***Детям о ягодах***

**Лето – сезон вкусных и полезных ягод. По мере созревания ягод рассказывайте детям о каждой из них, пробуйте их вкус, определяйте цвет, добавляйте в пищу! Так ребенок выучит не только названия этих ароматных плодов, но и еще и много новых слов - варенье, вареники, джем, желе, компот, коктейль, морс и другие.**

**Ягодами мы называем небольшие сочные плоды растений. Ягоды растут на деревьях, кустах и маленьких кустиках. Ягоды бывают садовые и лесные, съедобные и ядовитые.**

***Садовые ягоды***

**Садовые ягоды люди выращивают в саду. Они все очень полезны.**

**Клубника - это ароматная, сочная ягода, которая созревает самой первой. Садовая клубника является близкой родственницей лесной земляники. Растет на небольших кустиках на грядке. Семена клубники и земляники расположены не внутри, как у всех ягод, а снаружи. Из-за своего приятного сладкого вкуса клубнику любят взрослые и дети. Также она широко применяется в приготовлении различных десертов.**

**Смородина - полезная ягода кисловатого вкуса. Она бывает чёрная, красная, белая. Сорта смородины отличаются не только по цвету, но и по вкусу, по содержанию полезных веществ. Смородина растет на кустах. О красной смородине люди придумали такую загадку: «Она чёрная? Нет, красная. А почему же она белая? Потому что зелёная!» Незрелая красная смородина белого цвета. По мере созревания она краснеет. А "зелеными" называют ягоды, которые еще не созрели.   Из смородины делают желе, варенье, компот и мармелад.**

**Малина - это ягода малиново-красного цвета. Малина обладает целебными свойствами. Малиновый чай помогает излечить простуду. Растет на кустах, которые чуть ниже взрослого человека. Малину едят свежую, сушат, замораживают. Из малины готовят варенье, джемы, сиропы.**

***Лесные ягоды***

**Лесные ягоды растут в лесу. Они вырастают без помощи человека.  Они более ароматны, чем садовые.**

**Земляника - это мелкая, полезная и очень вкусная лесная ягода. По вкусу она напоминает садовую клубнику, но только она более сладкая и душистая. Земляника растёт на лесных обочинах и полянках.**

**Черника растет на небольших кустиках в лесу. Эта сине-черная ягода похожа на маленький шарик. Черника сладкая, ароматная и очень полезная. Чернику едят в свежем и сушёном виде. Из неё делают сироп, компот, желе, мармелад, кисель и варенье.**

**Клюква  - одна из самых кислых ягод. Она растёт во влажных лесах на болотах. Ягоды – маленькие, круглые и красные. Созревает клюква поздней осенью. Ее плоды можно увидеть даже под снегом. Клюква богата витаминами и помогает в борьбе с простудой. Из клюквы варят варенье, кисели, делают морс, квас и желе.**

**Кроме полезных ягод в лесу растут и ядовитые ягоды (например, волчья ягода), поэтому собирать ягоды в лесу можно только вместе с взрослыми.**

***Ягоды на тарелке***

**Начало июля – удивительное время, когда в саду уже появляется смородина, малина, крыжовник, в лесах – черника и ежевика. А на грядке еще можно найти последнюю клубнику. Предложите ребенку побыть настоящим дегустатором - сделайте ассорти из свежих ягод, а ребенок с закрытыми глазами пусть опишет вкус ягоды и попробует угадать, какаю из ягод он попробовал.**

**Из оставшихся ягод приготовьте необычайно полезный напиток – смузи. Этот густой напиток готовится из взбитых в блендере или миксере ягод с добавлением молока или йогурта, по желанию можно добавить лед. Уверены, такой питательный ягодный напиток придется по вкусу каждому ребенку!**

****

**Подготовил воспитатель Смолева Л.А.**

***ГРИБЫ - ДРУЗЬЯ И ВРАГИ***

**Как известно, "тихой" охотой называют сбор грибов.**

**Но, к сожалению, в последнее время, в связи с ухудшением экологической ситуации, сбор грибов стал небезопасен. Даже опытные грибники становятся жертвой отравления грибами, растущими вдоль дорог, шоссе, заводов и стоков.**

**Охотника за грибами в сравнительно экологически благополучных областях подстерегает другая опасность: не все ядовитые грибы так ярки и бросаются в глаза, как красный мухомор: напротив, зачастую несъедобный и ядовитый гриб маскируется под съедобный, и различить их сможет только опытный грибник. Помните: если есть хоть малейшие сомнения, не следует брать гриб: лучше вернуться из лесу с пустой корзиной, нежели съесть одну бледную поганку. Человека, съевшего этот гриб, спасти еще не удавалось никому.**

**При употреблении в пищу ядовитых грибов развиваются следующие признаки отравления:**

**сухость во рту, жажда, возбуждение, нарушение зрения и дыхания, слабость, появляются холероподобные признаки: рвота, понос.**

**Пострадавшего необходимо как можно скорее доставить в медицинское учреждение, при невозможности сделать это в ближайшее время, можно предпринять следующее:**

* **Вызвать рвоту, желательно в первые 30 минут после поедания**
* **Для "разбавления" яда - обильное питье: теплый чай, кипяченная вода**
* **Принять активированный уголь в расчете одна таблетка на 10 килограмм веса**

**Очень часто жертвами грибного отравления становятся дети, поедающие дикорастущие грибы. Внимательно следите за участком, на котором гуляют дети, своевременно удаляйте грибы. Чаще всего они произрастают в сырых, затененных местах, возле старых деревьев, пней. Более старшим детям объясните опасность употребления в пищу грибов.**

**Таким образром, чтобы не превратится в ходе "тихой" охоты из охотника в жертву, соблюдайте следующие правила:**

* **Не собирайте незнакомые грибы**
* **Не собирайте грибы, растущие вдоль обочины дорог**
* **Не употребляйте в пищу старые, лежалые, испорченные грибы**
* **Не храните обработанные грибы более суток**

**Различайте** **съедобные и несъедобные** **грибы:**

|  |  |
| --- | --- |
| ***съедобные*** | ***несъедобные, ядовитые*** |
| **шампиньон****Растет на перегнойных почвах, на навозных и мусорных кучах в огородах, на лугах и у дорог. Шляпка полукруглая, с возрастом зонтообразная, с мелкими буроватыми чешуйками. Окраска белая, с сероватым или желтоватым оттенком.****Низ пластинчатый, сначала розоватого, потом красно-бурого цвета.****У молодого гриба низ затянут пленкой, которая у взрослого гриба лопается и остается на ножке в виде кольца.****Ножка тонкая, белая, плотная.** | **бледная поганка****Встречается в смешанных и лиственных лисах. Самый опасный для человека гриб, очень ядовит.****Шляпка взрослого гриба плоско-выпуклая, зеленоватого или желтоватого цвета, в центре темнее.****Низ пластинчатый, белый, ножка тонкая, ровная, с белым кольцом и мешковидным чехлом внизу.** |
| **опенок****Растет семьями на пнях, на корнях.****Шляпка плоско-выгнутая,серовато-желтая или бурая, низ - желтовато-серый, пластинчатый, у молодых грибов затянут пленкой. Ножка тонкая, с кольцом, мякоть белая, с приятным запахом** | **опенок ложный****Растет на гнилой древесине или пнях.****Шляпка зонтообразная, красноватая или серо-желтая. Пластинки у молодых грибов желтые, потом черная. Ножка ровная, к основанию суженная. Мякоть светло-желтая.** |
| **белый гриб****Шляпка молодого гриба полушаровидная, с возрастом становится плоско-выпуклой. Низ шляпки матово-белый, у взрослого гриба - желтовато-зеленый. Ножка толстая, к основанию утолщается, с белым узорчатым рисунком мякоть белая, при изломе цвет не меняется** | **сатанинский гриб****Шляпка плоско-выпуклая, ножка толстая, при основании утолщенная, с красноватым сетчатым узором., у земли кирпичного цвета. Мякоть белая, при надломе сначала краснеет, потом синеет.Низ шляпки красный** |

**Подготовил воспитатель Смолева Л.А.**