

...Если вдруг случится...

"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 ЗЕЛЬЕ ВЫРОСЛО

Проверить эффективность средств народной медицины при лечении простатита за 3000леваный



Ц Е Л И:

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

ЗАДАЧИ:

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



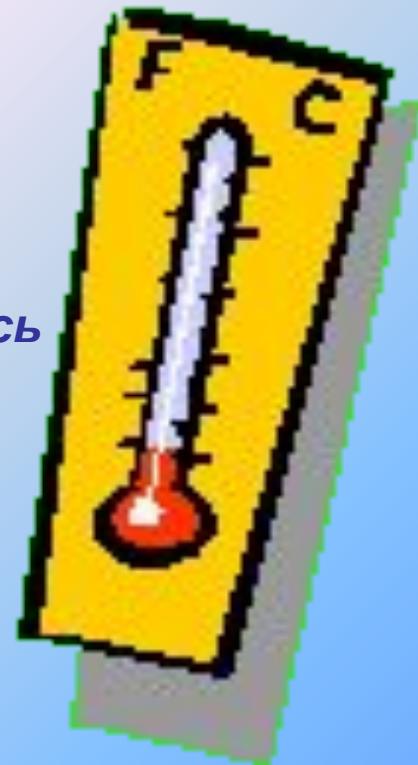
Если у ВАС ЖАР

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

- 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:

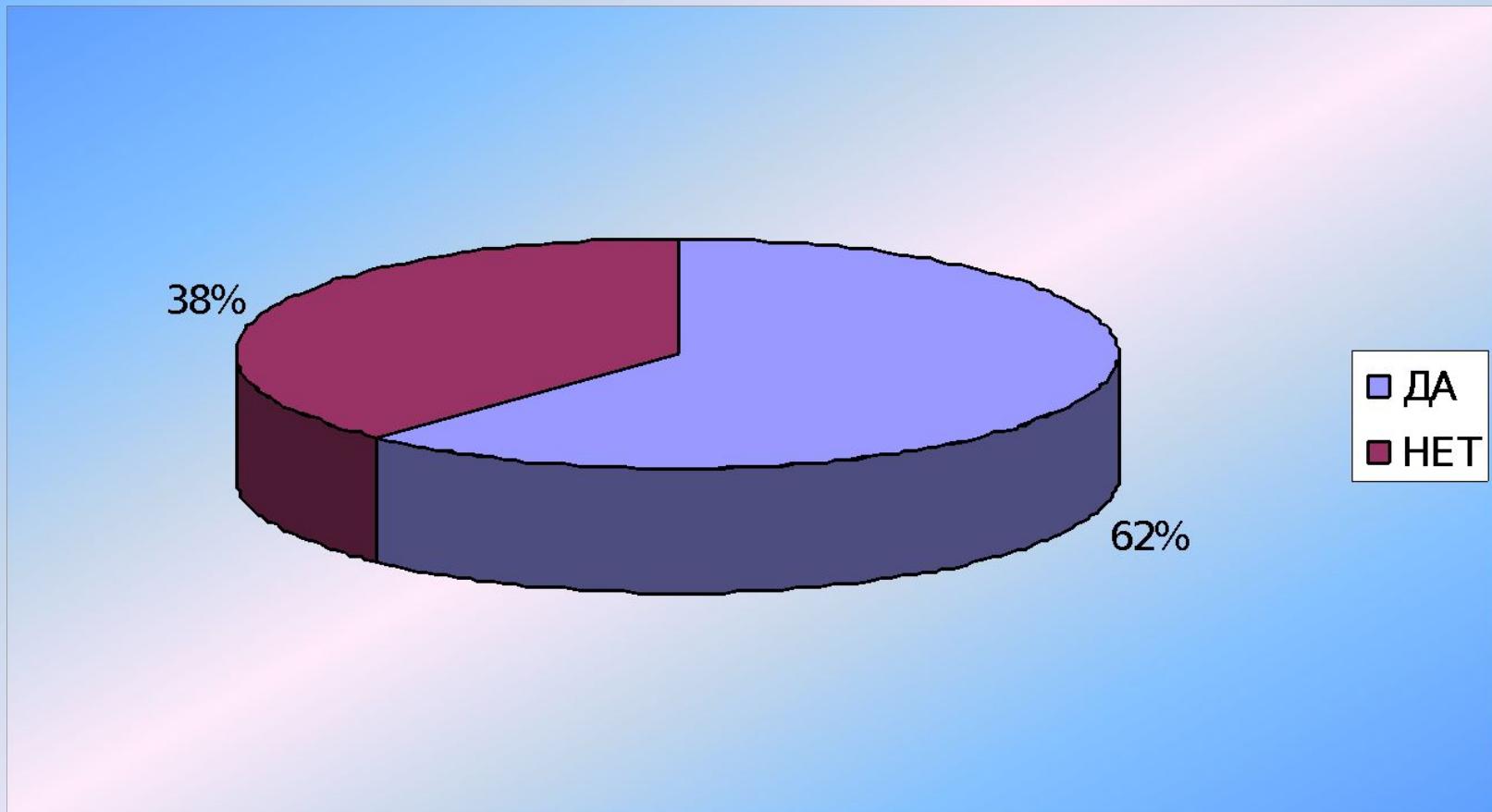
- Настой из трав календулы, ромашки, чабреца.*
- Горячее молоко с медом и сливочным маслом.*
- Ингаляции с лекарственными травами.*



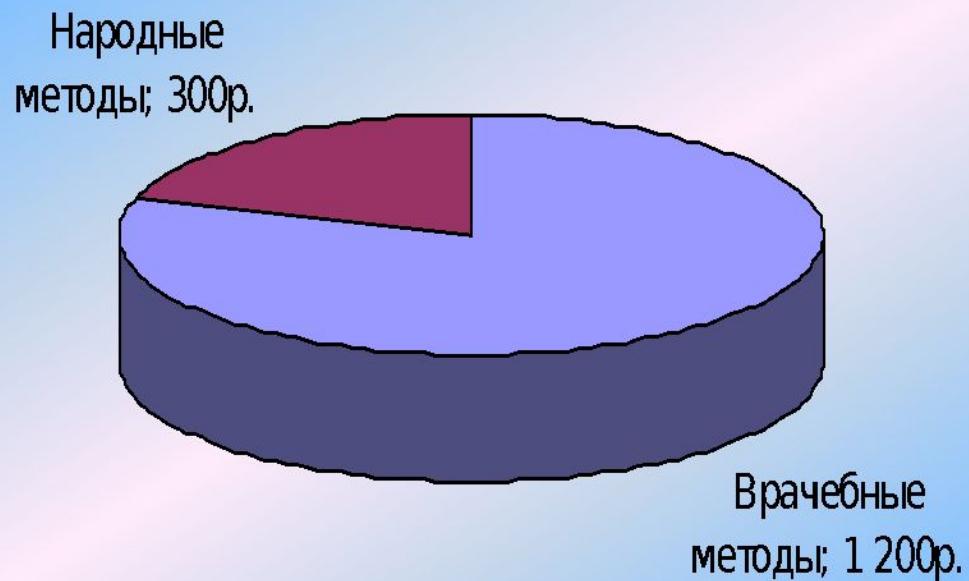
АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ

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

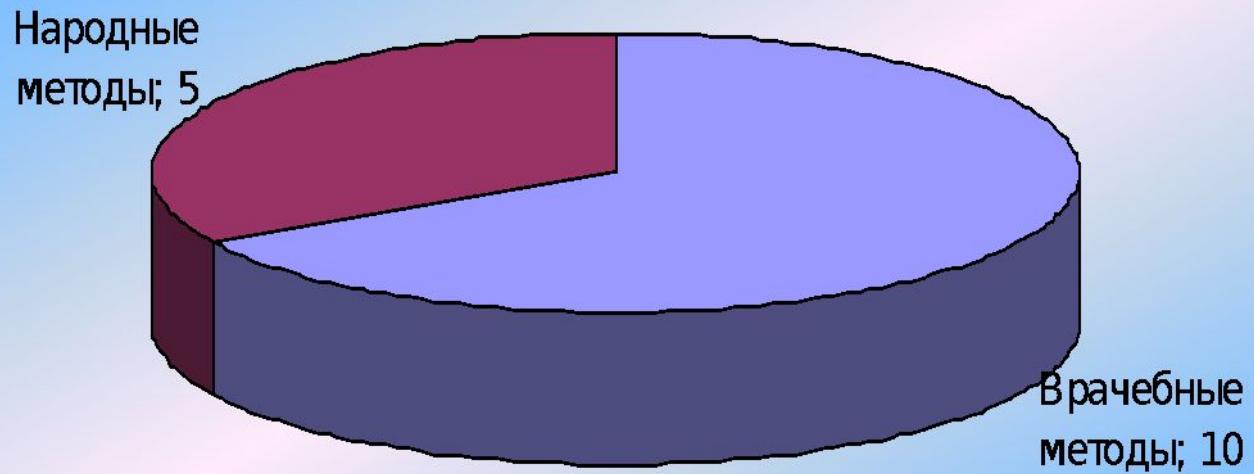
Используют 62%, не используют 38%



Материальные затраты при лечении простудных заболеваний:



Временные затраты при лечении простудных заболеваний:





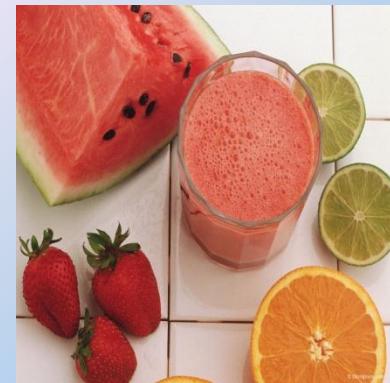
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Если хочешь быть здоров – закаляйся!



2. Занимайтесь физкультурой и спортом!

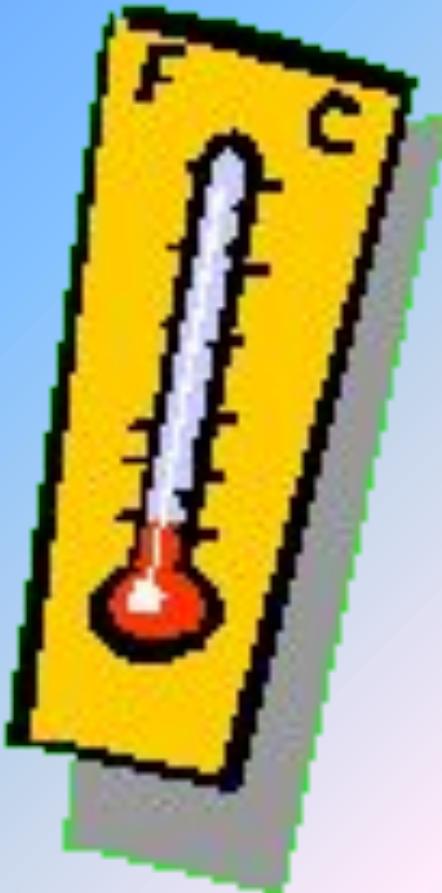
3. Пейте натуральные соки, ешьте побольше свежих фруктов и овощей!



**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 Кискалът. Траволечение. Изд. АСТ-Пресс; Москва, 1998.
3. Здоровый образ жизни.
4. [WWW. Directmedia. ru](http://WWW.Directmedia.ru)

