

Міні-проект

“ Зелена аптека ”

Підготували учні

2 класу

Болязубської

ЗОШ I ступеня

Керівник :

вчитель- Ткач О.І.

Лікарські рослини оточують нас у великому розмаїтті. Ми буквально «зашпортуємося» за них, відпочиваючи на них. Це і лобода, спориш, пирій, кульбаба, полин, чебрець, шавлія, лопух, береза, липа, дуб, акація, абрикос, айва і багато-багато інших рослин, які можна з успіхом використовувати в рецептах народної медицини. А взяти, наприклад, малину, калину, смородину, суницю, медунку – дуже ефективних при лікуванні різних захворювань. Навіть овочеві рослини, такі як, морква, капуста, редька, картопля, буряк, петрушка, селера володіють винятковими цілющими властивостями. В особливому ряду стоять солодка, календула, незамінні при лікуванні багатьох хвороб. Пряні рослини - кмин, меліса, м'ята, крім смакових і ароматичних властивостей, приносять велику користь здоров'ю і також мають застосування в народних методах лікування. Всім відомі посівні культури-кукурудза, рис, овес також володіють великою кількістю фармацевтичних якостей.



Мета проекту:

- створити умови для осмислення нової та вже відомої інформації про рослини;
- ознайомлювати дітей із різноманітними рослинами України;
- виховувати в учнів любов до живої природи;
- формувати дбайливе ставлення до рослинного світу;
- довести лікувальний вплив рослин на здоров'я людини;
- заохочувати до здорового способу життя;
- до самостійного читання літератури про цілющі трави та їхні властивості;
- викликати бажання берегти своє здоров'я.

Лікарські рослини

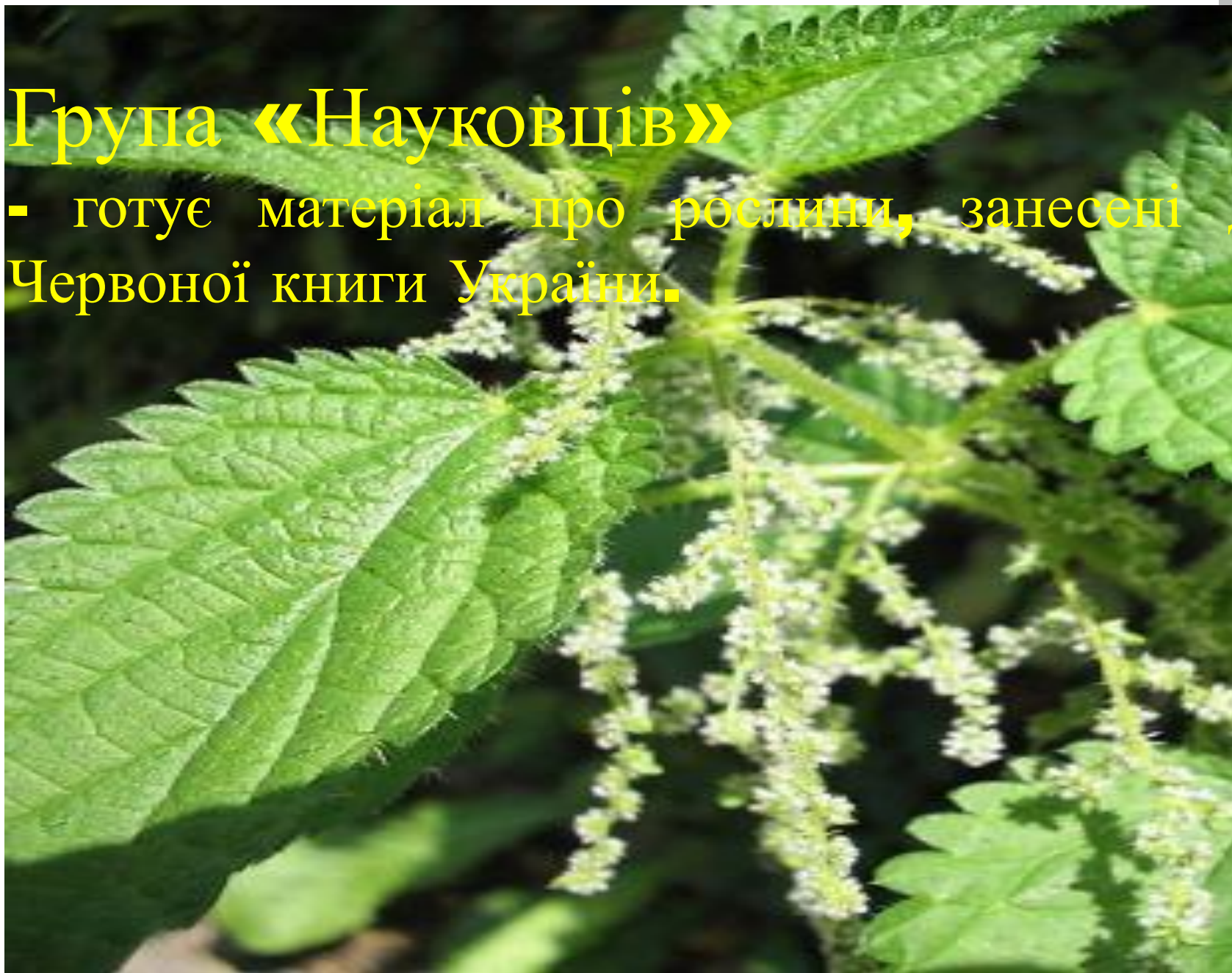
A close-up photograph of several white daisy flowers with bright yellow centers, growing in a green field. A butterfly with brown and black markings is perched on the center of one of the flowers in the foreground. The background is a soft-focus green field.

Група «Дослідників»

- готує матеріал про лікарські рослини.
- шукає рецепти напоїв і фіточаїв із лікарських рослин.

Група «Науковців»

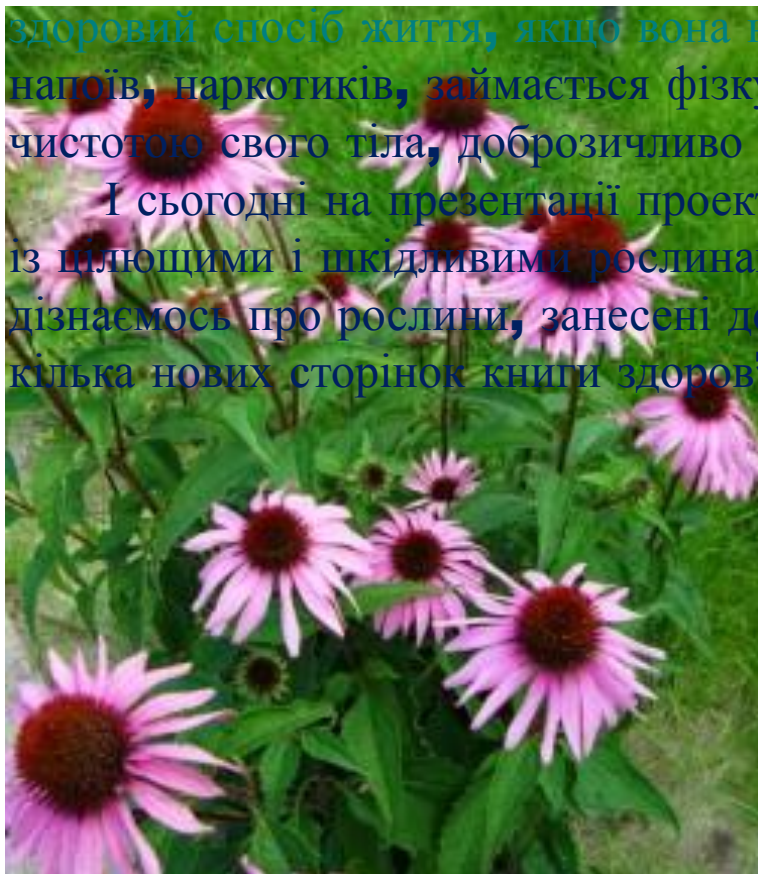
■ готує матеріал про рослини, занесені до Червоної книги України.



Реалізація проекту

«Здоровий не знає, який він багатий», — каже українська приказка. І це недаремно. Здоров'я не купиш ні за які гроші. Людина веде здоровий спосіб життя, якщо вона не курить, не вживає алкогольних напоїв, наркотиків, займається фізкультурою і спортом, стежить за чистотою свого тіла, доброзичливо ставиться до інших людей.

І сьогодні на презентації проекту «Зелена аптека» ми ознайомимось із цілющими і шкідливими рослинами, що ростуть у нашій місцевості, дізнаємось про рослини, занесені до Червоної книги України, відкриємо кілька нових сторінок книги здоров'я для себе.



ЛІККИ

Група «Дослідників» ознайомить вас із лікарськими рослинами нашого краю.

Наше коло нас

Лікарських рослин у нас багато

—
Всі хвороби можна лікувати.

Здоров'я



Ця рослина до стежок і доріг тулиться,
тому й зветься подорожником.
Якщо прикласти його до рани, то
кров зупиниться і рана загоїться швидше .



Спориш — у ньому вітаміну С більше, ніж у лимоні.

Допомагає при захворюваннях шлунку, кишечника, нирок.

Посадила м'яту мати,
Пахне м'ята біля хати.
Буду м'яту поливати,
Хай росте пахуча м'ята.

М'яту використовують при
захворюваннях нервової системи.



На стрункій високій ніжці
Біля річки на лужку,
У косинці-білосніжній
Стрів я квітоньку таку.
Ясним оком жовтуватим
Усміхалася мені.
Я хотів її зірвати,
А бджола сказала: — Ні!

Ромашка —
цілюща рослина, її настоєм лікують простудні
захворювання.



Це нагідки.

Гарненькі, духмяні та ще й цілющі.

Настоем із квітів нагідок при ангіні необхідно полоскати горлечко.

Коріння кульбаби лікарі
призначають тим, у кого поганий
апетит.

На леваду я пішла б,
Ціла купа там кульбаб:
Ніби сонечка малі
Посідали на землі.



Рецепти чаю:

Чай «Заспокійливий».

У мене чай потрібен для спокою,
Щоби не сваритись між собою,
Вьому листя м'яти з квітами ромашки,
Щоб в житті було усім неважко,
Є ще в ньому корінь валер'яни,
Щоб минали вас думки погані,
Запокійливий чай попивайте
І тривоги у житті не майте!

(Листя м'яти, квіти ромашки, корінь валеріани залити окропом у великому чайнику, настояти, додати за смаком цукор.)

Чай «Довгожителів».

До мене йдіть усі чай пити,—
Будете на світі довго жити.
З бузини, шипшини попивайте.
І ніких болячок не знайте.
Листя із суніць, смородини
туди додайте,
На здоров'я споживайте!
Нехай у світі довго вам ведеться
І чайок мій трав'янистий п'ється!

(Сушені ягоди бузини, шипшини, листя суніці та чорної смородини залити окропом у великому чайнику, настояти, додати за смаком цукор, вершки.)

Група «Науковців»

Підготувала повідомлення про лікарські рослини,
занесені до Червоної книги України.



Первоцвіт дрібний. Занесений до Червоної книги України. Має цілющі властивості. Два листочки первоцвіту містять добову дозу вітаміну С для дорослої людини.



Конвалія цвіте у травні.

Для того щоб із насіння конвалії виросла нова рослина, необхідно **7—8** років. Тому її потрібно охороняти.

Це конвалії у гаї
На галявині цвітуть.

І ніде, ніде немає
Кращих квіточок, мабуть.

З конвалії готують ліки для тих, у кого хворе серце.

Шавлія лікарська – це напівчагарник висотою до 70 см, з сіро-зеленими зморшкуватими листками, довжиною до 8 см. Вирощується в садах і на клумбах як лікувальний і декоративна рослина, в дикому вигляді на Україні не росте. Лікувальні властивості шавлії відомі здавна, їх використовує як наукова, так і народна медицина. Шавлія має протизапальну, дезінфікуючу, болезаспокійливу дію.



Підмаренник справжній росте по всій території України на луках, узліссях, степових схилах і кам'янистих відслоненнях.

З лікувальною метою використовують свіжий сік і траву підмаренника, зібрану в період його цвітіння. Міцним настоєм і свіжим соком промивають рани і нариви, зупиняють кровотечі з носа (втягують у ніздрі).



Пам'ятайте!

**Здоров'я дитини —
багатство родини!**

**Здоров'я народу —
багатство країни!**