

Султангуловский филиал  
МОУ Рысайкинской СОШ  
Похвистневского района  
Самарской области

# Чеснок – наш добрый друг и доктор

Выполнили учащиеся 2 класса:  
Митрофанова Анастасия,  
Моисеева Лилия,  
Петрова Антонина  
Руководитель: Мордовская  
Галина Зиновьевна.

Султангулово 2010



## **Проблема:**

***Осенью и весной обостряются простудные заболевания. Начинается эпидемия гриппа. Лекарства не всегда имеются. И на помощь приходят народные средства и в том числе***



**Цель:**

**Создание рекламного  
буклета «Чеснок – наш  
добрый друг и доктор»**

# Задачи:

- **Найти информацию о родине чеснока, легенды и мифы, загадки, пословицы и поговорки.**
- **Выяснить полезные свойства чеснока, применение в качестве лечебного средства и в кулинарии.**
- **Подобрать несколько народных средств лечения чесноком от гриппа и простудных заболеваний, рецепты блюд с чесноком.**

# Гипотеза:

**Если больше знать о полезных и целебных свойствах чеснока и правильно употреблять его, то можно уберечься от различных болезней.**




**Продукт:  
Рекламный буклет «Чеснок –  
наш добрый друг и доктор».**



A wicker basket filled with garlic bulbs, resting on green grass. The basket is made of woven twigs and has a handle. The garlic bulbs are light brown and have some dried leaves attached. The background is a blurred green field.

**Родина чеснока.**

**Родина чеснока – Средняя Азия.  
Возделывали его и в Древнем  
Египте, Греции, Риме, Индии.**



## **Название чеснока.**

**Русское название «чеснок» произошло от слова «чесать» (обрывать, отделять), потому что луковица чеснока легко разделяется на дольки – так называемые «чесы».**



# Ботаническая

## характеристика

Чеснок – многолетнее растение семейства лилейных, растет как лук-порей, достигая высоту 60 см. Клубнелуковица состоит из 12 и более зубчиков. Луковицы готовы к уборке через 4-6 месяцев, их подсушивают на солнце и собирают в связки.





# Легенды и мифы

**Арабская легенда гласит: когда дьявола изгнали из садов Эдема, из отпечатка одной ноги вырос чеснок, а из отпечатка другой – лук. В Библии не раз упоминается об этом полезном растении.**

**В Древнем Египте строителям пирамид щедро добавляли в пищу чеснок, который прибавлял им сил и защищал от болезней. Также чеснок был обнаружен в гробнице Тутанхамона – специя предостерегала душу фараона от злых духов. В древнем папирусе, перечисляются многие болезни, с которыми справляется чеснок, например, головные боли, сердечные болезни и опухоли.**



# Чеснок – царь и бог по целебному использованию

• Самое распространенное свойство чеснока – бактерицидное, его еще называют природным антибиотиком и широко используют при профилактике и лечении простудных и вирусных заболеваний (ангина, грипп...).

• Чеснок хорош как отхаркивающее, тонизирует слизистую оболочку дыхательных путей.

• Чеснок улучшает пищеварение, оказывает противоглистное действие, возбуждает аппетит, выводит шлаки.

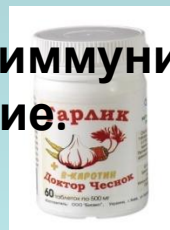
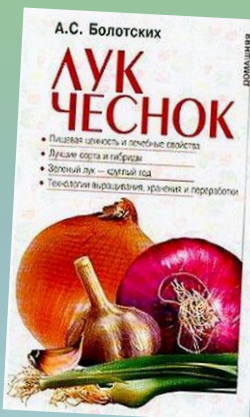
• Препараты чеснока снижают артериальное давление.


• Чеснок предотвращает или замедляет рак.

• Чеснок способен снижать уровень холестерина в крови.

• Чеснок разжижает кровь, предотвращая образование тромбов.

• Чеснок оживляет мозг и иммунитет, оказывая омолаживающее действие.



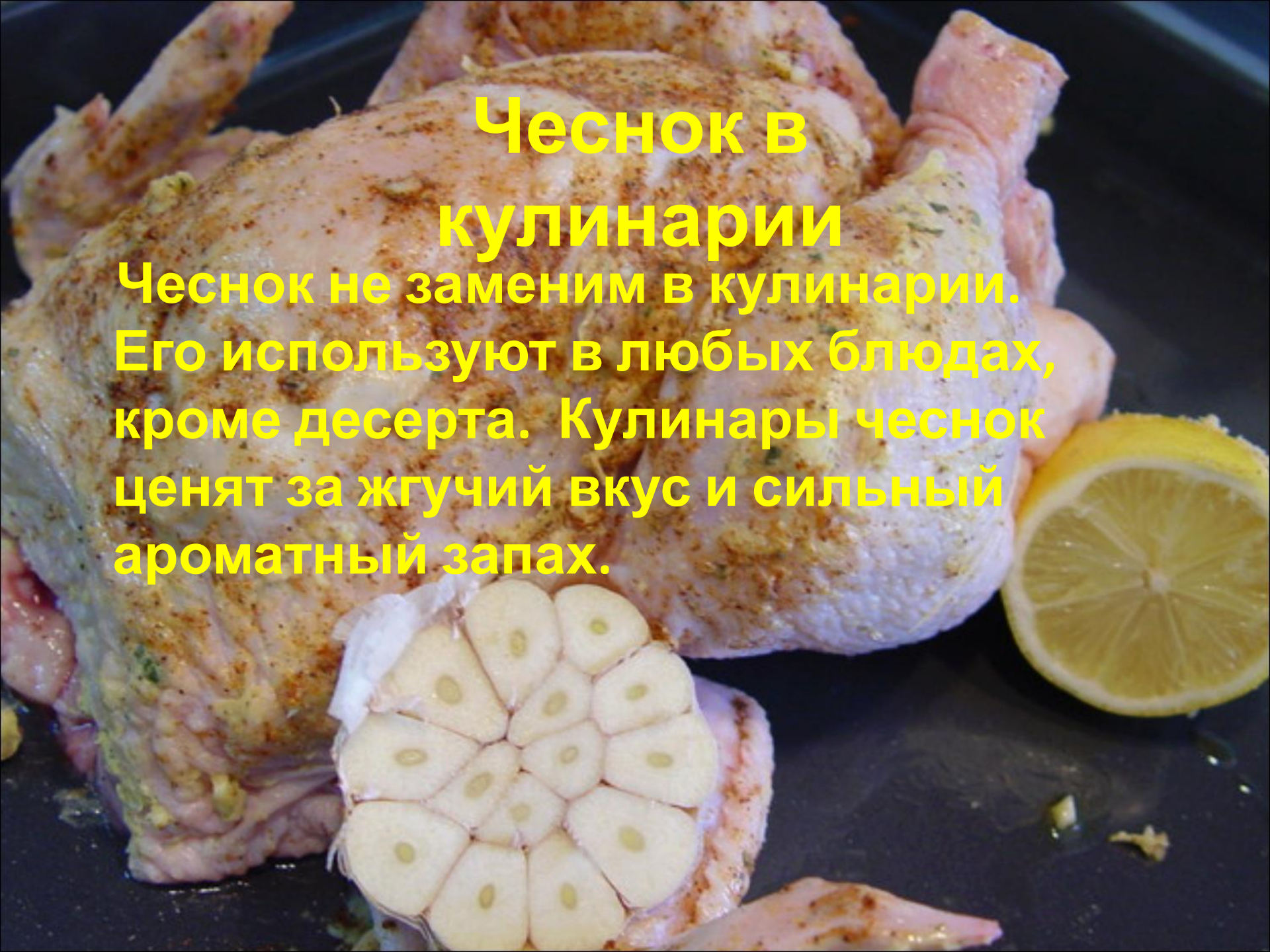


# **Народные рецепты**

- **Чесночные ингаляции хороши для лечения верхних дыхательных путей и при гриппе.**
- **Отвар чеснока при воспалении дыхательных путей, бактериальной и вирусной инфекциях.**
- **Чесночное ожерелье широко применяется среди учащихся нашей школы во время эпидемии гриппа.**

# Чеснок в кулинарии

Чеснок не заменим в кулинарии. Его используют в любых блюдах, кроме десерта. Кулинары чеснок ценят за жгучий вкус и сильный ароматный запах.



## Пословицы и поговорки

«С чесноком все вкусно — не жуи, не глотай,  
только брови

подымай!»

«Чеснок да редька, так и на животе крепко».

«В дому чеснок толченый да таракан  
печеный».

«Чеснок семь недугов изводит»

## Загадки

От простуды нас  
избавит,  
Витаминов нам добавит.  
И от гриппа он помог,  
Горький доктор наш — .....

Маленький, горький, луку брат,  
К пище приправа,  
а микробам — управа.



**Вывод:**

**В результате работы мы очень много узнали о пользе чеснока, его применении в народной медицине и в кулинарии.**

Спасибо за внимание!

