**Лекарственные растения**

(занятие экологического кружка в начальных классах)

**Цель занятия** : 1) познакомить учащихся с лекарственными растениями леса;

2) развивать наблюдательность, умение распознавать растения;

3) воспитывать интерес, любовь и бережное отношение к природе.

**Оборудование** : 1) картина русского леса;

2) открытки «Деревья русского леса», иллюстрации лекарственных растений;

3) кроссворд « Лесная аптека».

**Ход урока.**

**I. Сообщение темы и цели урока.**

– Ребята, сегодня мы продолжим разговор о природе, совершим заочное путешествие по лесу и познакомимся с лекарственными растениями леса.

**II. Вводная беседа о лесе:**

– Почему мы с лесом дружим,

Для чего он людям нужен? (Ответы учащихся о пользе леса.)

– А какие загадки о лесе и его обитателях вы знаете? (Дети по одному загадывают загадки своим товарищам, 6 – 8 чел.)

– Когда вы, ребята, идёте в лес, вы должны хорошо знать правила поведения в лесу. Какие это правила?

– Вот мы и в лесу.

Здравствуй, лес, дремучий лес,

Полный сказок и чудес!

Ты о чём шумишь листвою

Ночью тёмной, грозовою?

Что нам шепчешь на заре,

Весь в росе, как в серебре?

Кто в глуши твоей таится?

Что за зверь? Какая птица?

Всё открой, не утаи,

Ты же видишь, мы свои!

**III. Знакомство с лекарственными растениями.**

– Русский лес! Ни один пейзаж так не богат красками, как русский лес. Лес прекрасен в любое время года. Нет ни одного русского поэта, писателя, художника, который не воспел его в своих произведениях. Значение леса в жизни человека чрезвычайно велико и многообразно.

Лес был первой аптекой, в которую наши древние предки обращались за лекарствами. В настоящее время насчитывается около 600 видов растений, используемых в медицине. Только надо их знать и уметь ими пользоваться. Сегодня мы поговорим о наиболее распространенных лекарственных растениях леса.

БЕРЁЗА – одно из самых красивых и поэтических растений русского леса. С глубокой древности берёза была любимым деревом славян, почиталась у них как символ весны и Родины. Берёза даёт целый ряд лекарственных продуктов:

– Сухой перегонкой древесины получают густую тёмную жидкость – дёготь, которым лечат раны, язвы, ожоги, кожные заболевания.

– С незапамятных времён русские люди парились берёзовыми вениками в бане и недаром: листья берёзы обладают способностью убивать болезнетворные микробы.

Настои и отвары берёзовых почек применяют при болезнях органов дыхания, почек, при кожных заболеваниях.

Берёзовый сок – прекрасный и , главное, очень полезный напиток – рекомендуется как общеукрепляющее средство. Сок можно брать только с тех берёз, которые подлежат вырубке.

СОСНА – это дерево слывёт в народе жемчужиной северного леса. Хвоя идёт на приготовление витаминных напитков и ранозаживляющих паст. Почки, собранные ранней весной в период набухания, исцеляют от болезней верхних дыхательных путей. Воздух соснового бора исцеляет больных и ослабленных людей, поэтому в сосновых борах строят дома отдыха и санатории.

ДУБ – в переводе с латинского языка означает красивое крепкое дерево, он достигает 40 – 50 метров высоты. Кора молодого дуба применяется в медицине как вяжущее средство.

ЧЕРЁМУХА – издавна известна как лекарственное растение. Плоды заваривают и применяют внутрь как вяжущее средство при расстройствах кишечника. Кора считается в народе хорошим мочегонным и потогонным средством.

ЛИПА – Издавна липовый цвет заваривают и пьют как чай – это старинное средство лечения от простуды.

РЯБИНА. В народной медицине рябину употребляют как мягкое слабительное, мочегонное и кровоостанавливающее средство, а также при заболевании лёгких и ревматизма.

Широко используют в медицине плоды ШИПОВНИКА. Они богаты витамином С, который способствует заживлению ран, помогает с успехом бороться с болезнетворными микробами.

Богаты витаминами ягоды КАЛИНЫ, ЛЕСНОЙ ЗЕМЛЯНИКИ, МАЛИНЫ, ЧЕРНИКИ и БРУСНИКИ.

Не случайно в народе говорят: «В доме, где едят землянику и чернику, врачам делать нечего».

Богат лес такими лекарственными растениями, как : ДУШИЦА, ЧИСТОТЕЛ, ВАЛЕРИАНА.

Препараты из корней валерианы применяют как успокаивающее средство при нервном перевозбуждении, а также для регулирования деятельности сердца.

– Ребята, послушайте, как работает ваше сердце. Сильно стучит? Вы, наверно, устали. Давайте отдохнём.

**IV. ФИЗМИНУТКА.**

Здравствуй,

Светлая лужайка!

Чем богата, угощайка!

Угощу на славу всех.

Вот брусника.

Вот орех,

Вот – родник студёный, пей…

Есть чем потчевать гостей!

**V. Сценка « У доктора Нехворайкина.»**

– Мы углубляемся всё дальше в лесную чащу. Но далеко не всем путешественникам везёт в походе. Иногда пойдут ребята в лес на экскурсию или за грибами и вдруг несчастье: кто – нибудь натёр ногу или поранил её. Что делать? Вперёд идти тяжело, а до дому не дойти. И аптеки нет поблизости. Как же быть? Предоставим слово доктору Нехворайкину.

1-й больной: Здравствуйте, доктор! У меня болит сердце, чем его лечить?

Доктор : При болезни сердца помогают капли ландыша ( показывает иллюстрацию.)

Родился ландыш в майский день,

И лес его хранит.

Мне кажется его задень, –

Он тихо зазвенит.

И этот звон услышал луг

И птицы и цветы вокруг.

Цветы ландыша идут на изготовление капель, которые употребляют как средство, успокаивающее сильное сердцебиение.

2-й больной : Доктор, у меня плохой аппетит, что мне делать?

Доктор : Вам поможет корень одуванчика.

Носит одуванчик

Жёлтый сарафанчик.

Подрастёт, нарядится

В беленькое платьице,

Пышное, воздушное,

Ветерку послушное.

Он заметный, золотой,

Постарел и стал седой,

А как только поседел,

Вместе с ветром улетел.

Корень этого растения возбуждает аппетит, его охотно едят и животные.

3-й больной : Я часто болею ангиной. Какие лекарственные растения мне помогут вылечиться?

Доктор : Это растение – лекарственная ромашка.

Золотая середина,

И лучи идут кругом.

Это может быть, картина?

Солнце в небе голубом?

ЧТЕЦ: Если случится тебе простудиться,

Привяжется кашель, поднимется жар,

Придвинь к себе кружку, в которой дымится

Слегка горьковатый, душистый отвар.

Знакомые с детства, родные ромашки…

Вот легкий поповник у нашей реки.

Как белые звёзды, средь розовой кашки

В букете сияют его лепестки.

Он «любит не любит» ответить нам может

И глянет приветливо жёлтым глазком.

Вот эта ромашка знакома нам тоже –

Её мы лекарственным другом зовём.

ДОКТОР : Лекарственная ромашка используется от простуды, кашля.

4-й больной : Доктор, от болезни желудка какое растение помогает?

ДОКТОР : Вам поможет тысячелистник.

Каждый лист разбит на дольки

Подсчитай-ка, долек сколько?

8,10, 20, 30…….

Тут легко со счёта сбиться.

У кого желанье есть

Дольки снова перечесть?

5-й больной : Доктор, какое растение может заменить вату?

ДОКТОР : Вату заменит мох сфагнум.

ЧТЕЦ: Меж клюквы и морошки

Жилец лесных болот.

На кочке мох без ножки,

Куда ни глянь растёт.

Он снизу седоватый,

Повыше – зеленей.

Коль нужно будет ваты,

Нарви его скорей.

На кустиках поляны

Подсушен в летний зной,

Он партизанам раны

Лечил в глуши лесной.

ДОКТОР : Мох хорошо впитывает кровь и гной. Да и раны скорее заживают.

6-й больной :Доктор, какое растение поможет нам в походе при ранении?

ДОКТОР : Путника друг, подорожник,

Скромный, невзрачный листок,

Ты на порезанный палец

Влажной заплаткою лёг.

Многим из нас невдомёк,

Что отыскалось лекарство

Тут же на тропке, у ног.

Свежие листья подорожника прикладывают при ссадинах, при ожогах, при укусах насекомых.

УЧИТЕЛЬ: Богат лес лекарственными растениями! Однако запасы лекарственных растений сокращаются, многие из них уже занесены в Красную книгу. Поэтому так важны охрана и рациональное использование их естественных запасов. Нельзя забывать, что лекарственные растения можно применять только по рекомендации лечащего врача.

**VI. Разгадывание кроссворда «Лесная аптека.»**

**VII. Конкурс рисунков «Лесная аптека.»**

**VIII. Итог урока :** Все свои сокровища отдает человеку природа и за всё это просит только одного : беречь её. Давайте же и мы будем беречь нашего зелёного друга!

**IX. ЧАЕПИТИЕ:** чай с шиповником и земляничным вареньем.