

# Календарь природы

Время года

Осень

# Самое красочное время года



- Осенью вся природа окрашивается в яркие цвета.
- Созревают плоды
- Особенно красиво выглядят созревшие, но ещё не сорванные с деревьев фрукты.

# Российский фрукт



На территории нашей страны самым распространённым фруктом являются яблоки.

Яблоки – любимое лакомство россиян.

С древних времён люди считали, что яблоки продлевают жизнь и дают человеку силу!

# Яблоки – это вкусно!



# Яблоки – это полезно!



**Яблоко.**

Благостное растение, увеличивает честность. Когда человек обманывает - у него ферментативные функции печени нарушаются, а яблоки восстанавливают это. Лечит печень, снимает напряжение в суставах, нормализует и успокаивает работу пищеварительного тракта, даёт спокойствие.

[www.torsunov.ru](http://www.torsunov.ru)  
[vk.com/o\\_torsunov](https://vk.com/o_torsunov) [youtube.com/user/torsunov](https://youtube.com/user/torsunov)



## Польза яблок для организма человека



В химическом составе яблок содержатся дубильные, минеральные и пектиновые, азотистые вещества, железо, калий и др., клетчатка. По содержанию витаминов яблоки необыкновенно богаты, содержатся в них витамины А, С, РР, Е, К, Р, группы В, фолиевая кислота, инозит.

## 7 причин по которым нужно есть яблоки:

- 1). Яблоки защищают от болезни Альцгеймера.
- 2). Яблоки служат отличной профилактикой против рака.
- 3). Яблоки полезны для профилактики повышенного уровня холестерина.
- 4). Яблоки полезны для сердца и сосудов.
- 5). Яблоко защитит от диабета.
- 6). Яблоки способствуют снижению веса.
- 7). Яблоки после еды (особенно углеводной) защищают зубы от кариеса.



# Художники о яблоках



- Нет ни одного художника, который бы не рисовал этот фрукт.
- Натюрморт Поля Сезанна
- Яблоки Ван Гога

# Современные художники



- Яблоки вкусны, красивы, очень полезны и люди не перестанут их воспевать в своих картинах.
- Картина Бориса Литовченко «Яблоня»
- Натюрморт Елены Шумаковой.