МБОУ Увельская СОШ №1

Исследовательская работа

Лимон нам в помощь

Выполнила:
Ученица 4а класса,
Шлахтина Настя

Руководитель:
Маусумбаева
Елена Вениаминовна

п. Увельский
2015 год

Цель:

изучить роль лимона в жизни человека, выделить его полезные свойства, которые можно использовать в жизни.

Задачи:

- **изучить историю использования лимона человеком;**
- **изучить литературу о целебных свойствах лимона;**
- **собрать и проанализировать информацию о полезных свойствах лимона;**
- **провести анкетирование среди учащихся, чтобы выявить знания одноклассников о пользе лимона;**
- **провести серию опытов по изучению полезных свойств лимона и взаимодействия его с другими веществами;**
- **создать для учащихся буклет, отражающий полезные свойства лимона.**

Объект исследования:

лимон

Предмет исследования:

полезные свойства лимона

Гипотеза:

лимоны обладают не только целебными свойствами, но также обладают рядом полезных свойств, которыми пользуется человек в жизни.

Интересные факты о лимоне :

ФИЛОСОФ
ТЕОФРАСТ

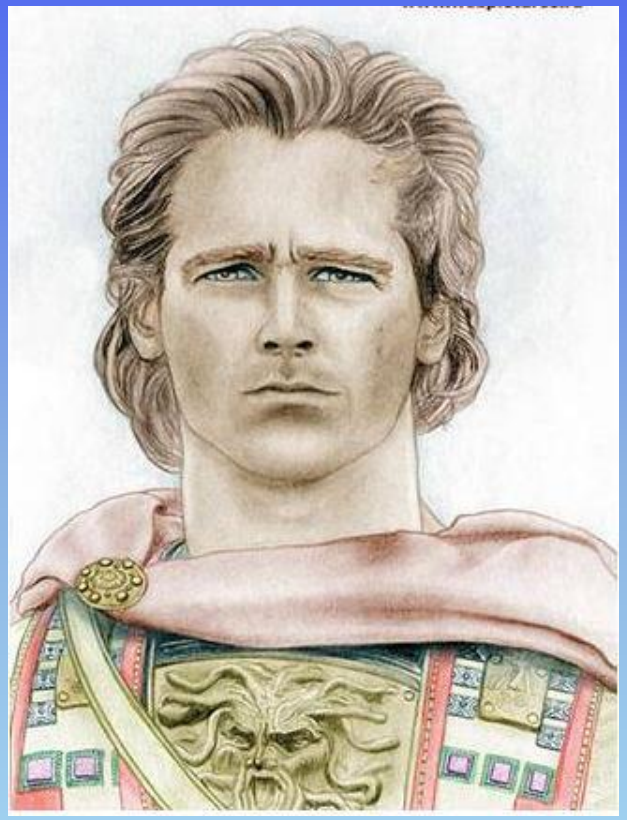
Теофраст писал, что душистый плод не употребляли в пищу, а использовали только для борьбы с молью.

Интересные факты о лимоне :

Вылечил лимоном многих моряков от цинги.

Мореплаватель Джеймс Кук

Интересные факты о лимоне :



Александр Македонский

Войска Александра Македонского привезли лимоны из Индии в Европу. Тогда лимон назвали «индийское яблоко».

Интересные факты о лимоне :

Петр I

В Россию лимон попал во времена Петра I .

ПАВЛОВСКИЙ ЛИМОН

Памятник Павловскому лимону 2005 год

ХАРАКТЕРИСТИКА РАСТЕНИЯ

Лимон вечнозеленое, многолетнее растение высотой до 5 метров

И целебен, и полезен…

Влияние лимона на здоровье:

Лимон, как косметическое средство:

Лимон- помощник в хозяйстве:

Свойства лимона:

тонизирующее

антисептическое

бактерицидное

общеукрепляющее

восстанавливающее

отбеливающее

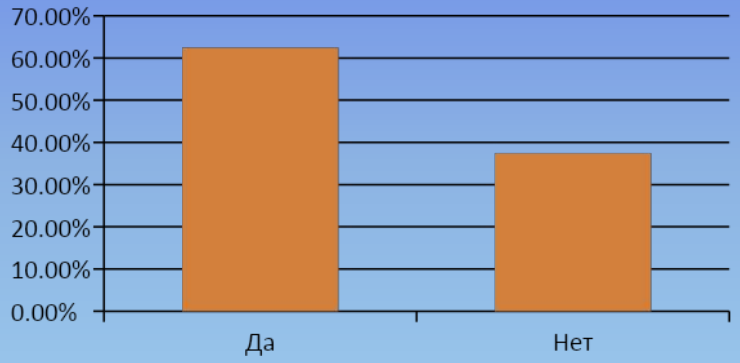
ароматизирующее

Вопросы анкетирования:

- Какое растение, по-твоему, обладает лечебными свойствами в большей степени: мандарин, апельсин, грейпфрут, лимон?
- Любишь ли ты лимон?
- Где используют лимон?
- Знаешь ли ты о полезных свойствах лимона?
- Знаешь ли ты, что лимон выводит пятна?
- Можно ли писать соком лимона?

Результаты анкетирования учащихся:

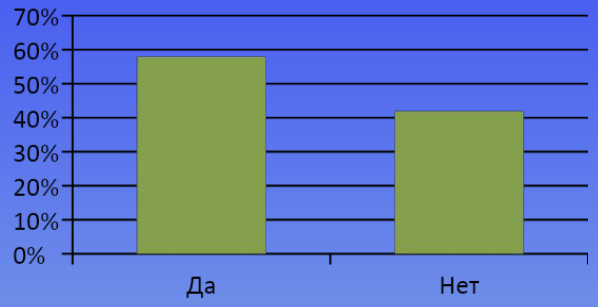
100% опрошенных знают о целебных свойствах лимона.



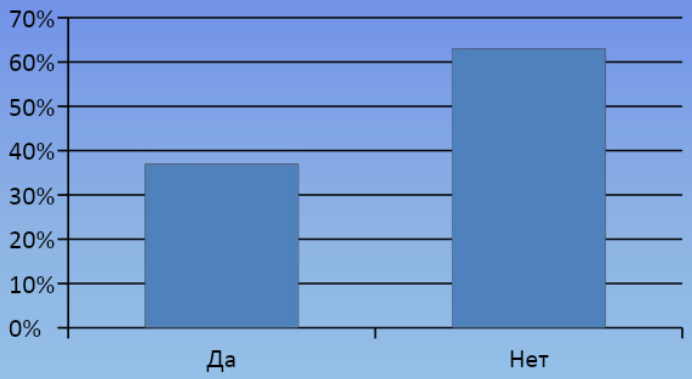
Большинство ребят (62,5%) любят лимон.

96% отметили использование лимонов в еде, 79% знают об использовании лимонов в медицине, 29% детей знают о применении лимона в косметике и 12,5% слышали об использовании лимонов в быту.

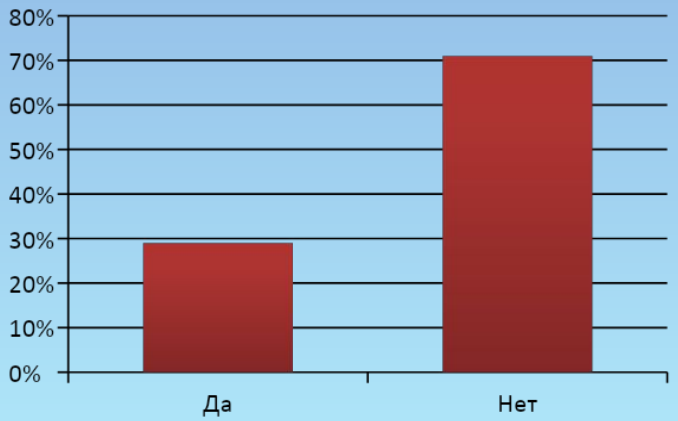
Результаты анкетирования учащихся:



58,3% опрошенных знают о полезных свойствах лимона, 41,6% детей не слышали о таких свойствах лимона.



62,5% опрошенных не знают, что лимон выводит пятна.

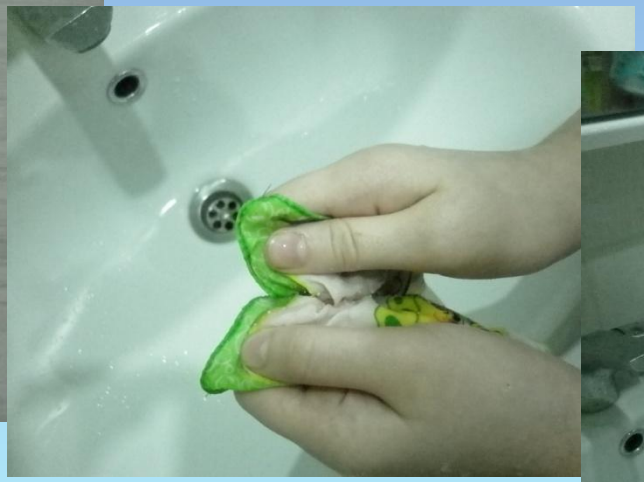


70,8% опрошенных не знают, что можно писать лимонным соком.

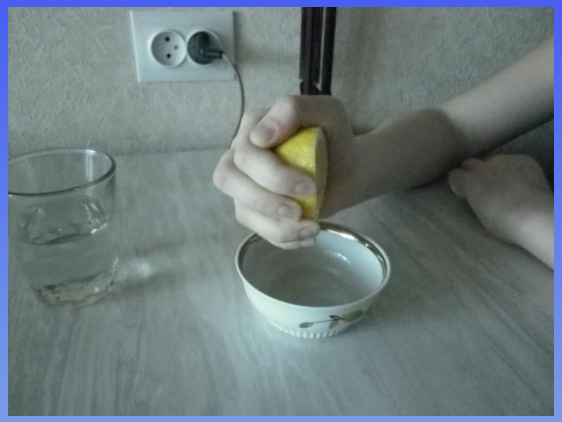
Опыт№1. Чай с лимоном

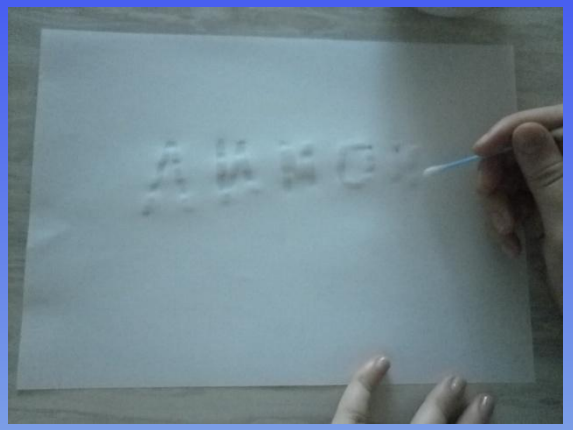
Опыт№2. Яблоко и лимон

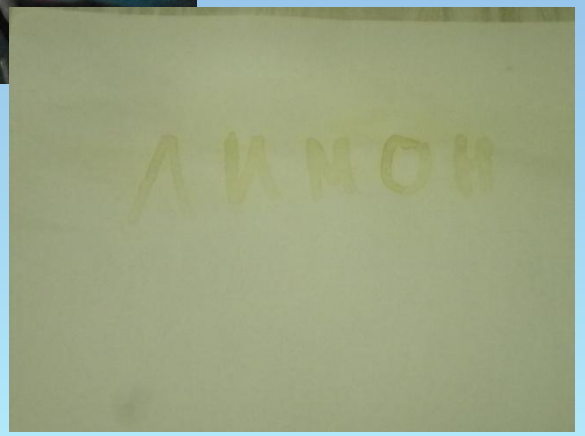
Опыт№3. Лимон - пятновыводитель



Опыт№4. Невидимые чернила







ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

1. Опытным путем мы подтвердили гипотезу, что лимоны обладают не только целебными свойствами, но и имеют полезные свойства при взаимодействии с другими веществами, которые человек использует в жизни.

2. Включение лимона в ежедневный рацион положительно влияет на здоровье человека.

3. Лимон незаменим в нашей жизни мы его используем очень часто, даже не подозревая об этом.

Буклет «Вся польза лимона»

О том, что лимон можно использовать в самых разных целях в домашнем хозяйстве, знают немногие. А ведь это верный и совершенно безвредный помощник, что особенно важно, если у вас бывает аллергическая реакция на средства бытовой химии.

Лимон для красоты

Для кожи:
Лимон известен своими отбеливающими свойствами.

Для зубов:
чтобы избавиться от зубного налёта.

Для волос:
чтобы придать блеск потускневшим волосам, лимонный сок смягчает жёсткую воду.

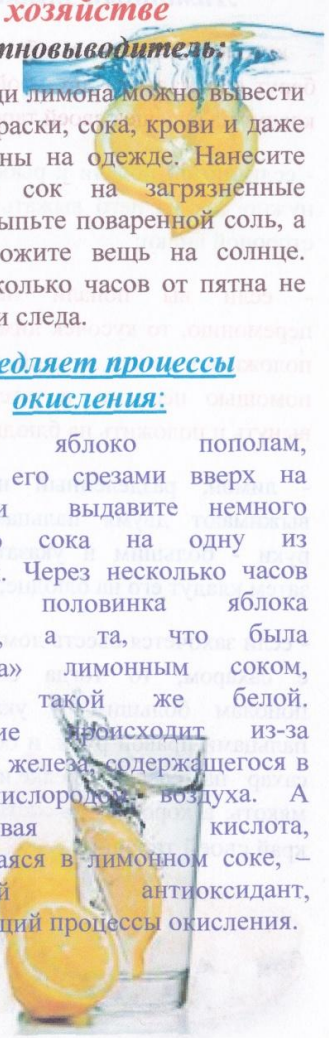
Для ногтей:
сок лимона не только укрепит их, но и отбелит, и придаст блеск.

Для цвета лица и стройности фигуры:
очень полезно начинать каждое утро с чашки горячей воды с лимонным соком.

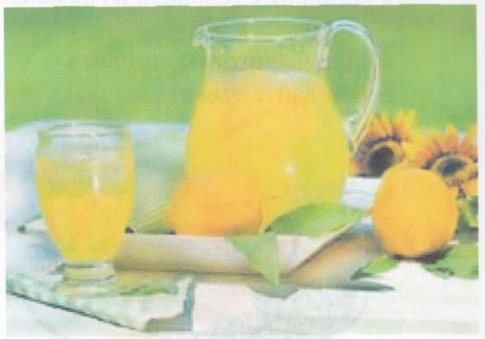
Лимон в домашнем хозяйстве

Пятновыводитель:
при помощи лимона можно вывести пятна от краски, сока, крови и даже от ржавчины на одежде. Нанесите лимонный сок на загрязненные места, посыпьте поваренной соль, а затем положите вещь на солнце. Через несколько часов от пятна не останется и следа.

Замедляет процессы окисления:
разрежьте яблоко пополам, положите его срезами вверх на блюдце и выдавите немного лимонного сока на одну из половинок. Через несколько часов «чистая» половинка яблока потемнеет, а та, что была «защищена» лимонным соком, останется такой же белой. Потемнение происходит из-за окисления железа, содержащегося в яблоке кислородом воздуха. А аскорбиновая кислота, содержащаяся в лимонном соке, – природный антиоксидант, замедляющий процессы окисления.

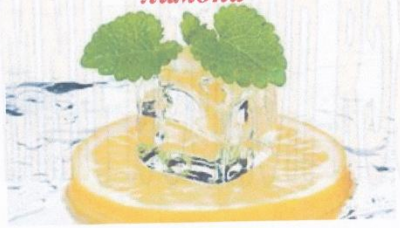


Вся польза лимона



Буклет «Вся польза лимона»

Советы по использованию лимона



1. Соблюдая меры предосторожности и рекомендации врачей, ешьте как можно чаще лимоны. В скором времени вы забудете, что такое усталость, тоскливое настроение.

2. В повседневной жизни смело пользуйтесь народными средствами лимона.

3. Пейте лимонад, приготовленный в домашних условиях из лимонов.

4. При чаепитии с лимоном соблюдайте этикет.

Лимонный этикет

- кусочек лимона с общего блюда берут специальной двузубой вилкой и кладут на краешек своей тарелки;

- если лимон подали к рыбе, мясу, то нужно сок из него выжать выпуклой стороной вилки;

- если вы попали на чайную церемонию, то кусочек лимона нужно положить в чашку ложкой, выдавить с помощью нее сок, а затем кусочек вынуть и положить на блюдце;

- лимон, разделенный на дольки, выжимают двумя пальцами правой руки - большим и указательным, а затем кладут его на блюдце;

- если захочется съесть ломтик лимона с сахаром, то тогда согните его пополам большим и указательным пальцами правой руки, и обмакните в сахар на своей тарелке и скушайте мякоть, а корочку положите на левый край своей тарелки.

Лимон для здоровья

От головной боли:
нужно нанести несколько капель лимонного сока на виски.

От простуды и боли в горле:
приготовьте себе чашку горячей воды с лимоном и мёдом.

Источник витаминов:
богат минеральными солями и лимонной кислотой, витаминами A, B1, B2 и D, поэтому его употребление очень полезно для кожи.

СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!