

**...ЕСЛИ ВДРУГ СЛУЧИЛСЯ...**

**"Ч-Ч-ЧИХ!"**

**НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА  
ПРИ ЛЕЧЕНИИ ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ**

***Проект проводится в рамках  
следующих учебных областей:***

- ***Химия***
- ***Биология***
- ***География***
- ***Информационные технологии***
- ***ОБЖ***
- ***Экономика***



НА ВСЯКУЮ БОЛЕЗНЬ СВОЕ ЗЕЛІЄ ВИРОСЛО

# Проверить эффективность средств народной медицины при лечении простудных заболеваний





## ***Ц Е Л И:***

- 1. Показать возможности средств народной медицины;***
- 2. Исследовать: имеет ли смысл использовать средства народной медицины для профилактики простудных заболеваний.***

# **З А Д А Ч И:**

1. Собрать распространенные народные средства лечения простудных заболеваний.
2. Провести опрос учащихся, соседей, учителей о применении различных средств при простуде.
3. Ввести и обработать полученные результаты с помощью ЭВМ.
4. Сделать сравнительный анализ результатов применения средств традиционной медицины и народной.
5. Обобщить профилактические рекомендации .

## ***Дидактические цели проекта:***

- *Формирование критического мышления, навыков поиска, переработки и структурирования информации;*
- *Применение интегрированных знаний в области гуманитарных и естественнонаучных дисциплин;*
- *Развитие коммуникативных способностей и комплексного подхода к использованию средств народной медицины.*

# **Методические цели проекта:**

- **Научить практическому применению теоретических знаний:**
  - о полезных свойствах лекарственных растений (химия, биология);
  - о географических зонах произрастания лекарственных растений (биология, география);
  - об использовании информационных технологий в поиске и обработке информации (информатика);
- **Отработать навыки сравнительного анализа различных подходов при лечении простудных заболеваний (экономического, природного, потребительского и др.);**
- **Познакомить с историей, технологией народных средств лечения.**



# АНКЕТА

1. *Фамилия, имя, отчество.*
2. *Ваш возраст*
3. *Какие средства ( врачебные или народные) Вы используете при лечении простуды?*
4. *Сколько денег у Вас уходит на курс лечения простуды?*
5. *Сколько времени Вы тратите на полное выздоровление?*



# НАРОДНЫЕ РЕЦЕПТЫ

**ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ**

**ПРИ НАСМОРКЕ**

**ПРИ КАШЛЕ**



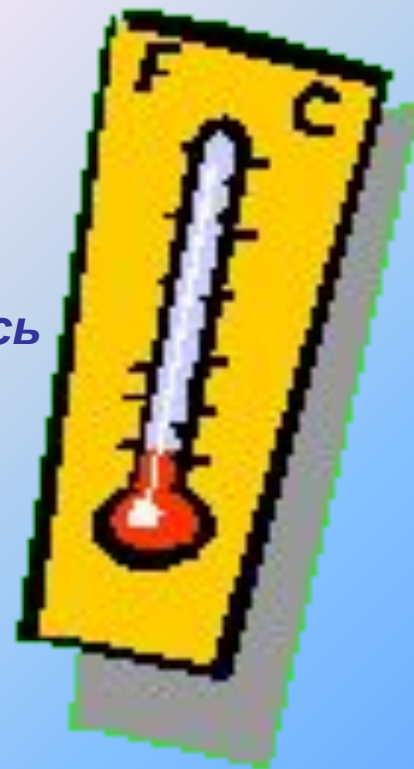
## Если у ВАС ЖАР

*При повышенной температуре на Руси издревле применялись лекарственные растения и травы. Большой популярностью у наших предков пользовались отвары и чай.*

- Чай с малиной
- Чай с брусникой
- Клюквенный морс
- Отвар из листьев смородины

*Также при повышенной температуре применялись различные обтирания и компрессы.*

- Компресс с уксусом
- Обтирание водно-спиртовым раствором



## **Если у ВАС НАСМОРК**

*При затрудненном носовом дыхании народная медицина предлагает следующие рецепты:*

- *Ингаляции с отварами лекарственных трав (ромашка, календула, мята и т.д.)*
- *Закапывание в нос сока алоэ, моркови, свеклы.*
- *Исключить из питания молочные продукты для уменьшения образования слизи.*
- *Пропаривание рук и ног в горячей воде солью и горчицей.*





## **Если у ВАС КАШЕЛЬ**

**Первейшим средством при кашле считается сок черной редьки с медом (мед можно заменить сахаром). Применять внутрь по десертной ложке за полчаса до еды.**

**Также популярными средствами для борьбы с кашлем являются:**

- Настой из трав календулы, ромашки, чабреца.**
- Горячее молоко с медом и сливочным маслом.**
- Ингаляции с лекарственными травами.**

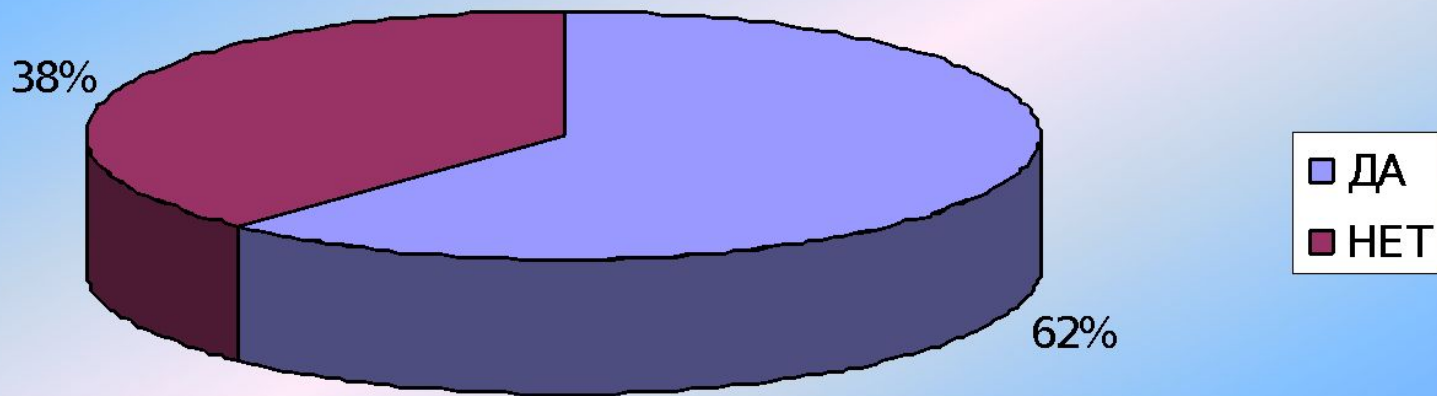




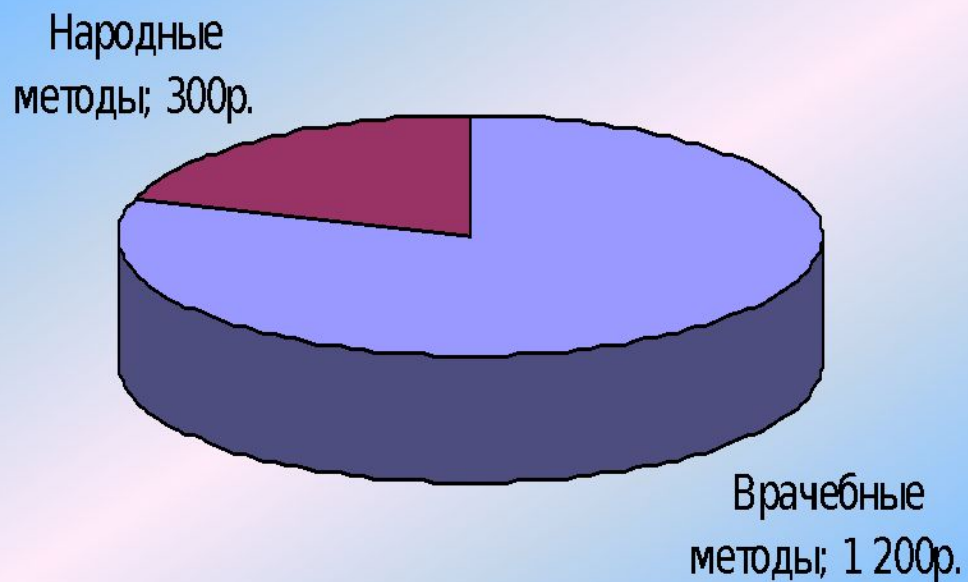
## ***АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ***

*Наша группа провела опрос 100 человек на предмет использования средств народной медицины при лечении простуды. Нами получены следующие результаты:*

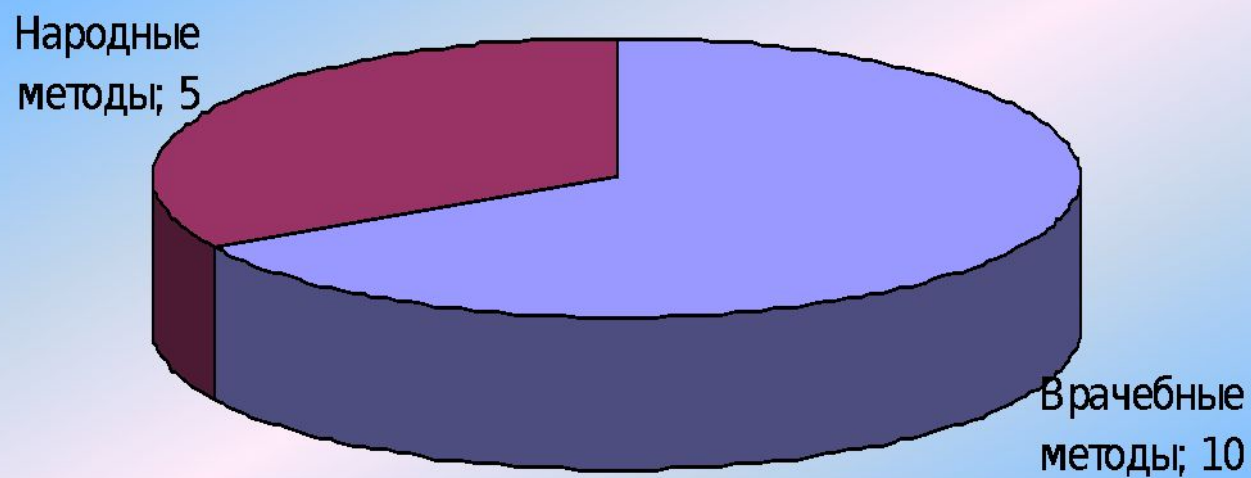
*Используют 62%, не используют 38%*



## ***Материальные затраты при лечении простудных заболеваний:***



## ***Временные затраты при лечении простудных заболеваний:***



Amphipodien  
Copepoden  
Zoo plankton  
besonder in der  
Tiefe



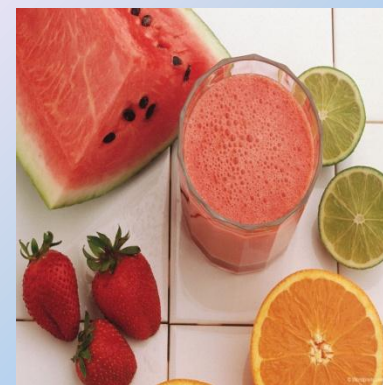
# ***ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ***

***1. Если хочешь быть здоров – закаляйся!***

***2. Занимайтесь физкультурой и спортом!***



***3. Пейте натуральные соки, ешьте побольше свежих фруктов и овощей!***

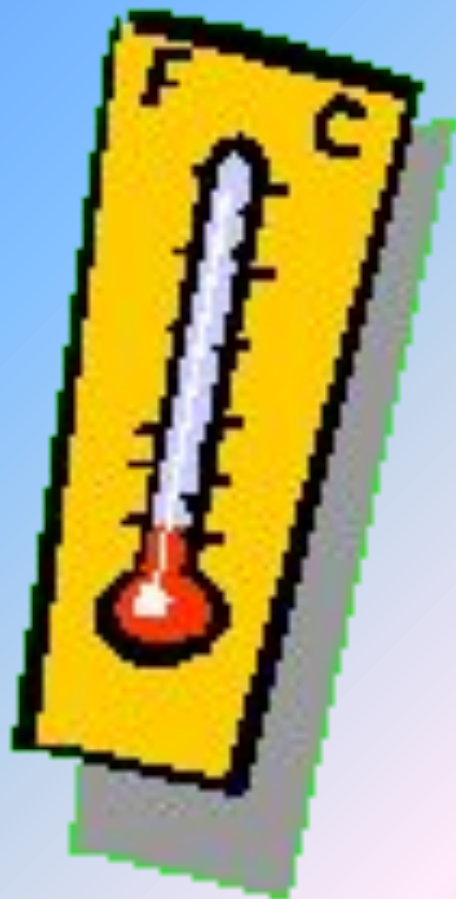


***4. Больше гуляйте на свежем воздухе.  
Обтирайтесь прохладной водой,  
принимайте контрастный душ!***

***5. Будьте доброжелательны к окружающим  
Вас людям! Радуйтесь жизни!***



**P S:**



**ЕСЛИ У ВАС ЖАР, НАСМОРК,  
БОЛИТ ГОРЛО И СЛЕЗЯТСЯ ГЛАЗА,  
ВЫПЕЙТЕ И СЪЕШЬТЕ ВСЁ, ЧТО МЫ  
ВАМ ПОСОВЕТОВАЛИ, ЗАКАПАЙТЕ  
И НАТРИТЕСЬ ВСЕМ, ЧТО ИМЕЕТСЯ  
В ДОМЕ, ЗАКУТАЙТЕСЬ И  
ЗАВЯЖИТЕСЬ, И ПОСТАРАЙТЕСЬ  
ДОЙТИ ДО ТЕЛЕФОНА, НАБРАТЬ  
«03» И ВЫЗВАТЬ «СКОРУЮ  
ПОМОЩЬ»**

## **ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ**

1. *И. Панкеев. Тайны народной медицины. Изд. Яуза; Москва, 1997*
2. *Изольда Кискальт. Траволечение. Изд. АСТ-Пресс; Москва, 1998.*
3. *Здоровый образ жизни.*
4. *WWW. Directmedia. ru*

