

Тема:

«Полезное-рядом»



Работа выполнил ученик 1
класса Потапов Кирилл
МОБУ СОШ с Мурсалимкино

Руководитель: **Шакирова А Ф**

Цель:

Узнать о полезных свойствах лука.



Задачи:

- 1) Посмотреть материалы в сети Интернет**
- 2) выяснить, где родина репчатого лука**
- 3) доказать, что лук является хорошим лекарственным препаратом**



■ **ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ:**

- -лечебные свойства лука
- -механизм лечебного действия лука на организм человека

■ **ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ:**

- лук

Гипотеза:



**Если я изучу
целebные свойства
лука, то смогу
использовать их при
лечении
заболеваний**

Методы и средства:

1. Опрос ребят моего класса;
2. Изучение материалов;
3. Подумать самостоятельно;
4. Анализ собранного материала.

Сортов лука на земле очень много. Где-то около 500-600
ВИДОВ.

Родина репчатого лука-Юго-
Западная Азия.



**Лук -
шнитт**



**Лук -
слизун**



**Лук -
шалот**



**Многоярусный
лук**



**Лук -
порей**



**Репчатый
лук**

Репчатый лук



**Свежий репчатый лук
возбуждает аппетит,
усиливает выделение
пищеварительного сока,
способствует лучшему
усвоению питательных
веществ.**

Лук-батун



На родине растения настой из листьев батуна используют при желудочно-кишечных заболеваниях, как болеутоляющее и потогонное средство.

Батун применяют для производства препаратов, понижающих артериальное давление и повышающих эластичность капилляров.

Лук-порей

- ✓ повышает аппетит;
- ✓ улучшает пищеварение, деятельность жёлчного пузыря и печени;
- ✓ обладает мочегонным действием;
- ✓ полезен при ожирении, ревматизме, подагре



Черемша



- препятствует накоплению холестерина в крови;
- улучшает пищеварение;
- стимулирует сердечную деятельность;
- употреблять её при цинге и атеросклерозе;
- как наружное при ревматизме;
- при различных кишечных инфекционных заболеваниях



Душистый лук



Используется при заболеваниях сердца, гастрите, неврастении, бронхите.

Повышает иммунитет.



Без лука не
обходится ни одна
кухня мира.





В народной медицине лук — популярное средство для профилактики и лечения вирусных и респираторных заболеваний



Лечение кашля:



- мелко нарезать несколько луковиц
- положить их в стеклянную посуду

- густо посыпать сахарным песком
- дать постоять



- образовавшийся сок пить по 1 столовой ложке 4—5 раз в день.



ИНТЕРЕСНО!!!



При слабом росте волос, перхоти сок из лука втирают в кожу волосистой части головы за 20-30 минут до мытья волос.



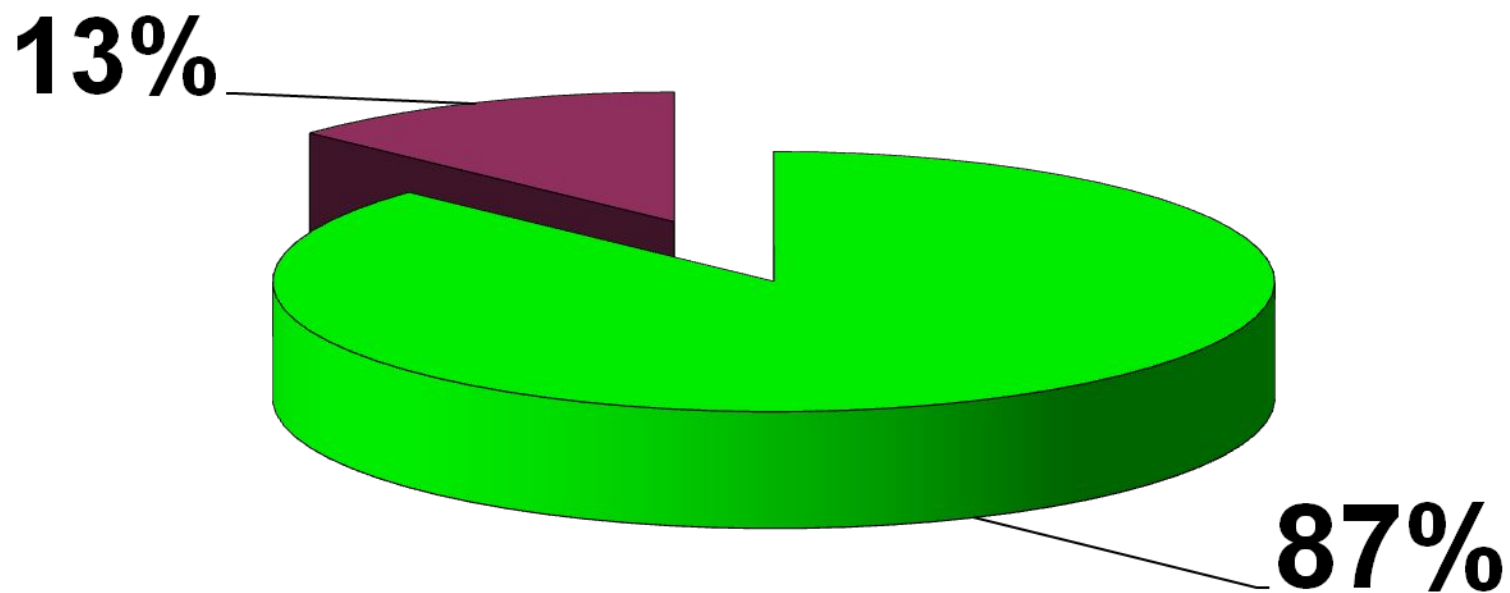
ИНТЕРЕСНО!!!

**В 100 ГРАММАХ ЗЕЛЕНОГО
ЛУКА СОДЕРЖИТСЯ 50
ГРАММ ВИТАМИНА С**

Лечение насморка:



Знаете ли вы, что луком можно лечить разные заболевания?




■ да

■ нет

ВЫВОД:

- Лук — это не только мощный природный **антибиотик**, но и **источник** многих **витаминов**.
- Большое содержание фитонцидов позволяет **эффективно** применять лук **для лечения** и профилактики гриппа и простуды.
- Однако, **с целью профилактики** этих заболеваний, лук употребляют только **53%** опрошенных.

В период болезни **в домашнем лечении** целебные настои из лука применяют только **23%**, хотя о его лечебных свойствах знают **87%** обучающихся моего класса.



*Не будем забывать о рекомендациях
наших бабушек,
которые советовали употреблять
лучок каждый день
для аппетита и на здоровье*

