

*«Ақрайыс бөбекжай балабақшасы»*

*«Менің бау-бақшам»*

*(зерттеу жобасы)*

*Тақырыбы: Асқабақ*

*Тәрбиеші: Сәрсенбай Назым*

*Исламғалиева Айнур*

## **"Асқабақ"**

**Балалардың жасы:** Кіші топ тобы

**Жоба қатысушылары:** балалар, тәрбиешілер

**Жоба түрі:** танымдық – зерттеушілік, шығармашылық, топтық.

**Жобаның ұзақтығы:** 3 ай мерзімді (маусым,шілде,тамыз дейін)

### **Мақсаты:**

- 1.Асқабақтың шығу тегімен және түрлерімен таныстыру.
2. Емдік мақсаттағы және басқа да пайдалы қасиеттерінің маңыздылығын білу.
3. Асқабақтан жасалатын тағамдардың жасалу жолдарын көрсету.
4. Фото видео есеп жасау(кулинарный кітап жасау)
- 5.Тамыз айында қортындылау

### **Зерттеу әдісі:**

Іздену,зерттеу,баяндау,талдау,бақылау,жүйелеу,салыстыру, тәжірибе жасау, ой қорыту

Балаларды қиярдың шығу тарихымен таныстыру.

### **Мазмұны**

1. Асқабақты балалармен бірге бақшаға егу
2. Асқабақтың өсіп жетілуін зерттеу
3. Асқақабақтың пайдасы
4. Асқабақтан қандай тағам түрлерін жасауға болады

### **Көрнекілік құралдар: тырма, үш лейка, қорабша**

#### **Асқабақ туралы мағлұмат**

Асқабақ - ірі жемісті тағамдық, дәрілік, малазықтық және сәндік, біржылдық шөптекті өсімдік. Оның ұзындығы 5 метрге дейін жететін жатаған сабағы болады. Бес қырлы сабағына тікенектер өскен. Жай жапырақтарына қарама-қарсы орналасқан мұртшасы бар. Мұртша түрін өзгерткен өркен, жатаған сабағы нәзік болғандықтан, жан-жағындағы басқа өсімдікке оралуға тірек үшін қажет. Жапырағы - ірі, тақтасының жиегі 5 салалы тілімделген жай жапырақ. Гүлі – дара жынысты, бірүйлі, жапырақ

қолтығында жеке-жеке өседі. Аталық гүлдер - ұзын гүлсағақтарда, аналық гүл қысқа гүлсағақтарда болады.

### ***Емдік қасиеті***

Денсаулыққа пайдасы. Асқабақ әсіресе асқазаны ауыратындарға таптырмайтын дәрі. Сонымен бірге жүрегі әлсіздерге, түрлі аурудан жүдеп, шаршағандарға қуат беретін бірден-бір пайдалы ас. Асқабақтың ішіндегі жұмсақ жерін, яғни «етін» күйген денеге таңуға да болады. Мұны дәрігерлер де мақұлдайды. Отқа, ыстық суға күйіп қалғандар үй жағдайында асқабақтың сары етін алып таңса болғаны.

Мың да бір ауруға дауа болатын асқабақтың пайдасын айтып тауысу мүмкін емес.

Ол:

- көзі нашар көретіндерге;
- қаназдыққа (анемия);
- семіздікке;
- өт айдауға;
- бүйрекке;
- паразиттерді жоюға көмектеседі.

Науқастарға жарасын таңуға кеңес береді. Асқабақ көру қабілеті нашарлағандарға, қаназдықтан жапа шегетіндерге көмек бере алады. Құрамындағы жасанды талшықтың арқасында артық салмақтан арылғысы келетіндер үшін де таптырмайтын ем.

Асқабақ ағзаны шлактан тазартып, зат алмасуды тұрақтандырады. Несеп-жыныс жүйесінің көптеген ауруларын емдеуге көмектеседі. Несеп айдаушы, қабынуға қарсы, өт айдағыш қасиеті бар және де паразиттерді жояды.

Құрамында жасанды талшық, ақуыздар, каротин, кальций, темір, магний, фосфор және А, В1, В2, РР және С дәрумендері, ағзадағы зат алмасу процесін жеделдететін Т және қанның ұюына ықпал ететін К дәрумендері, калий, кальций және темір бар. Құрамында дәрумендердің көптігінен болар, ол мың бір ауруға ем боларлық көкөніс деп есептеледі