

# «Лекарственные растения моего края»

Работу выполнил  
учащийся 2 б класса

ГБОУ «Санаторная школа-интернат г. Петровска»  
Саратовской области

**Кобзев Артём**

Руководитель: **Осинкина Оксана Валентиновна**,  
учитель начальных классов

ГБОУ «Санаторная школа-интернат г. Петровска»  
Саратовской области

«УМК любой»

[OsincOx73@mail.ru](mailto:OsincOx73@mail.ru)

## План работы

- Изучить литературу о лекарственных растениях нашего края
- Узнать о полезных свойствах лекарственных трав и их применении
- Провести анкетирование среди учащихся и узнать, что они знают о лекарственных травах
- Отследить полученные результаты и сделать выводы

Очень часто мама мне заваривает душистый и вкусный чай из трав. Я никогда не задумывался, что это за травы. А на уроках окружающего мира мы проходили тему «Лекарственные растения нашего края». И тогда мне стало интересно: травы, которые мне заваривает мама, являются ли лекарственными?

Итак, я выдвигаю **гипотезу**: я считаю, что в природе есть полезные лекарственные травы, из которых можно заваривать чай.

**□ Цель исследования** - изучить лекарственные растения нашего края

✓ Для решения поставленной цели использовались **методы**:  
поиск и изучение литературы,

✓ работа в сети интернет,

✓ работа со словарями,

✓ беседы с родителями и учителями.

Лекарственные растения— обширная группа растений, органы или части которых являются сырьём для получения средств, используемых в народной, медицинской или ветеринарной практике с лечебными или профилактическими целями.

Мне хочется рассказать о травах, которые мне заваривает мама. Оказывается, душистая травка— это **чабрец**.

**Растет у нас в районе «Панфиловского» пруда.**

Тимьян, или Чабре́ц—низкорослые ароматические полукустарнички до 35 см высотой с деревянистыми лежачими или восходящими стеблями (стволиками), прямостоящими или приподнимающимися травянистыми цветоносными ветвями.

Листья разнообразны по размеру, жёсткие.

Цветки собраны на концах ветвей в головчатые или удлинённые соцветия. Плод — коробочка с четырьмя чёрно-бурыми почти шаровидными орешками.

Цветение в июне — августе. Плоды созревают в августе — сентябре.



## Применение

Листья используют как пряность в кулинарии, консервной и ликёро-водочной промышленности. Некоторые виды тимьяна входят в состав смеси приправ, известной как «прованские травы». Стебли вместе с листьями и цветками можно заваривать как чай.

Эфирное масло тимьяна применяют для **отдушки косметических средств** — туалетного мыла, помад, крема, зубных паст, а также **в фармацевтической промышленности**.

## В медицине

Тимьян с древности почитался как божественная трава, способная возвращать человеку не только здоровье, но и жизнь. Отвары и порошок в народной медицине применяют в виде повязок при радикулите, воспалении седалищного нерва. В виде отвара или мази на меду он способствует отхаркиванию и успокаивает боли. Тимьян способствует пищеварению. В виде **ванн тимьян** полезен при нервных заболеваниях, радикулите, ревматизме, кожных сыпях, заболеваниях суставов, мышц.



## Заготовка сырья

Для лечебных целей используют облиственные веточки (трава чабреца). Траву растения собирают в период полного цветения, не выдёргивая с корнями, сушат на открытом воздухе в тени, расстилая слоем 5—7 см на бумаге или ткани, часто перемешивая. Хранят сырьё в сухом проветриваемом помещении 2 года.

**Тимьян красивенький** (встречается только в Краснодарском крае) занесён в **Красную книгу России**.

**Иван - чай** -это еще одна из лекарственных трав, которые мне заваривает мама. Самый известный вид — Иван-чай узколистный, иногда называемый в народе «кипрей», из которого приготавливается традиционный русский травяной напиток. Многолетнее травянистое растение высотой 50—150 (до 200) см.

Корневище толстое, ползучее.

Стебель прямостоячий, округлый, простой, голый, густо облиственный.

**Народные названия** иван-чая узколистного: кипрей, плакун, скрипник, копорский чай, хлебница, мельничник, дремуха, маточник.

«Иван-чай» — древнерусское название, дошедшее до нас. Оно гласит, что когда-то жил паренёк Иван. Он любил щеголять и большую часть времени проводил среди цветов. Местные жители, видевшие мелькавший среди зелени алый цвет, поговаривали: «Да это Иван, чай, ходит.» И до того к этому привыкли, что не заметили отсутствия Ивана, а на неожиданно появившиеся у околицы села алые цветы, стали говорить: «Да это Иван-чай».



## **Хозяйственное значение и применение**

Настои и отвары листьев иван-чая обладают **сильным противовоспалительным и обволакивающим** свойствами.

**Растет у нас в районе дач села Антиповка.**



**Действует успокаивающе** на центральную нервную систему.

**Иван-чай положительно действует на работу сердца.**

Является модулятором настроения, **снижает агрессивность, стресс.** Фитопрепараты из кипрея узколистного **оказывают благоприятное действие при бессоннице, головной боли.**

Народные травники и современные фитотерапевты применяют иван-чай **при лечении язвенной болезни** и других болезней желудочно-кишечного тракта.

Препараты кипрея узколистного **в виде настоя используются при лечении различного рода экзем, псориаза** и других болезней кожи, особенно если они сопровождаются расстройствами желудочно-кишечного тракта.

## Результаты анкетирования

Изучив дополнительную литературу, поговорив с учителем и родителями я узнал, что в нашем крае произрастают лекарственные растения и они очень вкусные и полезные.

Мне стало интересно, а что знают учащиеся 2-4 классов нашей школы о таких лекарственных травах, как чабрец и иван-чай.

*В анкетировании принимали участие 78 учащихся.*

**Задавал вопрос:** что вы слышали о лекарственных травах -чабреце и иван-чае?

- ❖ Чабрец не знают – 32 чел. (2-3 классы),
- ❖ Иван –чай слышали (но не знают, что произрастает у нас) -34 чел. (3-4 классы)

Оказывается, что не все опрошенные учащиеся знают, что чабрец и иван-чай –это лекарственные травы и произрастают в нашей местности.



## Вывод:

Прочитав дополнительную литературу, просмотрев страницы и материал в интернете, побеседовав с родителями и учителями, я убедился, что в природе есть полезные лекарственные травы, из которых можно и заваривать чай, так как он полезен для организма.



## В своей работе использовал литературу:

- Ребрик Е. Лишь запах чабреца, сухой и горьковатый... // Вестник цветовода : журнал. — 2009. — № 9.
- Иван-чай узколистный // Иллюстрированный определитель растений Средней России. В 3 т. — М.: Т-во науч. изд. КМК, Ин-т технолог. иссл., 2011. — Т. 2. Покрытосеменные . — С. 584. — ISBN 9-87317-128-9.
- Кощев А. К. Дикорастущие съедобные растения в нашем питании. — М.: Пищ. пром-сть, 2009. — 258 с.
- Корсун В. Ф., Викторов В. К. и др. Русский Иван-чай. — М.: Артес, 2013. — 140 с. — ISBN 978-5-903926-13-8.
- <http://vk.com/public69596558>
- <http://fitoherbs.prom.ua/p1072776-chabrets-trava-timyan.html>
- [https://alleyann.ru/assets/images/products/ThymusSerpillum/ThymusSerpillum\\_02.jpg](https://alleyann.ru/assets/images/products/ThymusSerpillum/ThymusSerpillum_02.jpg)
- <http://3.bp.blogspot.com/Sr5ETjHC8bc/UywNgMSmd9I/AAAAAAAAADkY/mko54MrzwjY/s1600/%D1%82%D0%B8%D0%BC%D1%8C%D1%8F%D0%BD.jpg>
- <http://koporka-tea.umi.ru/images/cms/data/d540321b7119bccee4e9d95173a0ce9a.jpg>
- [http://static.baza.farpost.ru/v/1366599400426\\_bulletin](http://static.baza.farpost.ru/v/1366599400426_bulletin)
- [http://aptekaveka.ru/content/img\\_cache/catalog\\_big/catalog/da0fe307d49ad56d7a558ac25f8d2153.jpg](http://aptekaveka.ru/content/img_cache/catalog_big/catalog/da0fe307d49ad56d7a558ac25f8d2153.jpg)
- [http://poradumo.pp.ua/uploads/posts/2014-12/chim-lkuvati-bronht\\_597.jpeg](http://poradumo.pp.ua/uploads/posts/2014-12/chim-lkuvati-bronht_597.jpeg)
- <http://media.vorotila.net/items/f/4/8/t1@f48b1d60-2da9-4bdf-9e70-fc2012c426f4.jpg>
- [http://www.deguapas.com/wp-content/uploads/2013/09/infusion\\_tomillo.jpg](http://www.deguapas.com/wp-content/uploads/2013/09/infusion_tomillo.jpg)