

"Лук от семи недуг!"

Пришла пора, когда днём солнышко пригревает, кажется вот уже и весна совсем скоро. В это время чаще всего идёт волна распространения вирусных инфекций. Когда все чихают, кашляют.

Как самому уберечься от заболеваний?

Острые респираторные вирусные инфекции наиболее частые причины заболевания у детей, при которых поражаются органы дыхания, поэтому они и называются респираторными. Перед тем как выходить на улицу, дайте понюхать вашему малышу разрезанную луковицу. Ничего, что на глазах выступят слезы - на свежем воздухе он перестанет плакать. Положите ему в карман дольку чеснока. Дело в том, что лук и чеснок содержат особые вещества - фитонциды. Они летучие и пахучие, а главное - их боятся микробы, разносящие болезни. Не зря говорят "Лук - от семи недуг".

Мы с детьми знакомимся со средствами защиты собственного здоровья.

«Посадили мы лучок, пусть растёт для нас «дружок»,
мы будем дружно поливать,
затем, зелёные пёрышки срывать
и витамины поглощать»

Уважаемые родители!

Загадывайте загадки вашим детям о луке. Развивайте познавательный интерес к окружающему миру, учите думать, рассуждать, заботиться о собственном здоровье.

Под землей он не велик, в шубе золотой старик (Лук)

Пришла Таня в жёлтом сарафане
Стали Таню раздевать, давай плакать и рыдать. (Лук)

Он смеяться, не умеет, и не любит раздеваться. Кто кафтан с него снимает, часто слёзы проливает. (Лук)

Уж давно о нем не спорят - витаминов просто море, правда, он не виноват, что немножко горьковат.

Круглый год, зимой и летом, в шубку теплую одетый.

Раздеваем - горько плачем, а раздеть нельзя иначе.

Догадался, юный друг? Ну, конечно, это... (Лук)

Очень горький - но полезный!

Защищает от болезней!

И микробам он не друг -

Потому что это - ... (Лук)

