



**Луковая сказка или
«Лук от семи недугов»
Дикая Ольга Викторовна**





Вступление:

Огород на окне является одним из условий для осуществления экологического воспитания детей в д/с. Кроме того есть возможность увидеть результат своей работы, оценить свой труд. Разрабатывая этот проект я прежде всего задумывалась о здоровье наших деток, ведь именно на период перехода с зимы на весну приходится наибольшее количество детских заболеваний гриппом.

Все отлично знают, что лук не только продукт питания но и отличное средство от различных недугов, особенно лук полезен при простуде. Полезные св-ва лука безграничны. В его составе большое количество витамина С, медь, кальций, фосфор, железо, магний, йод и калий. Он содержит природные фитонциды. Которые убивают микробы. После 3-х лет деткам можно кушать лучок в умеренном количестве, перышки лука полезны для профилактики полости рта. Только как заставить малыша скушать хоть перышко? Ведь этот овощ жгуч. Вот я и придумала сказочный луковый город на окне, посаженный руками детей. В нем кипит жизнь, и живут герои, каждый занят своим делом. «Лучок станет другом моим малышам!»- подумала я, но для этого нужна была история и я придумала им сказку. За время нашего проекта, историй о луковых приключениях было много и эту, самую первую сказку я хочу представить вашему вниманию!

**Еще с незапамятных
времен, народ сложил
поговорку «Лук – от семи
недуг» А от каких
недугов помогает лук?
Вот об этом и наша
сказка..**



Сказка

Жила в овощном городе девочка – луковка. И так получилось, что у нее совсем не было друзей...А почему ?

А дело было в том, что Горошек, Помидорка и Перчик однажды всем сказали, что от нее горько пахнет. И все остальные овощи отвернулись от бедной Луковки..



Луковка

**А Луковка в семье не одна была.
Было у нее много родственников.
И все были очень уважаемыми**

ОВОЩАМИ



Лук - шнитт



Лук - слизун



Лук - шалот



Многоярусный лук



Лук - порей



Репчатый лук

Поэтому когда Горошек с друзьями перестали с ней дружить она очень расстроилась и долго плакала. Луковичные родственники узнав о ее горе, стали успокаивать ее рассказами о своей жизни, как у них все складывалось пока они росли



Репчатый лук



Русские крестьяне говорили: «Кто ест лук, тот избавлен от мук»; «Лук да баня все правят». Целебные свойства лука объясняются тем, что в нем содержатся особые вещества — фитонциды, которые губительно действуют на болезнетворные бактерии. Когда у постели больного ставят блюдечко с мелко нарубленным луком, то он быстрее идет на поправку. Луковичным соком, разбавленным водой, можно вылечить насморк, если закапывать его в нос. Кроме того, в луке содержатся минеральные вещества и витамины. Народ придумал про лук такую загадку: «Сидит дед, во сто шуб одет. Кто его раздевает, тот слезы проливает». В самом деле, когда чистишь и режешь лук, из глаз сами собой льются слезы. Так происходит потому, что лук начинает выделять летучие вещества, которые раздражают слизистую оболочку носа и глаз.

Лук-батун



Луковые культуры приносят пользу всем, особенно их зелёные листья, которые содержат витамин С и каротин. Свежая зелень луковых – хорошее средство для укрепления десен, она возбуждает аппетит, улучшает пищеварение. Зелёный лук всех видов полезен больным людям которые болеют гриппом.

Лук-порей

✓ Лук-порей рекомендуется при нарушениях обмена веществ. Он очень любит угощать людей своей сочной зеленью, а люди очень любят добавлять его в салаты, особенно весной, когда в организме недостаточно витаминов.



И вот пока наша Луковка слушала полезные истории своих родных, на сказочный овощной городок напали злые монстры-вирусы – с планеты ВИРУСЯКА!!!

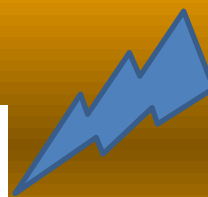
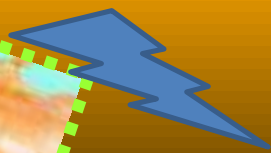
Все жители городка от страха не знали что и делать, они ведь всегда жили мирно. Злобные чудовища пожирали и уничтожали все вокруг. Луковка со всех ног поспешила на помощь своим родным и жителям городка .





Все разбежались, на улице не осталось никого. У семейства луковички сердце ушло в пятки, когда монстры подобралась к их домику....Но тут наша Луковичка горько, горько заплакала. Вирусы бросились прочь из города. Оказалось, что горький запах луковок отпугивает болезнетворных вирусов!!

И тогда все луковичные родственники собрались вместе и начали атаковать непрошенных гостей, они брызгали на них луковым соком до тех пор пока те совсем не исчезли из овощного городка. С тех пор никто больше не обижал Луковку! Все стали с ней дружить, ведь своими слезками она всех спасла!!!



Вот так луковка Победила!

