

Лекарственные растения нашего района

Хамитова Эльнара
МБОУСОШ № 3 им.Т.Гиззата
4 А класс

Агрызский район



- Я поставила цель: Выяснить, какие лекарственные растения растут в нашем районе, ознакомиться с правилами их сбора, применением для оздоровления организма.
- Я хочу найти ответы на вопросы:
 - - Узнать, какие из лекарственных растений используются при лечении простудных заболеваний.
 - - Выяснить особенности внешнего строения, условия сбора и хранения растений.
- Гипотеза: Если знать лекарственные свойства трав, растущих на территории нашего района, уметь ими пользоваться, сколько болезней мы сможем избежать, не превратив их в хронические.
- Объект исследования – лекарственные растения
- Предмет исследования – значение лекарственных растений в профилактике и лечении простудных заболеваний



- Собирать можно только те растения, которые не относятся к числу охраняемых видов.
- Брать только здоровые, не поврежденные, хорошо известные вам растения.
- Не вырывать растения с корнями, их нужно срезать ножом.
- Не собирать растения по обочинам автомобильных дорог, по краям полей - они могут быть загрязнены выхлопными газами, удобрениями.
- Нельзя брать лекарственные растения в рот, так как многие из них ядовитые.
- Лекарственные растения собирают в солнечную сухую погоду.

Лекарственные растения нашего района



- **Сосна обыкновенная.**
- Отвар почек сосны обладает отхаркивающим, дезинфицирующим свойствами. Скипидар широко применяется при простудных заболеваниях. Сосновый мед применяют при сильном кашле и как источник витамина С.



Липа.

Липовый цвет широко используется в научной и народной медицине при простуде, гриппе, заболеваниях дыхательных путей, кашле.

Лекарственные растения нашего района



- **ШИПОВНИК.** Плоды шиповника рекомендуются как общеукрепляющее средство при инфекционных заболеваниях и в период выздоровления
- Отвар лепестков — при гиповитаминозах, простудных заболеваниях, общей слабости.
- **Калина** помогает при простудных заболеваниях верхних дыхательных путей, в том числе при кашле, осиплости голоса и бронхиальной астме. Ягоды калины сокращают биение сердца и считаются витаминным, общеукрепляющим и мочегонным средством.



Лекарственные растения нашего района



- **Малина.** Прекрасное средство при простудных заболеваниях. Кроме того, применяют малину для улучшения пищеварения, желудочных болях.



- **Смородина черная.** Сок принимают при авитаминозе, а также в качестве общеукрепляющего средства после перенесенных хронических заболеваний, используется, как профилактическое средство от простудных заболеваний при кашле и охриплости.

Лекарственные растения нашего района



- Зверобой.
- обладает вяжущим, кровоостанавливающим, успокаивающим, ранозаживляющим, противовоспалительным действием. Назначают внутрь в виде отвара и настойки в качестве антисептических средств, а также для полосканий полости рта в целях профилактики и лечения стоматитов.



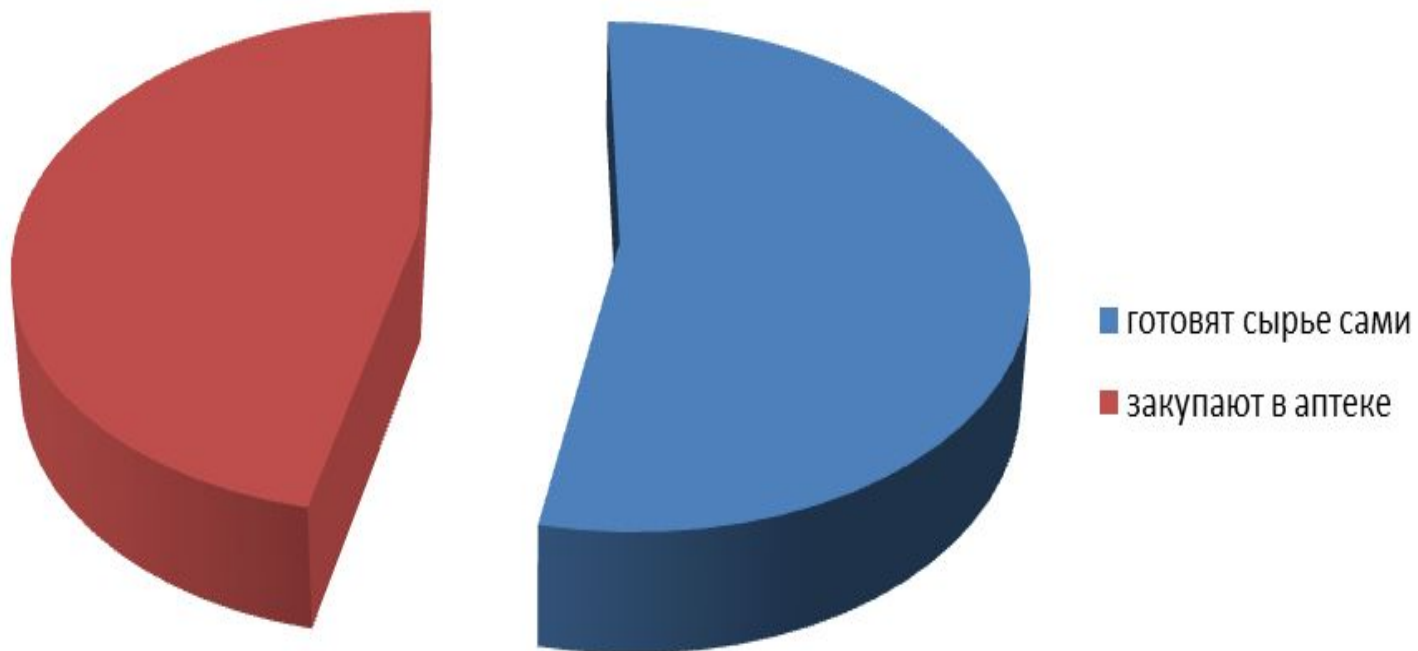
- Душица.
- Применяется при бронхите, успокаивая кашель и действуя как отхаркивающее средство.

Лекарственные растения нашего района

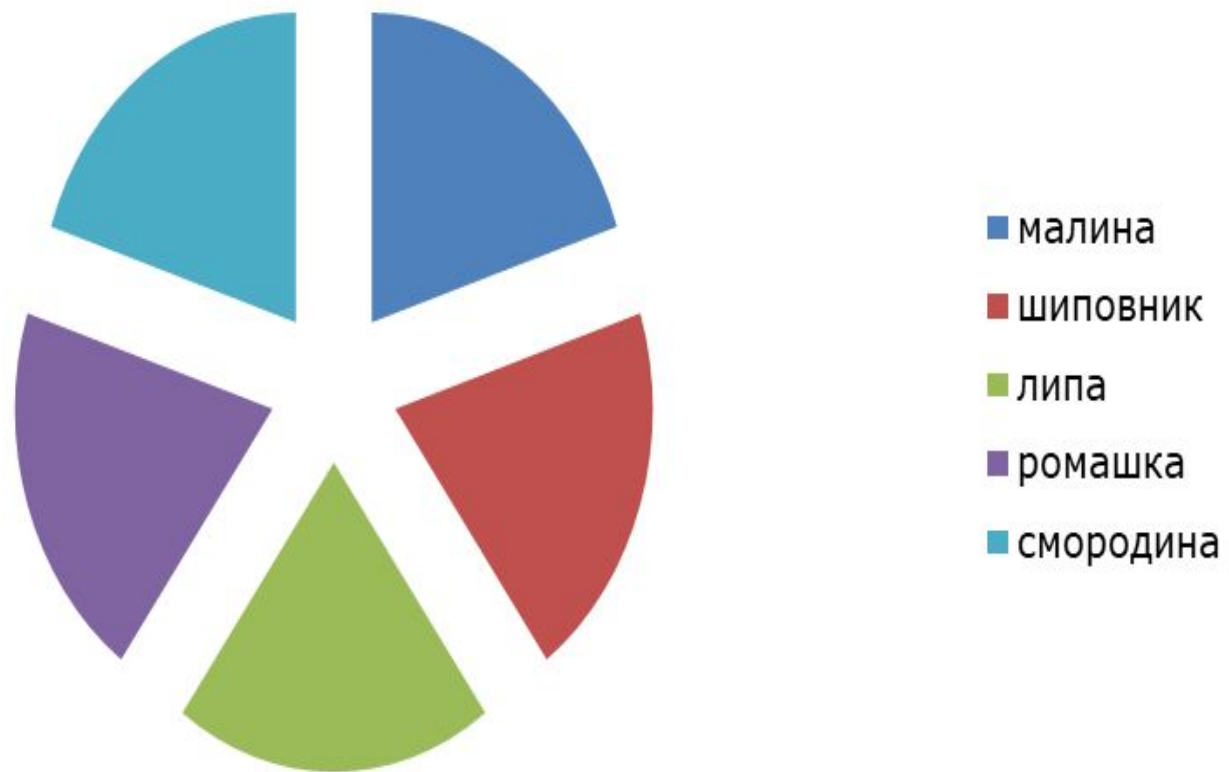


- **Иван-чай(кипрей).**
Витамин С и большое количество минералов, которые содержатся в чае, способствуют общему укреплению организма, чай значительно повышает иммунитет и сопротивляемость к возбудителям различных болезней. При респираторных заболеваниях иван-чай нормализует температуру, снимает жар, озноб.
- **Ромашка душистая.**
 - Наружно настои ромашки назначают для полоскания горла при ангинах, при заболеваниях полости рта. Настой применяют при лечении различных нарушений пищеварения.

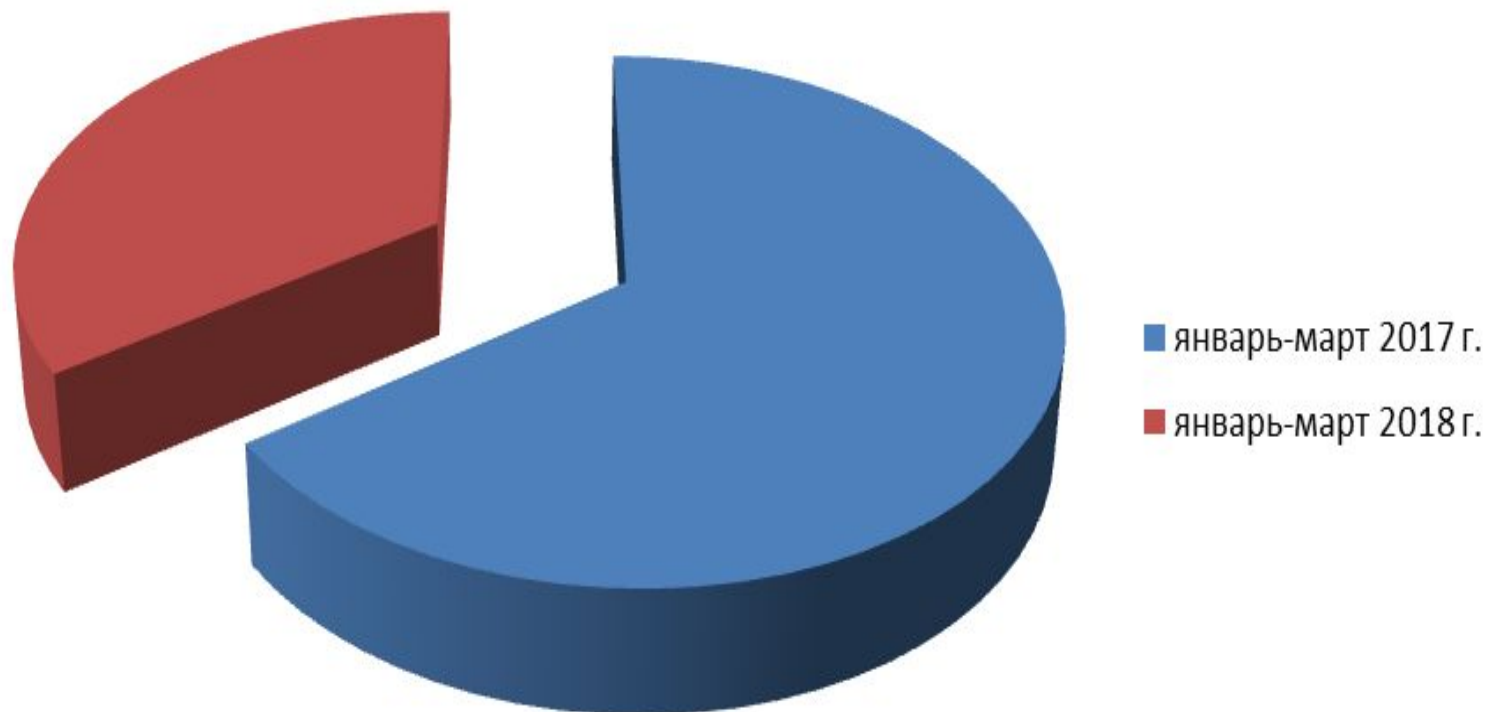
Опрошено 15 человек



Часто используемые лекарственные растения



Простудные заболевания учащихся 4 А класса



Таким образом, я убедилась, что лекарственные растения и народные рецепты на их основе очень популярны в профилактике и лечении не только простудных заболеваний, но и сердца, желудка и других органов человека. А еще масла и экстракты растений входят в состав косметических средств.

Но ещё надо помнить основное правило - не навреди своему организму!

Со своей работой я выступила перед ребятами начальных классов. Вместе с одноклассниками мы определяли лекарственные травы, учились заваривать травяной чай, угощали гостей свежеморожеными ягодами, раздали буклеты с рецептами народной медицины.

Собранный нами материал можно использовать на уроках окружающего мира, на занятиях по экологии.

Помогите мне найти лекарственные

