

Зелёная аптека

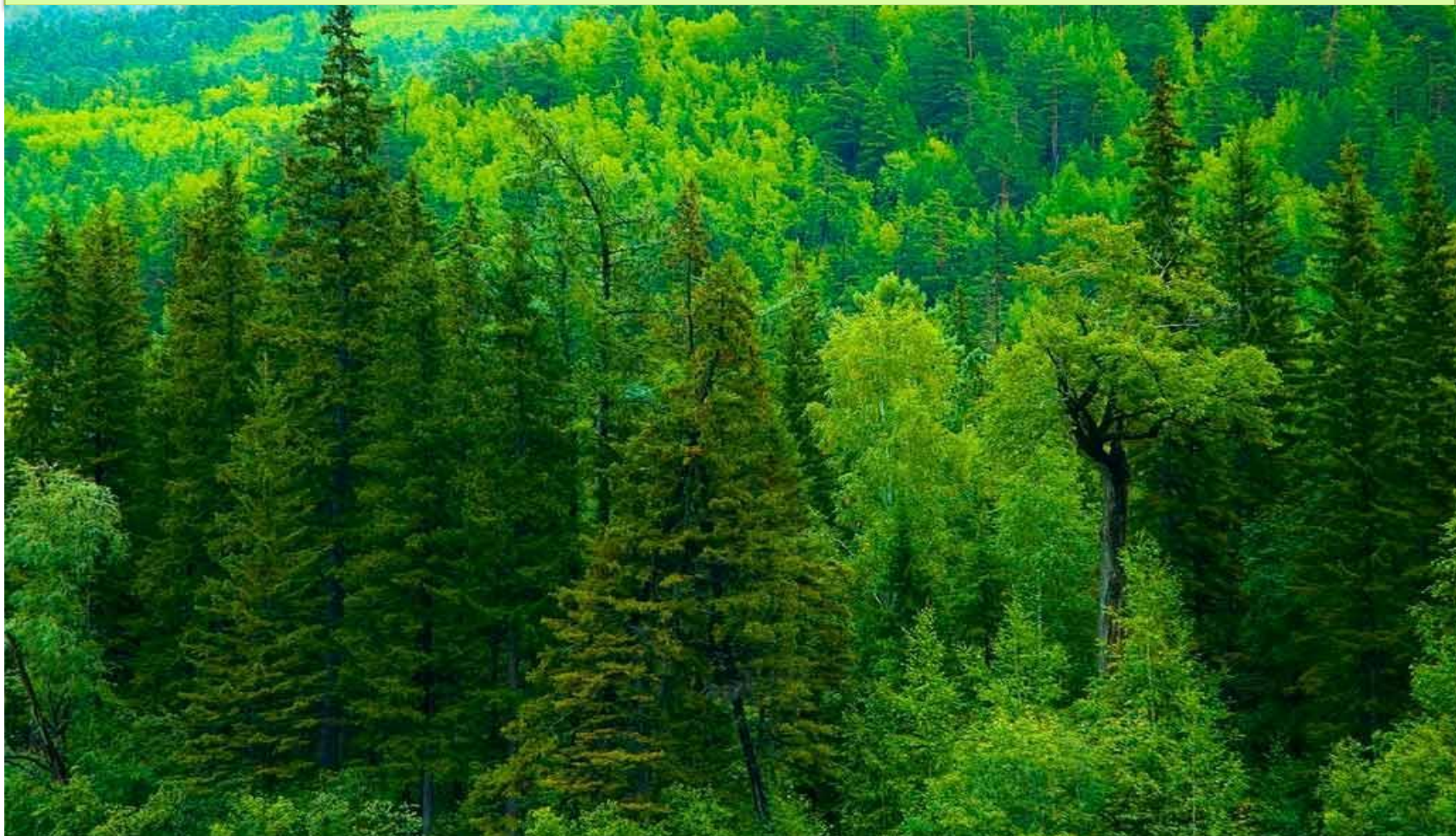
Есть в травах и в цветах целительная сила

Для всех, умеющих их тайну разгадать.

Вс. Рождественский

*Выполнила: Степанова
Светлана Михайловна*

Растительный мир нашей страны очень богат, и практически все его представители обладают лечебными свойствами. Вот почему лес называют «зелёной аптекой».



- Как не хочется болеть,
Уколы делать и компресс.
Глотать противные таблетки
И горькие микстуры пить.
Но есть спасительное
средство,
И не в лекарствах, а в лесу:
Зайди в «зелёную аптеку».
С ней все болезни по плечу.

- О том, что растения помогают лечить болезни, люди узнали очень давно. Постепенно учёные изучали свойства разных растений и теперь используют многие из них для приготовления лекарств. Заглянем в «зелёную аптеку» и познакомимся с некоторыми лекарственными растениями.

Узнать, о каком растении пойдет речь, поможет загадка.

Я из крошки бочки
вылез,
Корешки пустил и вырос.
Стал высок я и могуч,
Не боюсь ни гроз, ни туч.
Я кормлю свиней и
белок,
Ничего, что плод мой
мелок.



- Ни одно дерево не пользовалось у народов Европы такой любовью, как дуб. Без разрешения жрецов нельзя было нанести ему какой-либо вред.



- На горе высокой дуб растёт могучий,
И над ним несутся бури, громы, тучи.
Простирая ветви к солнцу и лазури,
Он растёт и крепнет, отражая бури.
А внизу оврага, вечно молчаливом,
Пробегает речка шумно-говорливо.
И из этой речки корни тянут влагу,
Чтоб доставить дубу силу и отвагу.

- Особую славу дубу принесла его кора. Приготовленным из неё отваром полощут рот и горло при воспалительных процессах, используют при лечении ожогов. Лечебными свойствами обладают и плоды дуба. Их применяют при лечении желудочно-кишечных заболеваниях.



Злая, как волчица,

Жжётся. Как
горчица!

Что за диво?

Это же ...

Жгуча крапива родится, да в щах пригодится.

Одна крапива заменяет семерых врачей.

- Русское название крапивы происходит от древнерусского слова «коприна» - шёлк. Из её стеблей получали волокно для выработки тканей. Даже в сказках об этом говорится. Вспомним сказку Андерсена «Дикие лебеди». Из чего Элиза плела рубашки для своих братьев – диких лебедей? Крапива – лекарственное растение. Она может остановить кровотечение, вылечить простуженное горло. Из крапивы можно приготовить не только вкусные, но и полезные блюда. У русского народа сложено немало поговорок о крапиве.



- Шёл я лугом по тропинке,

Видел солнце на травинке,

Но совсем не горячи

Солнца белые лучи.

Ромашка – древнейшее и популярнейшее у многих народов лекарственное растение.

Если случится тебе простудиться,

Привяжется кашель,
поднимется жар,

Придвинь к себе кружку, в которой дымится

Слегка горьковатый душистый отвар.

- Образ ромашки ассоциируется с образом скромности, красоты, доброты и стойкости. Наверное у всех народов принято гадание на ромашке «любит-не любит». А ещё ромашка применяется при желудочных заболеваниях, при аллергии.

- Даже ночью
муравьишки

Не пропустят свой
домишко.

Путь-дорожку до
зари

Освещают фонари.

На больших
столбах подряд

Лампы белые висят.



- Этот грациозный цветок присутствует в легендах разных народов: фонарики гномов, слёзы царевны, рассыпавшиеся бусы Белоснежки. С лечебной целью у ландышей используются листья и цветки. Но плоды ландыша – шаровидные красные ягоды – ядовиты, так, что будьте осторожны. Все части ландыша содержат сильные вещества сердечного действия. Ландыши имеют дурманящий запах, поэтому, когда вы срываете цветы и приносите их домой, через некоторое время у вас может закружиться и заболеть голова. Так что не надо рвать ландыши. Они выглядят гораздо красивее в полумраке леса.
- Вам следует помнить, что неблагоприятная экологическая обстановка, вырубка лесов сильно сократили естественные заросли этого растения. В результате назрела необходимость взять ландыш под охрану и занести его в Красную книгу.

- Чернеет лес, теплом разбуженный,
Весенней сыростью объят,
А уж на ниточках жемчужины
От ветра каждого дрожат.

Бутонов круглые бубенчики
Ещё закрыты и плотны,
Но солнце раскрывает венчики
У колокольчиков весны.
- Природой бережно спелёнатый,
Завёрнутый в широкий лист,
Растёт цветок в глуши нетронутой,
Прохладен, хрупок и душист.

Томится лес весною раннею,
И всю счастливую тоску,
И всё своё благоухание
Он отдал горькому цветку.

- Тонкий стебель у дорожки.
На конце его серёжки.
На земле лежат листки –
Маленькие лопушки.
Нам он, как хороший друг,
Лечит ранки ног и рук.



Подорожник встречается везде: в садах, огородах, лугах. Его часто можно увидеть растущим при дорогах и тропинках. Отсюда и название.

- Вырастает подорожник.
Лишь подходит срок,
На земле сухой и твёрдой
Около дорог.
Если ты порезал руку
Или ногу сбил,
Он тебе залечит рану
И прибавит сил.
Сток наш «мышинный хвостик» -
На жаре в пыли.
Эта сила и терпенье
От родной земли.
Помогая молча людям,
Не боясь невзгод,
Рядом с нами подорожник
На земле живёт.

• За ярко выраженные ранозаживляющие свойства в народе его называли «порезник», «ранник». По легенде эти свойства были открыты так. Однажды две змеи, расположившись на дороге, грелись на солнышке. Вдруг из-за поворота выехала повозка. Одна змея успела уползти с дороги, а другая замешкалась, и колесо переехало её. Люди, сидевшие в повозке, увидели, как первая змея, оставшаяся невредимой, уползла. Но вскоре вернулась с листом подорожника и исцелила пострадавшую подругу-змею. Говорят, что будто этот случай и натолкнул людей на мысль использовать это растение для лечения ран. Кроме того, подорожник помогает при лечении гастрита и язвенных ран желудка, применяется как отхаркивающее средство при кашле. Подорожник – ваш верный и надёжный друг.

Я рассказала вам только о пяти лекарственных растениях. На самом деле выбор лекарств в «зелёной аптеке» богат и разнообразен. Только надо их знать и уметь ими пользоваться.

- Вот ромашка от ангины,
Горло ею полощи.
Земляника от простуды,
Чай скорее завари.

Чистотел лицо отбелит,
Волос вылечит лопух,
Ландыш с мятой успокоит
Тех, кто нервничает тут.

- Не забудь про подорожник,
Пользы много от него:
Он желудок нам полечит,
Остановит даже кровь.

Так что знай, какую пользу
Нам принёс такой подход.
День потратишь на природе –
Будешь целый день здоров!

Лекарственные растения – замечательное богатство природы. Люди часто собирают их и сдают в аптеки. Это важная работа, но выполнять её нужно так, чтобы не нанести вреда природе. Запомните правила:

- Собирать лекарственные растения нужно дальше от железных и авто дорог
- Собирать лекарственные растения можно только в тех местах, где их много
- Часть растений нужно обязательно оставлять неприкосновенными, чтобы сохранить их на будущее

- Каждый кустик и травинка,
Корень, ягода, орех –
Всё приносит пользу людям,
Помогает от всех бед.
Лес – богатство наше,
знай!
Береги и сохраняй!

Используемая литература и интернет ресурсы:

1. В. м. Пакулова, Н. В. Иванова «Природа живая и неживая» учебник природоведения 5 класс, «дрофа», 2009 год. 2. Полная энциклопедия народной медицины, составитель А. В. Маркова, «Сова», 2007 год. 3. сборник по народной медицине и нетрадиционным способам лечения, составитель Г. З. минедзян, «детские книги из москвы», 1993 год. Фото материалы Подорожник

<http://deadsea-cosmetics.ru/components/1685/Подорожник>

<http://www.mamba.ru/diary/borodas93/?offset=20> Мята

<http://shilo-milo.ru/katalog-5-dopolneniya.html> Мята

<http://narodnivrach.ru/author/croatoan/page/11/> Мята

<http://iam-shoap.livejournal.com/3696.html> Мать –и - мачеха

<http://foto.spbland.ru/details/37693/> Мать-и- мачеха

http://blogs.privet.ru/community/alibom_01_12_59/88010682 Мать-и- мачеха

<http://travi-kubani.ru/spravochnik/mat-i-macheha> Чистотел

<http://lekartrav.narod.ru/chistotel.html> Чистотел