

# Зелёная аптека

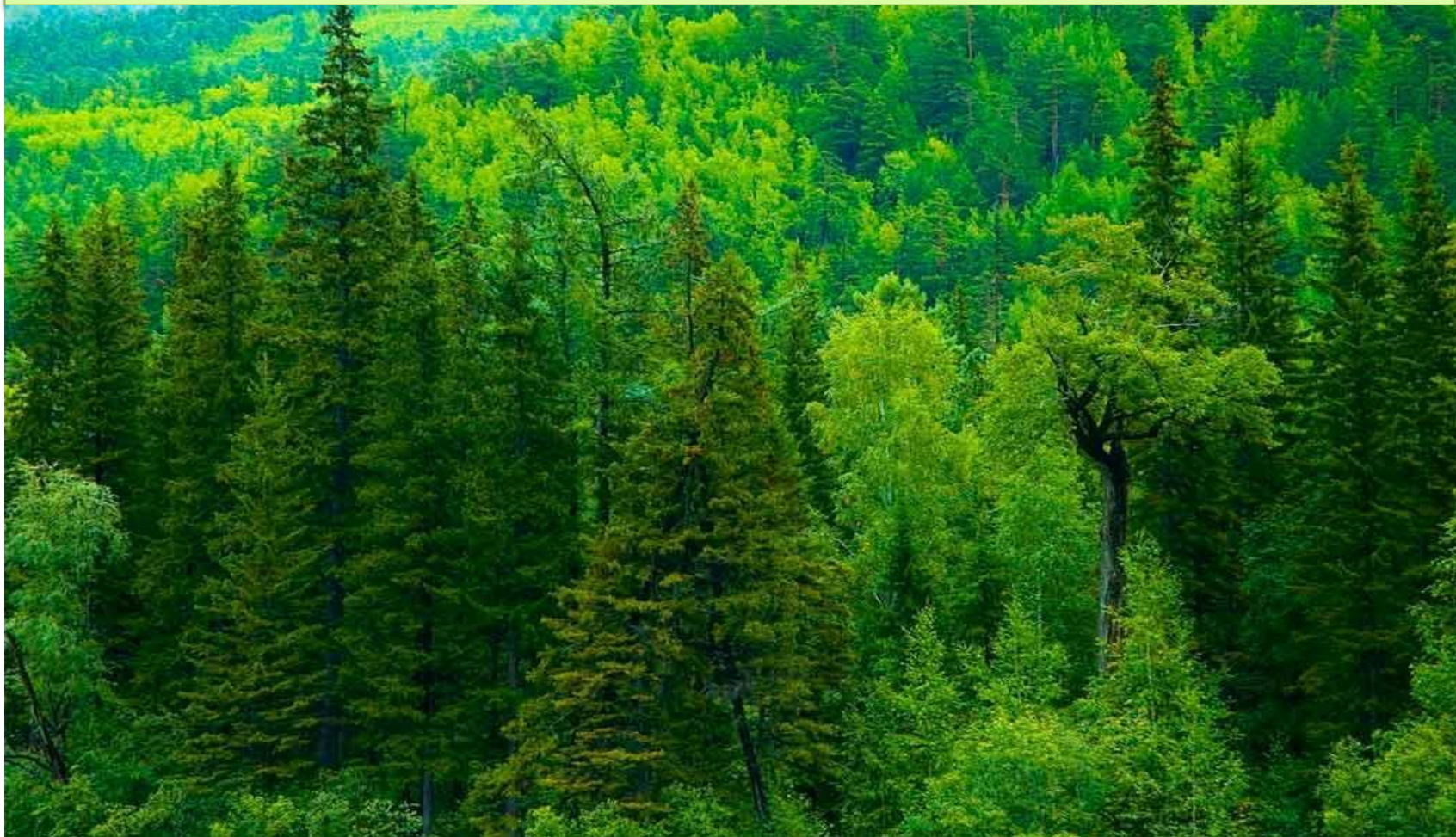
Есть в травах и в цветах целительная сила

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](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