

Эколого – природоведческая игра. «В царстве Лекарственных растений».

Автор пособия:

Воспитатель: Солдатова Ксения Николаевна
МАДОУ «ДС № 17 г. Челябинска»

Лекарственные растения - это обширная группа растений, органы или части которых являются сырьём для получения средств, используемых в народной, медицинской или ветеринарной практике с лечебными или профилактическими целями. Наиболее широко эти растения представлены в народной медицине. Дошкольник испытывает потребность в общении с природой. Дети учатся любить природу, наблюдать, понимать, что наша Земля не может существовать без растений, так как они помогают не только дышать, но и лечить от разных болезней. Мы должны их беречь и охранять. Формировать гуманное отношение к природе.

Цель куартеки: Развивать умение рационально использовать лекарственные растения для здорового образа жизни. Формировать умение собирать лекарственные растения в определенные сроки и в определенных местах. Развивать экологическое мышление на основе представлений о «царстве» лекарственных растений. Развивать творческое воображение и коммуникативное общение в процессе игры, основываясь на свободном обмене мнениями и интересах детей. Формировать умение и желание активно беречь и защищать природу.

Задачи:

- ✓ Расширять и формировать знания детей о лекарственных дикорастущих растениях, их строении, внешнем виде, ценности для здоровья, правил пользования;
- ✓ Развивать речь, обогащать словарь, побуждать задавать вопросы.
- ✓ Воспитывать у детей любознательность, бережное отношение к природе, любовь к родному краю.

В группе «Горошинка» приоритетным направлением является «Зеленая аптека». Ребята совместно с воспитателями и родителями ухаживают за лекарственными растениями с весны по осень, а так же собирают и засушивают разные части растений. В результате совместного труда было принято решение о создании куартеки лекарственных растений, произрастающих в нашем детском саду. Данная куартека подойдет для детей всех возрастов, для педагогов и родителей.

РАЗВИВАЮЩАЯ СРЕДА: Иллюстрации с изображением лекарственных растений: одуванчик, крапива, подорожник, тысячелистник, бессмертник, валериана, ромашка; Засушенные растения.



Мелисса

Многолетнее травянистое растение из семейства мятных. Мелисса лекарственная является сырьем для получения эфирного масла, которое также обладает лечебными свойствами и используется в официальной медицине.

На основе растения фарм промышленность выпускает лекарственные препараты, такие как линимент «Санитас» и др.



Зверобой

Травяные сборы, включающие в себя зверобой в народной медицине применяют для лечения: заболеваний ЖКТ, некоторых гинекологических болезней, стоматита, пародонтоза, фарингита, неврозов и многих недугов, сопровождающихся воспалительным процессом, спазмами, проблемами с сосудами, слизистой и прочими неприятностями.

Кроме того, гиперицин, имеющийся в составе зверобоя, является растительным антидепрессантом, мягко исцеляющим невротические расстройства, нормализующие состояние душевного равновесия.



Тысячелистник

Трава тысячелистника обыкновенного помогает справиться с заболеваниями дыхательной системы и ускорить процесс отхождения мокроты при кашле. Наличие вяжущих веществ облегчает состояние при бронхиальной астме и аллергических реакциях. Наружно применяют при борьбе с язвами, фурункулами и другими заболеваниями кожи. Укрепляет сосудистую систему и благотворно влияет на свертываемость крови. При комплексной терапии снижает риск образования тромбофлебита. Потогонное действие растения незаменимо при повышенной температуре тела. Также оно способно укрепить иммунную систему человека. Настои и отвары, приготовленные на основе травы, способствуют выведению из суставной и мышечной ткани мочевой кислоты. Наличие каротина благотворно влияет на зрение. Желчегонное действие способствует отходу желчи и чистке желчных протоков при заболеваниях печени.



Мать-и-мачеха

Мать-и-мачеху употребляют при заболеваниях сердца, также она помогает снять боль.

Нашла применение мать-и-мачеха для лечения желудочно-кишечных заболеваний.

Препараты растения способствуют улучшению пищеварения, повышают аппетит.

Мать-и-мачеха оказывает обволакивающее, потогонное, отхаркивающее и противокашлевое воздействия и ее рекомендуют при таких заболеваниях, как: простуда, грипп, воспаления верхних дыхательных путей, ларингит, трахеит, хрипота, удушье, одышка, бронхит, бронхиальная астма.



Календула (ноготки)

Препараты растения (настой, спиртовая настойка календулы, сок) хорошо себя зарекомендовали для лечения сердечно-сосудистых заболеваний. Календулу рекомендуют при атеросклерозе, она способствует очищению сосудов, укрепляет их стенки. Календула, действуя противовоспалительно, используется для лечения гастрита, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, колита, энтероколита и других воспалительных и эрозивных заболеваний. Очень хорошие результаты дает полоскание горла настойкой календулы или настоем. Сок используют для промывания, а также закапывают в нос при насморке.



Иван чай

При постоянном использовании копорского чая можно избавиться от ряда следующих заболеваний: Малокровие, гастрит, язва, колит, панкреатит, высокое артериальное давление, мочекаменная болезнь и воспаление в мочевом пузыре, изменения в лор органах – трахеит, фарингит, гайморит, бронхит, дерматология, патология селезёнки, герпес, обменно-воспалительное заболевание кожи. Применять настой и отвар копорского чая рекомендуется в таких случаях: при отравлении и кишечной дисфункции, при нарушении работы нервной системы.



Мята перечная

Велика польза мяты для сердца и сосудов. Препараты растения благотворно влияют на сердечно-сосудистую систему, расширяют сосуды внутренних органов, улучшают сердечную деятельность. Мяту, как лекарственное средство, принимают при некоторых заболеваниях головы. Растение действует сосудорасширяющее, спазмолитические, снимает судороги. Его назначают при судорогах, дрожании рук, головных болях, включая упорные и мигрени. Наружное лечение мяты заключается в промывания носа теплым настоем при воспалительных процессах, насморке, гайморите и т.д. Также вдыхают дым от тлеющих листьев. Препараты мяты используют для полоскания горла.



Лаванда

Лечебные и полезные свойства цветков лаванды нашли широкое применение при различных расстройствах нервной системы. Так настой (чай) цветков лаванды благодаря успокаивающему эффекту оказывает хорошее воздействие при неврастении, тревоге и стрессах, а также возникшей на этой почве бессоннице. Такими же свойствами обладают листья растения, собранные до цветения.

Многостороннее воздействие на организм и успокаивающий эффект оказывает лечебная ванна с травой лаванды, которая также помогает при сердцебиении, особенно возникшем на нервной почве.



Серый икотник

Терапевтическое действие доказано и изучено уже давно. Богатый химический состав позволяет применять его при: головной боли и мигрени; атеросклерозе; астме, кашле; нарушениях нервной системы, в том числе икоте и приступах удушья; стенокардии и ишемической болезни сердца; кожных заболеваниях (язвы, раны, экземы, воспаления на коже); гастрите и колите; эпилепсии; расстройствах желудочно-кишечного тракта



Подорожник

Препараты, на основе подорожника большого, включая сок, используют для лечения диареи, сибирской язвы, импотенции, гонореи, рака легких, энуреза, нефрита, других заболеваний мочевыводящих путей, в составе сбора – при эпилепсии у детей, как противоглистное. Также они оказывают успокаивающее действие и применяются при повышенном давлении. Кроме этого данные препараты используются для лечения язвы желудка и двенадцатиперстной кишки (с нормальной или пониженной кислотностью) и других заболеваний желудочно-кишечного тракта.



Душица

Душица обыкновенная оказывает успокаивающее действие на центральную нервную систему, поэтому активно используется в народной и официальной медицине. Кроме собственно неврозов она находит применение при лечении судорог, эпилепсии, паралича, бессонницы.

При язве желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрите (с пониженной кислотностью) препараты душицы обыкновенной снимают воспаления, их используют при желудочных коликах, метеоризме, диарее, рвоте. Кроме этого они усиливают перистальтику кишечника, улучшают аппетит.



Земляника

Листья растения характеризуются лечебными свойствами: тонизирующими; противовоспалительными; сосудорасширяющими; против склеротическими; седативными. Отвар из корней рекомендуют для выведения шлаков и солей, а также для очищения крови.



