Biológia to je veda,

ktorá dá do života veľa.

Poznať smrek, muchotrávku a jeleňa,

to je teraz pre nás už malina.

*(Adámeková D., Bokorová A., Bokorová P., Cifferiová V., Kučerová A., I.A)*

Biológia, to je predmet,

neovláda ju každý medveď.

Je to veda zložitá,

ako stonka malinká.

Zvieratá a rastliny,

to sú naše listiny.

Praslička a snežienka,

to je naša záhrada.

*(Kantorová T., Stanová N.,*

*Kučerová P., Oláhová D., I. A)*

Ráno káva nie je zdravá,

a nie je základ zdravia.

Zeleninu, ovos, kakao si daj,

aspoň trochu vitamínov v sebe maj.

Denne vypi veľa vody,

dostane ťa do pohody.

Aj zelený čaj si daj,

 tráveniu si napomáhaj.

*(Vrbiniaková V., Slováková D.,*

*Nagyová N., Karásek J. III.B)*

Vitamíny, ktoré sa rozpúšťajú v tukoch sú DEKA,

ich funkcia je veľmi dôležitá pre vývin tela.

Aby sme mali dobrý zrak,

musíme prijať retinol, však?

Naša strava pestrá musí byť,

aby naše kosti mohli zdravo žiť.

Kto neprijíma vitamíny,

stratí, veru, veľa sily.

*(Gemerová M., Kelemenová E.,*

*Segečová R., III.B)*

Retinol je vitamín,

ktorý je pre zrak potrebný.

Treba jesť veľa bielkovín,

ovocia, zeleniny a rýb.

Káva ti rozhýbe každý sval,

ale radšej vodu a mlieko si daj.

*(Forgáčová M., Miklóšová S.,*

*Brezňanová G., Lörinčíková T., III.B)*

Naše telo potrebuje vápnik,

inak by sme len slabli.

Vitamín B2 podporuje naše nervy,

pri písomke nám išiel na nervy.

Vitamíny DEKA sú rozpustné v tukoch

a potrebujeme aj veľa minerálnych látok.

Ovocie by sme mali papať každý deň,

aj zeleninu si dáme pre náš lepší deň.

(*Berkyová R., Kajbová A.,*

*Babicová M., Chlpáňová M., III.B)*