

**МБОУ «БОЛЬШАНСКАЯ ОСНОВНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА »
ПРОХОРОВСКОГО РАЙОНА
БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Конкурс методических и дидактических разработок
краеведческой направленности
Номинация «Разработка внеклассного мероприятия»**

День информации



Лекарственные растения

***Подготовила: Белькова Т.А.,
учитель биологии и химии***

Большое 2016

В наш индустриальный век, при сильнейшем загрязнении окружающей среды просто невозможно остаться абсолютно здоровым. Мы постоянно находимся под угрозой получить целый «букет» заболеваний. Зачастую медицина оказывается бессильной, поэтому на помощь могут прийти лекарственные растения. Данная тема сейчас очень актуальна, так как болезнь легче предупредить, чем потом, мучаясь пытаться от неё избавиться. Не проще ли сейчас просто оглянуться вокруг и увидеть то, что даёт нам природа. Наш добрый и всемогущий доктор «природа» всё предусмотрел, и всё подготовил, нужно просто это лекарство взять и воспользоваться им, но не все об этом лекарстве знают. Если изучить разные виды лекарственных растений, научиться их правильно заготавливать и применять, то можно предупредить и излечить много болезней и прекрасно выглядеть без применения химических таблеток.

Из истории лекарственных растений

- Уже первобытный человек понял, что природа не только источник продуктов питания, но и первый целитель. Первобытный человек, стремясь, избавиться от болезней понял, что одни растения могут исцелить, а другие могут отравить.
- Сведения о лекарственных свойствах растений были известны ещё в древнем Египте.
- На Руси с давних времён для лечения многих заболеваний использовали листья, кору, цветы растений.
- При царе Иване Грозном на Руси были открыты аптекарские избы, а лекарственные растения привозили из разных стран на вес золота, он приказал снабжать

лекарственными растениями не только царский двор, но и армию.

- Русский царь Пётр Первый издал указ о создании аптекарских огородов, это были небольшие участки земли, на которых выращивали лекарственные растения. По приказу Петра I такие «аптекарские огороды» появились во всех крупных городах при военных госпиталях.
- Сегодня известно около 12 тысяч видов лекарственных растений

Правила сбора лекарственных растений.

- ❖ Растения собирают в сухую погоду, когда уже исчезла роса. Надо следить, чтобы на растениях не было пыли и грязи.
- ❖ Нельзя собирать лекарственные растения вдоль дорог, на улицах городов, в скверах. В этих растениях накапливаются вредные вещества, которые выбрасывают в воздух автомобили.
- ❖ Цветки собирают в начале цветения; листья - перед цветением или в начале его; корни и корневища - весной и осенью; кору - весной, в начале сокодвижения, когда она хорошо отделяется

Лекарственные растения с.Большое



Зверобой - многолетнее травянистое растение высотой 30-60 см с золотисто-жёлтыми цветками и мелкими овальными листочками. Цветёт в июне-июле. Это растение ядовито для животных, от чего и получил название "зверобой". Растёт вдоль лесных опушек, по лесным полянам, среди кустарников.

В народной медицине зверобой используют в основном как средство лечения язвы желудка, при язвенных

болезнях на коже, а так называемое масло зверобоя применяется, и при стоматитах. Он обладает сильным бактерицидным действием, используется как кровоостанавливающее, противовоспалительное и ранозаживляющее средство. Народная медицина считает его "средством от девяноста девяти болезней". В народе говорят: "Как без муки нельзя испечь хлеба, так без зверобоя нельзя лечить многие недуги".

Собирают зверобой во время цветения, срезая верхнюю часть стебля на 15-20 см. Сушат под крышей в хорошо проветриваемом помещении. Высушенный на зиму зверобой обычно хранят в закрытых стеклянных или металлических банках.



Валериана - многолетнее растение высотой до 1, 5 м. Название происходит от латинского слова "valere", что значит "быть здоровым". Русские обиходные названия валерианы - "маун", "кошачья трава", "кошачий корень" - не случайны: кошки очень любят это растение и буквально впадают в эйфорию от запаха валерианы. Это обстоятельство

специально оговорено в инструкции по хранению корней валерианы: "помещение, где хранятся корни валерианы, должно быть недоступно для этих животных".

Валериана - была широко известна медицине Западной Европы ещё в средние века. В настоящее время препараты из корней валерианы применяются как успокаивающее средство при нервном перевозбуждении, а также для регулирования деятельности



сердца. **Малина** - многолетний кустарник, побеги которого плодоносят на второй год. Ягоды созревают в июле-августе. Большое богатство витаминов, микроэлементов, органических кислот и многих других веществ ставит малину в ряд наиболее ценных ягод. Ягоды малины применяются как домашнее потогонное средство при простудных заболеваниях. Плоды улучшают аппетит, регулируют деятельность желудка и кишечника, успокаивают боли в желудочно-кишечном тракте. Листья малины используют для приготовления сложного чая, обладающего высокими вкусовыми качествами и лечебными свойствами.



Тысячелистник - многолетнее растение высотой до 0,5 м с белыми, иногда розовыми многочисленными мелкими цветочками и с многократно рассечёнными на мелкие доли листьями. Именно отсюда и произошло его название - тысячелистник. В медицине применяют препараты, изготовленные из тысячелистника, при различных видах кровотечений, желудочно-кишечных расстройствах.

Некоторые садоводы используют отвары из травы тысячелистника для уничтожения тлей и щитовидок, так как он обладает специфическим запахом.

Согласно легенде именно этой травой Ахилл – герой Троянской войны – лечил раны своим боевым друзьям. На Руси ахиллесова трава также истари пользуется почётом. Порезник, кровавник, рудомётка – вот так величали эту траву в народе. Именно ею крестьяне унимали кровь-руду при порезах серпом или косой. Пользовались целительной силой порезника и воины: смачивали рану соком из листьев, а не то – присыпали толчёной сухой травой. Кровотечение останавливалось,

рана без нагноения заживала. Вот почему тысячелистник у нас слыт как «солдатская трава».

Шиповник выращивается как лекарственное, пищевое, витаминное, медоносное и декоративное растение. В ягодах шиповника содержатся углеводы, органические кислоты, белки, витамины, минеральные вещества. Они обладают поливитаминным, противовоспалительным свойствами. Шиповник - рекордсмен по содержанию витамина С. Поэтому очень полезно его плоды употреблять в пищу, и пить напитки, настои, отвары, сироп из шиповника.



Особенно в период, когда есть опасность заболеть простудными заболеваниями.

Чистотел - многолетнее травянистое растение с красивыми перистораздельными листьями и ярко-жёлтыми цветками. Растёт чистотел в лесах, на вырубках, в парках, садах, выращивается на огородах и дачах. Собирают его в июне-июле.



В медицине используется надземная часть растения и корни. Из него изготавливают препараты для лечения бородавок, печени и желчного пузыря. Чистотел можно применять только по назначению врача, так как он является сильно ядовитым растением.

Мята - многолетнее травянистое растение. Настой травы успешно применяют при лечении сердечно-сосудистых заболеваний, гипертонической болезни, приступов тахикардии, астмы, бессонницы, а также как потогонное, стимулирующее пищеварение и снимающее икоту средство.



средство.



Ромашка аптечная -однолетнее растение. Цветёт с мая до осени. С лечебными целями используют соцветия ромашки. Настои, отвары и другие лекарства из соцветий принимают во внутрь при воспалительных заболеваниях желудочно-кишечного тракта, при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Настои корзинок ромашки используют как наружное средство в виде примочек, ванн, промываний при экземах, язвах, нарывах, ожогах и т.п. Настоем полощут рот и горло при воспалении дёсен и ротовой полости, а также при ангинах. В народной медицине ромашку назначают при малярии, заболеваниях, сопровождающихся температурой, золотухе. Полезны компрессы при ушибах и болях в суставах.



Медуница. Это растение зацветает в конце апреля. Всего месяц красуется она в лесу, до листьев на деревьях. Потом померкнет и найти её в высокотравье станет не просто. На мохнатом стебельке подвешены и розовые, и фиолетовые, и синие цветы, будто на всех не хватило одинаковой краски. В фиолетовые цветки заглядывают пчёлки, значит, не зря она получила такое название. Травя этого лекарственного растения богата дубильными веществами, в ней обнаружены кремниевые и аскорбиновые кислоты, а так же марганец. Издавна применялась как смягчительное и вяжущее средство при катаре дыхательных путей. На Руси оно (растение) слыло «лёгочницей», считалось, что она помогает излечиться от чахотки. Мало остаётся лесной травки, поэтому зазорно вязать из неё букетики.



Бессмертник. Иван Александрович Гончаров писал об этом растении: «Они (цветы) лежат не изменяясь, по многу лет: через 10 лет так же сухи, ярко цветом и так же ничем не пахнут, как не сорванные». Догадливые хозяйки прячут

это растение по сундукам и чуланам, чтобы не заводилась моль. Это трава применяется как желчегонное средство, применяется при гепатитах, при болезни печени.



Календула - однолетнее растение. Как дикорастущее растение встречается редко. Обладает противовоспалительным, успокаивающим действием. Используют при детском диатезе, головокружении, кашле, при ожогах, ушибах, болезнях полости рта.

Крапива очень интересное растение. Её стебель и листья имеют жгучие волоски, острые концы которых очень хрупкие. Поэтому издавна это растение применяют при болезнях суставов. Применяется крапива и как кровоостанавливающее средство при различных видах кровотечений. Несмотря на жгучесть, листья крапивы съедобны и служат хорошей добавкой в щи и салаты.



В народной медицине крапива используется как ранозаживляющее, мочегонное, общеукрепляющее, слабительное, витаминное, отхаркивающее средство. Она применяется при различных кровотечениях, заболеваниях сердца, туберкулезе, бронхиальной астме, бронхитах, аллергиях. Наружно - при ранах, кровотечениях, кожных заболеваниях, для укрепления волос.

Мать-и-мачеха в основном применяется как отхаркивающее, противовоспалительное, дезинфицирующее средство при заболеваниях

органов дыхания. Листья растения входят в состав грудного и потогонного сборов. В народной медицине отвары и настои мать-и-мачехи применяются при артрите, аллергии, малярии, гриппе, насморке, миозите, зубной боли, воспалительных процессах полости рта, язвенной болезни желудка, желудочно-кишечных заболеваниях, болезнях мочевого пузыря, сердца, почек, расстройствах нервной системы.



Шалфей используют для полоскания при остром течении ангины, хроническом тонзиллите, стоматите, гингивите, афтозных поражениях полости рта.

при желудочных заболеваниях, холецистите, гепатите, лёгких формах сахарного диабета, гипотиреозе, туберкулёзе лёгких, хронических бронхитах. Ванны с шалфеем полезны при экземах, псориазе, кожных сыпях;

Шалфей улучшает память;

В нашей библиотеке есть много книг о лекарственных растениях. В них рассказывается о том, как правильно собирать и сушить растения, в какие сроки это нужно делать. Для чего и как применять лекарственные растения, чтобы они принесли вам пользу, а не навредили. Какие растения можно использовать самим, а какие только по рекомендации врача.



И главное, как сохранить растения, чтобы они достались не только вам, но и другим людям. При сборе лекарственных растений вы должны помнить об их сохранении в природе. Ни в коем случае нельзя собирать все растения. При сборе цветков и заготовке травы необходимо оставлять несколько цветущих растений на одном квадратном метре для семенного размножения. При сборе плодов необходимо следить за состоянием

плодоносящих побегов, нельзя вырывать растения с корнем или ломать ветки; при сборе плодов однолетних растений обязательен посев части собранных семян. При заготовке подземных органов (корни, корневища) полностью уничтожается всё растение, поэтому посев его семян на этом же месте обязателен!

Народная мудрость гласит: "Кто выращивает цветы, тот приносит радость и себе, и людям". Живя на Земле мы постоянно должны помнить об охране природы, о приумножении естественных богатств.

Если не станет растений, то не станет на этой планете и нас, людей!!!

Щедра земля наша. И произрастают на ней тысячи разнообразных растений. Её леса, горы, степи таят в себе огромные природные богатства.

Восточная мудрость:

"Нет такого растения, которое не обладало бы лечебными свойствами, и нет такой болезни, которую нельзя было бы растениями вылечить".

Источники информации:

1. <http://voyadinskayabiblioteka.ru/scenarii.html>
2. <http://www.maam.ru/detskijasad/scenarii-masovogo-meroprijatija-o-lekarstvennyh-rastenijah-lipeckoi-oblasti-zelenaja-apteka.html>
3. <http://ou2.sed.obr55.ru/index.php/vospitanie/40-tradicii/155---q---q>
4. Ткач Д. «Домашний доктор»
5. Петров В.В. «Растительный мир нашей Родины»
6. Гаммерман А.Ф. «Растения-целители». Москва, 1986 г.
7. «Лекарственные растения и их применение». Владивосток. МП «Экслибрис», 1992 г.
8. Энциклопедия природы России. Справочное издание. Издательство «ABF». Москва.
9. Даль В. И. «Толковый словарь»



