



«Кәкен Аханов атындағы орта мектебі» КММ

Ғылыми жұмыс.

Тақырыбы:

Сәбіз және оның пайдасы.

Дайындаған: Мәжитова Інжу

Сынып жетекшісі: Нурғалиева Н.Е.

2022 жыл





Жоспары

I. Кіріспе

II. Негізгі бөлім

2.1. Сәбіз өсімдігі туралы мағлұматтар

2.2. Сәбіздің сорттары

2.3. Сәбіз өсімдігінің емдік қасиеттері

2.4. Сәбізден жасалатын тағам және салат түрлері

III. Қорытынды



I. Кіріспе

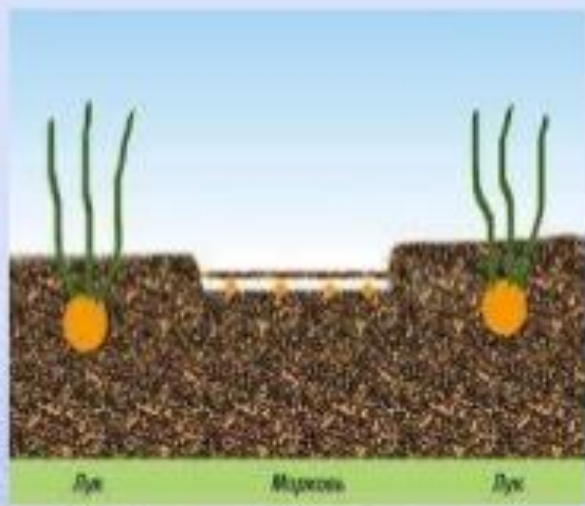
Көкөністердің 80 тұқымдасының 600-ден астам түрі өсіріледі. Жеміс ұрықтылар қызанақ, қияр, бұрыш.

Жапырақтар :қырыққабат, салат,пияз, және сарымсақ.

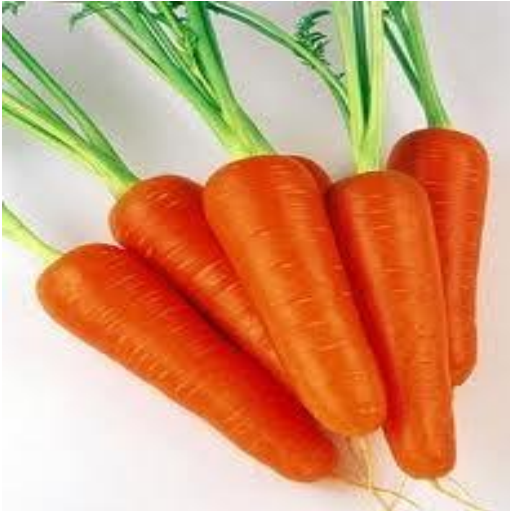
Тамыр жемісті өсімдіктер: сәбіз ,қызылша, ақжелкен ,шалқан.

Нақты деректер бойынша бізге дейінгі 1000 –ыншы жылдары - ақ ежелгі Қытай,Рим,Мысыр көкөністермен айналысқан екен.

Соның ішіндегі көкөністің бірі - сәбіз



Сәбіз дақылының тұқымын егу, өсуі, гүлдеуі, жеміс беруі



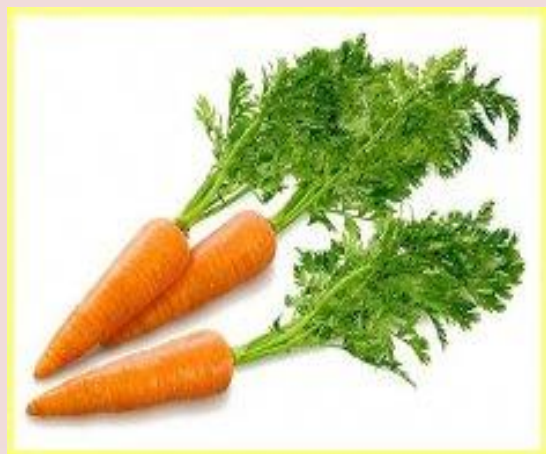


2.2. Сәбіздің сорттары

Сәбіз барлық жерде өседі. Азықтық және асханалық сұрыптары бар. Асханалық сұрпы онша ірі емес, тамыр жемісі жұмсақ, қантты болады.

Қазақстанда аудандастырылған негізгі сорттары:

Бирючуктская , Витаминная 6, Консервная, Мирзои сарысы , Мирзои қызылы , Нантская , Шантанэ .



2.4. Сәбізден жасалатын тағам және салат түрлері







III. Қорытынды

Адам ажарлы көрініп, өзіні жақсы сезіну үшін жақыс тамақтанып, дәрумендермен ағзаны сақтайтын заттар мен қамтамасыз ету керек. Сонда көбірек қуатқа ие боласыз. Біз ең кем дегенде 1 рет сәбіз жеуіміз қажет. Сәбіз тағамдарды түрлендіреді.

Ал дәрумендермен ағзаны сақтайтын заттар мен қамтамасыз етеді. Сондықтан да сәбіз өсімдігін көбірек жеуіміз қажет.



