

# 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.



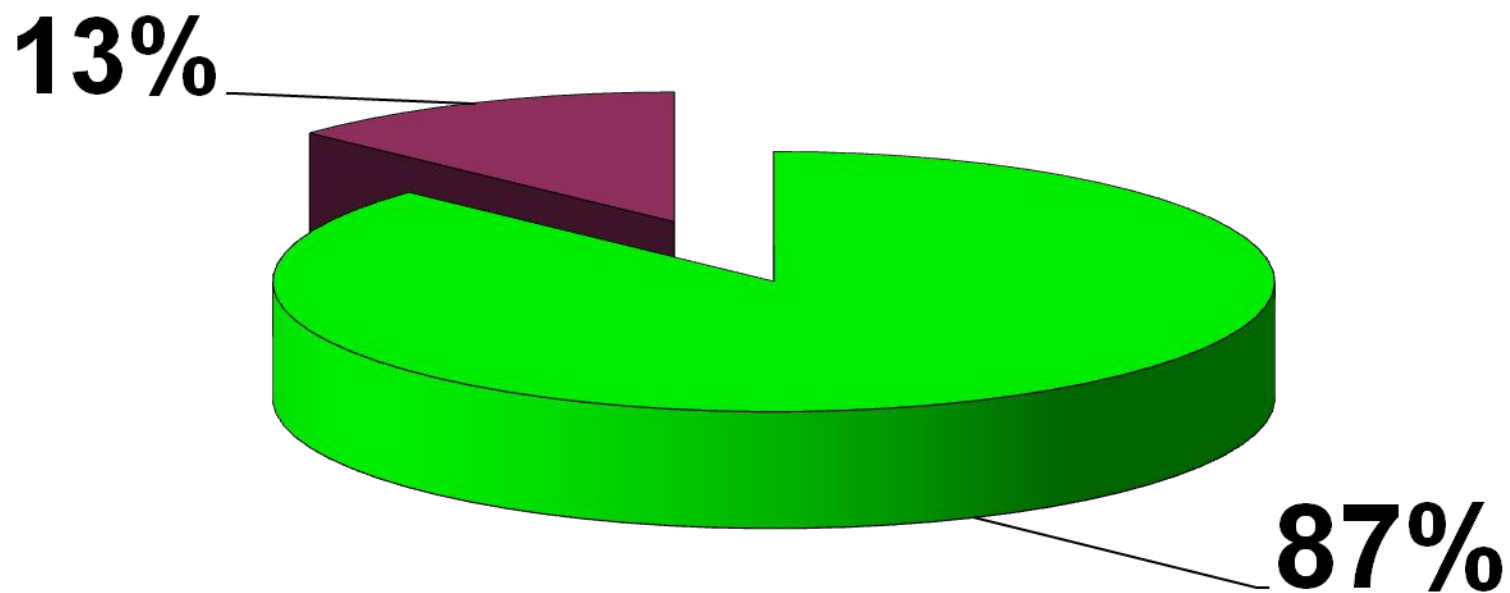
**ИНТЕРЕСНО!!!**

**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*



