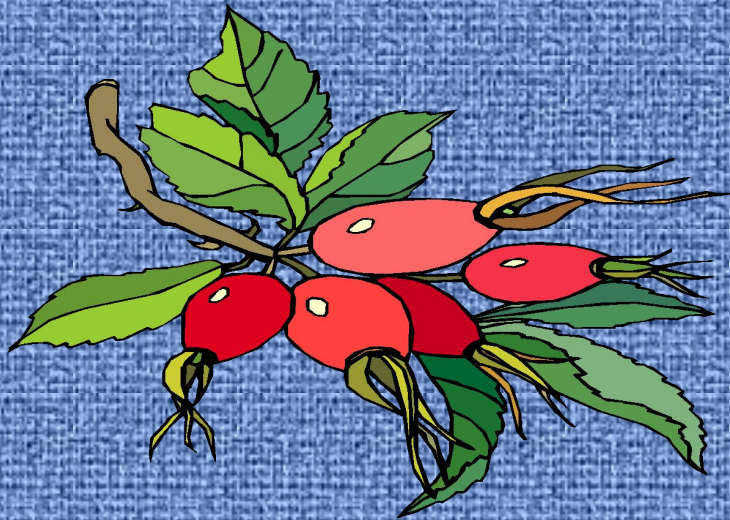
### **Черешня**

Так на вишенку похожа  
Словно младшая сестра.  
Так красива, так пригожа,  
А на вкус как хороша!

### **Черника**

Чернику рвите осторожно:  
Окрасит руки, как чернила;  
Отмыть их сразу невозможно,  
И не поможет даже мыло.

Но радует черника нас —  
Она полезная для глаз.



### **Шиповник**

Куст с шипами, куст колючий,  
Но совсем, совсем не злочий!  
Розой он цветет прелестной,  
Ягод нет его полезней!

### **Яблоко**

Яблочко над головою,  
Золотое, наливное!  
Ты в росе купалось,  
Солнцем утиралось!

# Поскорей – ка отгадай!

■ 1. На сучках висят шары -  
Посинели от жары.  
Синий мундир,  
Тёплая подкладка,  
А в середине сладко.  
(Сливы)

2. Длинноножка хвалится —  
Я ли не красавица,  
А сама-то — косточка  
Да красненькая кофточка.  
(Вишня)

■ 3. Я капелька лета на тоненькой ножке,  
Плетут для меня кузовки и лукошки.  
Кто любит меня, тот и рад  
поклониться.  
А имя дала мне родная земляца.  
(Земляника)

4. В лесу и на болоте  
Травку вы найдёте.  
А на ней синеет гроздь -  
Кисло-сладких ягод горсть.  
(Черника)

5. Сам алый, сахарный,  
Кафтан зелёный, бархатный.  
(Арбуз)

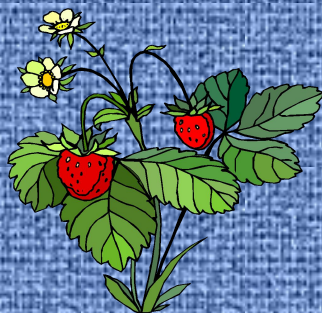
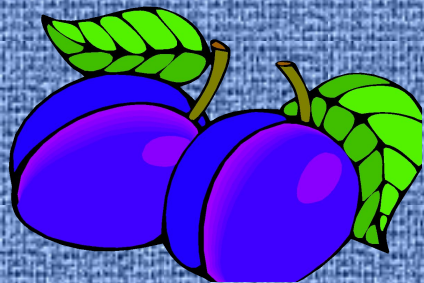
6. Яркий, сладкий, налитой,  
Весь в обложке золотой.  
Не с конфетной фабрики -  
Из далёкой Африки.  
(Апельсин)

7. Само с кулачок, красный бочок,  
Потрогаешь - гладко, откусишь -  
сладко.  
(Яблоко)

8. Осень в сад к нам пришла,  
Красный факел зажгла,  
Здесь дрозды, скворцы снуют,  
И, галдя, его клюют.  
(Рябина)

9. Что за плод - шкатулочка с секретом!  
Семена - стекляшки на вид,  
все прозрачные, все розового цвета,  
потрясешь, как странно, не звенит.  
(Гранат)

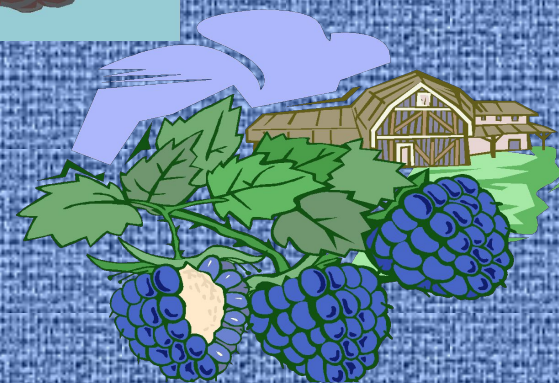
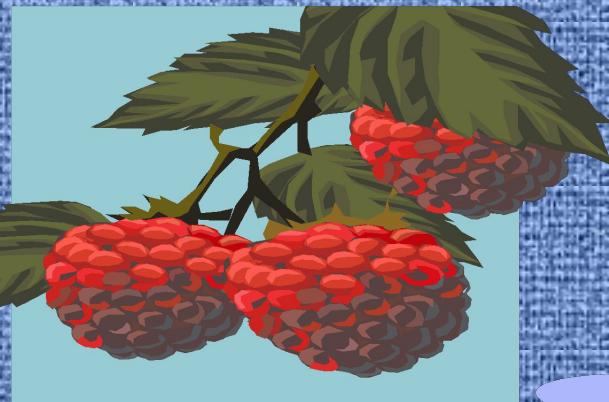
Отгадал ты молодец!  
Получи теперь ответ



# Отгадай – ка поскорей!

- 1. И красна, и кисла  
На болоте росла.  
(Клюква)
- 2. Две сестры летом зелены,  
К осени одна краснеет, другая  
чернеет.  
(Смородина)
- 3. Отгадать не очень просто -  
Вот такой я фруктик знаю -  
Речь идет не о кокосе,  
Не о груше, не о сливе, -  
Птица есть еще такая,  
Называют так же -  
(Киви)
- 4. Бусы красные висят  
Из кустов на нас глядят,  
Очень любят бусы эти  
Дети, птицы и медведи.  
(Малина)
- 5. Вкус у ягоды хорош,  
Но сорви её поди-ка:  
Куст в колючках, будто ёж -  
Вот и назван?..  
(Ежевика)
- 6. Низок, да колюч,  
Сладок да пахуч,  
Ягоды сорвешь - всю руку  
обдерешь.  
(Крыжовник)

Отгадал ты молодец!  
Получи теперь ответ.



# Польза фруктов и ягод

Все знают, что **фрукты и ягоды полезны для организма**. Они на 70% состоят из воды и содержат много полезных витаминов и минералов, а также фруктозу. Фруктоза усваивается медленнее, а исчезает из крови быстрее чем глюкоза. Польза фруктозы еще и в том, что она не способствует образованию жира. Фрукты и ягоды укрепляют иммунитет, препятствуют старению организма. Чтобы *сохранить максимум полезных веществ* делайте заготовки с минимальным количеством обработки.

Очень полезны протертые ягоды - минимум обработки сохранит не только все ценные вещества, но и вкус и запах. Зимой достав из холодильника баночку ягод, вы на миг окунетесь в аромат лета. Сушка и заморозка - экономные заготовки. Для сушки подойдут сахаристые сорта, а для заморозки самые отборные. при этом способе обработки сохраняется до 98% полезных веществ. Замороженные ягоды и фрукты почти не теряют полезных свойств.

