

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Начальная школа с.Айон»

Исследовательская работа

Айонская кладовая



Авторы:

Учащиеся 2 класса

Руководитель:

Тупольская Татьяна Николаевна, учитель начальных классов

Айон - 2016

Творческое название проекта:

Айонская кладовая

Аннотация

В ходе выполнения проекта, учащиеся познакомятся с окружающим миром. Расширят свои знания о лекарственных травах (из обзора литературы, справочников, бесед с родителями и учителями). Правильное применение лекарственных трав способствует излечению многих болезней. Для лечения некоторых болезней лучше применять натуральные растительные средства, потому что, таблетки имеют побочные эффекты. Поэтому, людям полезно знать о применении лекарственных трав, особенно таких растений, которые растут в их местности, научиться применять.

Разработка темы проекта «Айонская кладовая» не дает утратиться проверенных временем народных способов лечения с использованием натуральных природных средств. В процессе работы над темой происходит приобщение к традициям народа, бережное отношение к природе, связь поколений.

Гипотеза:

Можно прожить без химических лекарственных препаратов, используя лекарственные растения своего края.

Цель проекта:

- выяснить какие лекарственные растения произрастают на территории острова Айон;
- узнать о витаминном составе и целебных свойствах, содержащихся в растениях: ягодах, травах, произрастающих в северном регионе;
- выявить влияние определенных видов растений на организм человека.

Ожидаемый результат:

- Осознанное правильное отношение детей к растениям, помогающим здоровью.
- Сформированные знания о лекарственных растениях.
- Осознание бережного отношения к природным богатствам.

Этапы и сроки проведения проекта:

1 этап – подготовительный - 1 неделя

определение обоснования выбора, основополагающего вопроса для исследования;

поиск информации по проекту

2 этап – аналитический – 1 неделя

корректировка целей и задач проекта;

выработка стратегии решения каждой задачи;

3 этап – практический – 2 недели

поиск информации по интересующей теме (опрос, литература, Интернет, периодика);

4 этап – обработка собранных материалов – 1 неделя

определение главного;

создание материалов для представления результатов

Направления проектной
деятельности



Исследователь



Знахарка



Фитотерапевт



Исследователь

Для работы над проектом я составил план:

1. Узнать, как использовали растения люди в далеком прошлом.
2. Узнать, кто начал изучать свойства растений?
3. Узнать, какие растения мы называем лекарственными?

**Как сказал известный арабский ученый
Авиценна (980-1037гг.)**

**«Нет такой болезни, которую нельзя
вылечить травами, и нет таких растений,
которые не были бы целительными»**



Я узнал:

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



Знахарка



У меня была очень интересная и познавательная работа.

Мой план был такой:

1. Узнать, кого называли «знахарями».
2. Узнать, какие лекарственные растения произрастают на нашем острове?



С древнейших времён знахарство возникло у всех народов и первоначально не отделялось от народной медицины.

Знахари использовали накопленные изначальные знания о целебных свойствах растений, для лечения людей.



- Чтобы узнать какие лекарственные растения растут на нашем острове. Я обратилась за информацией к своему дедушке, он является сторожилой села Айон.
- Дедушка рассказал мне о том, что наш остров очень богат лекарственными растениями, такими как родиола розовая, золотой корень, ромашка, подорожник, чабрец, полынь сенявинская, мать-и-мачеха и др.
- Дедушка показал мне на карте острова Айон, где именно произрастают лекарственные растения. И поделился секретом, как приготовить отвар из золотого корня. Благодаря дедушкиным рассказам я узнала о лекарственных растениях, которые растут на нашем острове. И рассказала своим одноклассникам об этих удивительных лекарственных растениях.



Родиола розовая (золотой корень)



Золотой корень используют при лечении неврозов, для нормализации деятельности центральной нервной системы, вегетососудистой дистонии, гипотонии, переутомлении, туберкулёзе, анемии

Багульник



Багульник очень охотно применяется и в домашнем врачевании. Особенно он является полезным во время простуды с сильным кашлем, начинающемся бронхите. Если человек страдает бронхиальной астмой, то ему дают настой травы. Также этот кустарник отлично подойдёт при заболевании сердца, почек, туберкулёзе лёгких.

Мать – и – мачеха



Применяется при заболеваниях дыхательных органов, катаре верхних дыхательных путей, воспалении легких, бронхиальной астме, ангине.

При выпадении волос – 3 раза в неделю мыть голову отваром.

Ромашка



Отваром ромашки полощут горло при ангине, пьют отвар при кашле и температуре, купают малышей в воде с отваром ромашки, ополаскивают волосы, чтобы они были здоровые, блестящие, красивые.

Ромашку полезно держать там, где хранятся продукты (не будет мышей).

Подорожник



Подорожник люди используют для заживления ран.

Свежий лист подорожника нужно помять в руках, чтобы появился сок, и приложить к ранке или ожогу.

Вскоре они заживут, боль пройдет.

Отвар подорожника пьют при болезнях желудка.

Одуванчик



Корень одуванчика выкапывают, моют, сушат, перетирают в порошок и используют при многих болезнях.

Настой из корня пьют для улучшения аппетита и при некоторых желудочно-кишечных заболеваниях.

Из свежих зелёных листьев весной делают полезный салат.

А из жёлтых цветов варят варенье.



Фитотерапевт

Для работы над проектом я составила план:

1. Узнать, что означают такие понятия как: фитотерапия, ягодотерапия, ароматерапия.
2. Какие полезные свойства несут с собой фиточаи?
3. Провести опрос и узнать какие лекарственные растения, растущие у нас на острове используют жители?



Ягодотерапия - это лечение ягодами.

Изучив химический состав северных ягод, врачи признали за ними силу лекарств. Они и излечивают и предупреждают некоторые заболевания. Все эти северные ягоды растут у нас на острове.



Морошк



Шикш



Брусник

а



Голубик

а



Фитотерапия, фиточай – это чай, который готовят исключительно из растений. В состав фиточая могут входить травы, цветы, листья, плоды, семена и кора растений. Исходя из этого, понятно, что фиточай является исключительно натуральным продуктом.

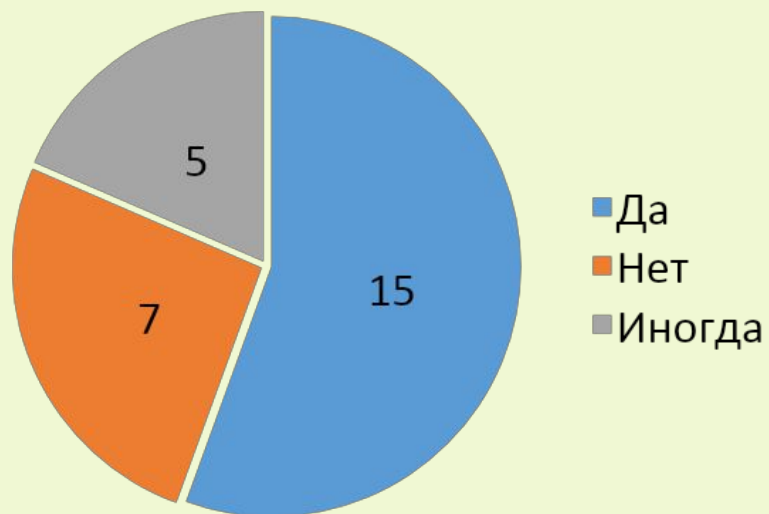


Мы узнали, что:

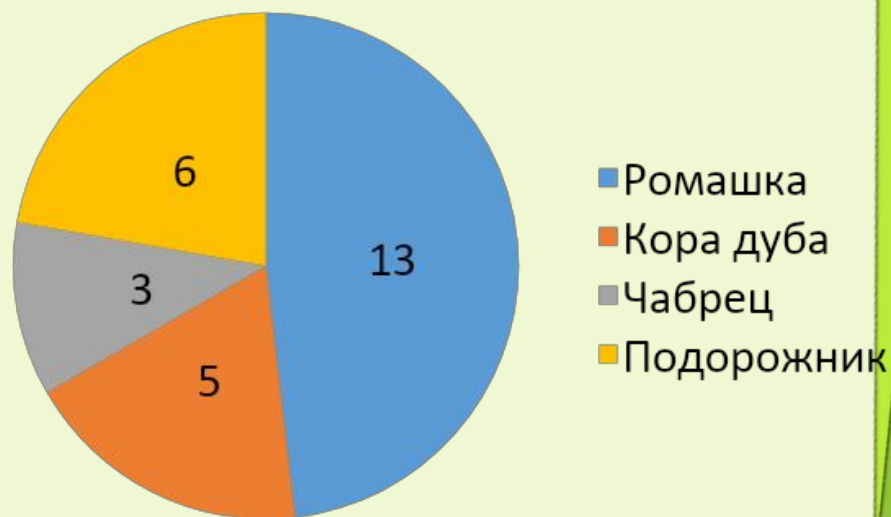
одним из основных правил является то, что нельзя заваривать чай крутым кипятком, чтобы он не потерял полезные свойства. Не желательно заваривать фиточай в алюминиевой посуде, так, как она может изменить вкус чая. И не забывать, что сахар лучше не добавлять в чай. Его можно заменить на мед.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ . ОПРОС.

Всегда ли Вы применяете лекарственные растения, растущие на нашем острове для своего лечения?



Какие лекарственные растения, на ваш взгляд являются эффективными?



По результатам анкетирования, на диаграммах видно, что уровень знаний у жителей села о лекарственных растениях и ягодах нашего края высок.



Ароматерапия – это одно из важнейших направлений натуральной медицины. Она используют эфирные масла для лечения многих болезней. Эфирные масла воздействуют на человека двумя способами: запах масла действует на наш мозг и второй способ - через кожу или слизистую оболочку.



А еще мы узнали, новое понятие. Ароматерапия. На фотографии я использую масло цитрусовых (апельсин). Аромат апельсина — яркий и радостный, нежный, сладкий, дразнящий запах освежает и бодрит; обладает целым рядом мягких терапевтических свойств; аромат достаточно мягок для детей.

Заключение

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза получила подтверждение, что лучшая аптека это природа.

Настало время рационально использовать и воспроизводить лекарственные растения, чтобы не обеднять природу. Мы должны сберечь то, что для нас сохранили наши предки. Каждый из нас должен научиться искать, собирать и охранять дары природы. Лекарственные растения должны стать истинными друзьями нашего здоровья.

Проведя такую работу, узнав столько интересного, мы на себе испытали целебное действие окружающих нас растений. Мы в своих семьях пьем чай, заваренный на травах, пьем морсы из ягод. С родителями решили делать запасы сборов разных трав, и ягод не покупая их в аптеке. Мы считаем, что можно поддерживать свое здоровье, используя «лекарство у нас под ногами», которое дешевле, а порой и полезнее химических препаратов.

Лекарственных растений еще много на Земле, но мы должны разумно их использовать. Все мы дети Земли, должны заботиться о растениях.

Каждый человек должен помнить:

«Земля без нас сможет существовать, а мы без нее нет»!

Давайте помнить об этом!



Список используемой литературы

1. Б.Н. Гажев, Т.А. Виноградова и др. Лечение детей лекарственными растениями СПб. «Аспект», 1995, (Серия: «Домашняя фитотерапия»).
2. В.М. Виноградов, Т.А. Виноградова, В.Н. Гажев и др. справочник по травоведению детей и взрослых. СПб. «Фолиант», 1995.
3. А.В.Волков Логика здоровья. Принципы, вопросы, ответы. - М.: ОЛМА – ПРЕСС, 2004.
4. Н.Вермейлен Полезные травы. 2002.
5. С.Л. Красилов Легенды о цветах. 1990 г.
6. Медицинский портал – www.neboleem.net
7. А.М. Носов Лекарственные растения. 2004.
8. А.Н.Обухов «Лекарственные растения, сырье и препараты» 1962 – с.298
9. Н.Н. Сафронов Полный атлас лекарственных растений. 2005.
10. А.С.Пастушенков «Лекарственные растения». 1999.