

Проект на тему: «Лекарства вокруг нас»



Цель:

*узнать, какие растения,
выращиваемые на огороде,
можно использовать
для лечения болезней
человека.*



Задачи:

Узнать о лекарственных свойствах растений.

Составить справочник рецептов народной медицины.

Могут ли растения заменить лекарства?

Основополагающие вопросы:

- *какова роль лекарственных растений в жизни человека?*
- *могут ли растения заменить лекарства?*



Подорожник большой

Растение постоянно сопровождает человека. Индейцы Америки называли его «следом белого человека», так как прижатые к поверхности листья напоминают след ноги.

Препараты из листьев применяют при гастритах, остро-кишечных заболеваниях.

Сок свежесобранных листьев подорожника оказывает положительное влияние на заживление ран.

Мелисса

Мелисса, мята лимонная, медовка, маточник, роевник, пчельник (Melissa officinalis) — многолетнее эфиромасличное травянистое растение из рода Мелисса (Melissa) семейства Яснотковые.

Мелиссой лечат расстройства желудка, она улучшает аппетит, ее используют при невралгических и ревматических болях, как мочегонное, применяют при депрессии, бессоннице, нервной слабости, мигрени, бессоннице, общем упадке сил, некоторых формах астмы, простудных заболеваниях, кожных сыпях, болях в сердце и сердцебиениях, коликах в желудке и печени, малокровии и для улучшения обмена веществ. Наружно – при воспалении десен и фурункулезе.

Одуванчик

В пределах нашей страны описано 208 видов одуванчиков.

В русской народной медицине одуванчик считался «жизненным эликсиром»; используется для улучшения пищеварения, успокаивающее средство, полезен при желтухе, бессоннице.

Древние греки и римляне использовали сок одуванчика против веснушек.

В средней Азии для уничтожения бородавок.

Одуванчик

**Носит одуванчик
Желтый сарафанчик.
Подрастет, нарядится
В беленькое платьице.
Пышное, воздушное,
Ветерку послушное.
Он заметный, золотой,
Постарел – и стал
седой.
А как только поседел,
Вместе с ветром
улетел.**



Крапива двудомная

Крапива – древнейшее лекарственное растение. Используется при ревматизме и лихорадки. Сок крапивы применяется при камнях в печени, почках, болезни легких.

В народной медицине листья крапивы используются как средство укрепления волос.

В ветеринарии крапива применяется в качестве наружного средства против гангрены и гноящих ран.

Блюда из крапивы

Крапива – это не просто сорняк или распространенное растение. С древности в нашей стране ее использовали в пищу, считая очень полезной и добавляя во множество самых разнообразных блюд. Итак, что же можно приготовить из крапивы?

Из крапивы можно готовить вкусные щи, крапивники и другие супы, вторые блюда – плов, биточки, омлеты, а также всевозможные салаты и закусочные блюда. Это растение прекрасно сочетается с рисом, картофелем, отлично проявляет себя в пирогах и салатах, очень вкусны приготовленные с нею щи.



Салат из крапивы



Понадобится: крапива молодая, зеленый лук, укроп, петрушка, растительное масло, перец, соль.

Как приготовить зеленый салат с крапивой. Листья крапивы как следует промыть и ошпарить кипятком, мелко нарезать, соединить с мелко рублеными укропом, петрушкой и зеленым луком, подсолить, поперчить и заправить маслом.

Блюда из одуванчика

Для одних это станет настоящим открытием, другие же кулинары наслышаны о том, что одуванчик – растение съедобное, и приготовить из него можно массу блюд. В этой подборке рецептов мы расскажем о самых вкусных, простых в приготовлении и полезных блюдах из одуванчиков.

Разные народы, например китайцы, употребляют одуванчик в пищу с древних времен, в этой стране он считается огородной культурой, в отличие от нашей, где его чаще воспринимают как сорняк. Входило это растение и в рацион первых поселенцев Американского континента. Кушать можно все части этого удивительного растения – цветы, стебли, листья и даже корни.



Блюда из одуванчика



Понадобится: 500 мл мясного бульона, по 100 г щавеля и листьев одуванчика, по 75 г картофеля и сметаны, по 50 г моркови и лука, 25 г томатной пасты, 15 г растительного масла, зелень, соль.

Как приготовить щи с одуванчиком. Картофель нарезать брусочками и отварить в бульоне до готовности, положить нарезанные листья щавеля, бланшированные и нарезанные листики одуванчика, 5-7 мин проварить, подсолить. Морковь и лук мелко нарезать, пассировать, добавив томат, положить пассировку в суп, довести его до кипения. Заправить щи перед подачей сметаной и зеленью, при желании можно также добавить рубленое вареное яйцо.

Викторина:

- *Какое растение называют «зелёный бинт»?*
- *Какое растение поможет избавиться от веснушек?*
- *Какое растение является успокаивающим средством?*

Литература:

- В.С. Лихарев. Лекарства с огорода. – Саратов.: «Детская книга», 2004*
- Н. Надеждина. Во саду ли ,в огороде...-Москва, изд. «Детская литература» 2001*