

Лекарственные растения моего края



Ахмеднамбеев Денис, 4 класс

Я живу в Сибири. Наш край славится хвойными лесами, которые образуют тайгу. В тайге растет много лекарственных растений, которые помогают человеку бороться со многими болезнями.

Сегодня я расскажу о некоторых, которые помогают нам бороться с простудой и гриппом.



МАЛИНА

Заваренные в виде чая сухие ягоды малины оказывают прекрасное жаропонижающее средство при простудных заболеваниях. Также этим отваром можно полоскать больное горло.



ОБЛЕПИХА

А

Облепиха укрепляет иммунитет, помогает бороться с возбудителями простудных инфекций. Её настой, смешанный с медом, придает силы ослабленному болезнью организму.



КЛЮКВА БОЛОТНАЯ



Целебными являются плоды. В них содержится много витамина С, который прекрасно понижает температуру, обладает противомикробным действием.



СОСНА А



Почки сосны используют как отвар, который обладает противомикробным действием. При насморке полезно вдыхать пары растертой хвои.

Также отдых в сосновом лесу улучшает настроение и укрепляет здоровье человека.

Я считаю, что лучше лечить простудные заболевания лекарственными растениями, чем лекарствами химического происхождения.

Поэтому надо берегати нашу природу, которая даёт



Юсупов Рахман, 2 класс.

Я приехал из Чечни, города Грозный.
Бабушка лечит меня народными средствами. Если я начинаю кашлять, она заваривает чабрец и я пью его с молоком. А еще она дает мне козий жир с молоком. Очень невкусно, но кашель быстро проходит.



Иваницкая Елизавета, 3 класс, г.
Ярославль.

При лечении простудных заболеваний используют отвары, приготовленные из лекарственных трав. В нашей местности это ромашка аптечная, липа, подорожник, шалфей, календула, мать-и-мачеха. Все эти травы нужно после сбора сушить, измельчать, заливать водой и кипятить на водяной бане в течении 20 – 30 минут. Отвар процедить и принимать несколько раз в день.



**Авторы проекта
«Лекарственные растения моего края»**

**Ахмеднамбеев Денис, ученик 4 класса, Сибирь.
Иваницкая Елизавета, ученица 3 класса,
центральный регион России.
Юсупов Рахман, ученик 2 класса, Северный
Кавказ.**

ГБОУ школа№409
СП при НИДОИ им. Г.И.Турнера
Г.Пушкин
2012 – 2013г.