**Фасоль.**

Иногда ребенок отказывается кушать то или иное блюдо, и тогда мама назидательным тоном наставляет: «Ешь, там много витаминов!». А что это за существа такие невидимые, эти витаминки?.. И почему они в еде живут?.. Детям дошкольного и младшего школьного возраста трудно объяснить всю сложность устройства человеческого организма и процессов получения полезных веществ из пищи. Легче это сделать в игровой форме, используя стихи про овощи и фрукты, про пользу витаминов.

Мы, бобовые, гордимся,
Что для разных каш годимся,
Что плоды у нас в стручках,
Как в волшебных сундучках.
Но полезные белки
Мы не прячем под замки.
Те, кто с детства дружат с нами,
Те растут богатырями.

 В черной шляпе - топ да топ -
По дорожке скачет боб.
Подкрутил усы горох: чем я плох? Совсем не плох.
Говорит ему фасоль:
- Ты, горох, у нас - король. 

* Седая мудрость или фасоль творит чудеса!

***Поговорка***

«Если в доме кастрюлю с фасолью на плиту не ставят – в доме голодно».

***Загадки***

Кто тут самый музыкальный?
У кого слух идеальный?
Ноты: до-ре-ми-фа-соль
Знает каждая ……(фасоль).

Голова на ножке,

в голове горошки…(фасоль).

 В огороде хоть росла,
Знает ноты "соль" и "фа"

(фасоль).