

Кружковое объединение «Мир природы родного края»

Дата: 7.02.2024

Конспект занятия по теме: «Разговор на подоконнике».

Цель: обобщить и систематизировать знания учащихся о комнатных растениях.

Задачи:

Закрепить и расширить знания учащихся о комнатных растениях;
Показать огромное значение комнатных растений в жизни человека;
Раскрыть роль комнатных растений в профилактике и лечении некоторых заболеваний.

Воспитывать бережное отношение к растениям, учить заботиться о своём здоровье с помощью знаний народной медицины.

Оборудование: комнатные растения; книги, журналы, открытки о комнатных растениях.

Ход занятия.

1. Вводная часть.

Здравствуйте, ребята.

Посмотрите вокруг, как вы думаете, о чем пойдет речь на сегодняшнем занятии?

- А для чего нужно знать о комнатных лекарственных растениях?
- Какие вы знаете комнатные лекарственные растения?
- А кто применял растения из аптеки на подоконнике?
- У кого дома есть такие растения?
- Как вы думаете, какова цель нашего сегодняшнего занятия?

2. Основная часть.

Действительно, ребята, растения сопровождают человека повсюду. Нет почти ни одного дома и совсем мало квартир, где бы на окнах не стояли комнатные растения. Они радуют наш взгляд в течение круглого года и своей зеленью и цветами украшают и офисы, и наши жилища.

Ни для кого не секрет, что очень многие комнатные растения обладают целебными свойствами и являются лекарственными растениями, таким образом, практически у каждого дома имеется собственная аптека на подоконнике, о которой он может даже и не подозревать, в том числе такая аптека есть и в нашем кабинете биологии.

Растительный мир подарил человеку огромное богатство – лекарственные растения, которые всегда были источником жизни и здоровья. История народной фитотерапии имеет возраст, равной истории человечества. Тысячелетиями изучались полезные свойства растений, многое и мы сегодня узнаем о своих зеленых друзьях.

Оказывается, растения оздоравливают микроклимат закрытых помещений: выделяют кислород и поглощают углекислоту, очищают воздух от микробов и пыли. Кроме того, бодрящий аромат, испускаемый комнатными эфиромасличными растениями, которые насыщают воздух большим количеством летучих фитонцидов, может улучшить самочувствие,

повысить функциональную активность организма, стимулировать его работоспособность и защитные силы.

Растения, испаряя влагу с поверхности листьев, увлажняют чрезмерно сухой воздух квартир и офисов. Словом, они создают в помещении микроклимат, благоприятный для человека.

Кроме того, комнатные растения доставляют нам много радости. С их помощью можно создать уютный уголок в квартире, где вы с удовольствием будете отдыхать в свободную минуту. Комнатные растения помогут вам изменить интерьер, украсят и оживят его. Однако загромождать помещение комнатными растениями не следует.

Помните, что некоторые растения могут вызывать аллергические реакции, проявляющиеся острым насморком (ринитом), светобоязнью, ухудшением самочувствия, головной болью, высыпаниями на коже, а в более тяжелых случаях — приступами астмоидного бронхита и бронхиальной астмы. Такие растения необходимо немедленно удалить из квартиры.

Как оказалось, комнатные растения не только радуют наш глаз, но и лечат. Домашние лекарственные растения, подчас не заметные и обыденные, живут рядом с нами. Они знакомы нам с самого детства и обладают замечательными, лечебными свойствами. Сейчас мы более подробно поговорим об этих удивительных лекарях.

Вот самое распространенное и всем известное комнатное растение – алоэ. Алоэ не напрасно пользуется широкой популярностью, сок этого растения со времен Нефертити и Клеопатры до наших дней входит в состав множества косметических и фармацевтических продуктов. Но мало кто знает, что алоэ можно использовать и в качестве первой помощи при ушибах, укусах насекомых, легких ожогах. Для этого достаточно разрезанные листья алоэ наложить на больное место или пропитать соком тампон. В соке алоэ содержится более 160 биологически активных веществ. Из листьев алоэ готовят спиртовые настойки, используют свежий сок и водные настои. Применяются эти средства для лечения ран, ссадин, воспалительных заболеваний кожи. Доказана способность растения подавлять рост раковых клеток, отмечена эффективность в лечении заболеваний глаз. Сок алоэ принимают внутрь при заболеваниях желудка, суставной и головной боли, болях в пояснице (радикулите), невралгиях. При насморке свежий сок капают в нос (по 3 капли в каждую ноздрю до 3-х раз в сутки). Свежий сок (100 мл) смешивают с медом (3 ст. л.) и сливочным маслом (50 г) и принимают дважды в день по столовой ложке от кашля. 1–2 чайные ложки сока алоэ за полчаса до еды способны помочь при хроническом запоре кишечника (пить до 3-х раз в день). Также сок растения применяют при язвенных болезнях, пониженном иммунитете и других недугах.

Сотни лет, из поколения в поколение алоэ рядом с человеком. Ещё в XI веке в медико-ботанической поэме «О свойствах трав» приведены любопытные данные об этом растении-целителе:

«Свежую рану от гнили введенный в нее избавляет.

С уксусом вместе алоэ и с розовым маслом мешая,

Голову им больную и лоб умасти – и поможет.
 Мазью подобной и зуд, что глаза поражает, смирят.
 Если алоэ с вином растереть, приготовить припарку,
 Волос она укрепляет, ему выпадать не давая.
 Помощь она, рот и язык или десны страдают.
 Их натирают алоэ, с вином и медом растертым.
 Взятое чистым, алоэ, нередко, расслабит желудок,
 Да и для глаз, ты поверь, ничего не найдется целебней».
 Вот почему в народе алоэ называют «доктор», «ранник».



А это растение называется сансевьера, мало кто знает, что оно лекарственное. Названо так по имени итальянского князя Сансевиеро, жившего в XVIII веке. В Великобритании ее называют тещин язык, в США - змеиная коса, у нас получило название щучий хвост - за поперечные полосы на кожистых листьях, напоминающие чешую рыбы. Растение в диком виде произрастает в Центральной Африке, Шри-Ланке, Малайзии. С давних времен сансевьера возделывается в Индии как волокнистое растение. Из волокон сансевьеры делают в Индии грубые ткани, веревки, морские канаты. Отвар растения применяют против зуда и чесотки. В Африке корни и листья используют в гинекологической практике, при общей слабости, конвульсиях. Сансевьеру ценят за способность останавливать кровотечения, заживлять раны, царапины, порезы. Препараты, содержащие это растение, применяются при лечении желудочно-кишечных заболеваний, простуд, ангин, туберкулеза.

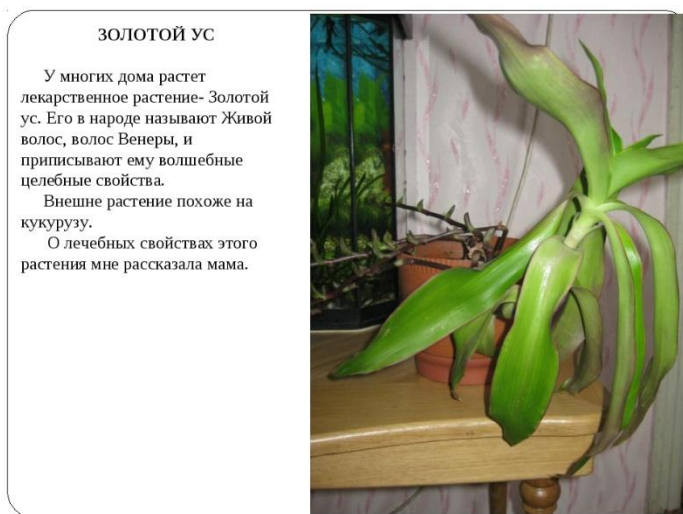
Сансевьера Щучий хвост



Сок из листьев лечит язвы, капли из него снимают боль в ушах. Подземные части растения считаются тонизирующим средством. Дым от горящих листьев успокаивает головную боль. Сансевьера способна защитить от скопления вредных веществ, выделяемых линолиумом и мебельной синтетикой.

Это растение обладает способностью выживать в неблагоприятных условиях,

повышает адаптационные способности и устойчивость организма к вирусным, простудным и прочим заболеваниям.



У меня в руках золотой ус, его ещё называют женьшень домашний, живой волос, венерин волос, дальневосточный ус, кукуруза, каллизия. Золотой ус внешне похож на молодую кукурузу, в высоту достигает 50-120 см. Зрелое растение отбрасывает отростки, напоминающие лианы – усы, которые состоят из суставов, на кончиках которых образуется листовая метелка. Лечебными

свойствами обладает только взрослое растение, после того как на отростках (лианах) образуется не меньше девяти суставов темного коричнево-фиолетового цвета. Исследования этого растения показали, что золотой ус является мощным биостимулятором, так как растение способно повышать интенсивность обменных процессов, стимулировать жизненные силы и помогать активировать клетки иммунной системы. Растение используют при лечении острых и хронических бронхитов, пневмонии, сахарного диабета, желчекаменной и почечнокаменной болезнью, астмы и туберкулеза. Золотой ус также применяется как средство профилактики гриппа и простудных заболеваний. В виде компресса показан при ревматизме. Это растение хорошо лечит кожные болезни: лишай, язвы, инфицированные раны, ожоги. Золотой ус содержит вещества, которые стимулируют их быстрое заживление.

Люди всегда стремились к долголетию. И потому возникают слухи о таинственных растениях, целительная энергия которых излечивает болезни века. Благодаря феноменальным лечебным свойствам, которые прославили Золотой ус на всю планету, вокруг этого невзрачного комнатного растения возник настоящий ореол волшебства. Путь к здоровью с помощью Золотого уса открыли себе уже очень многие люди. Чудесное, универсальное, магическое средство, панацея, домашний доктор, символ жизни, творец здоровья – как только не величают в народе Золотой ус. Определение «Золотой» как самое дорогое, благодарный народ дает зеленым целителям не даром - за способность нести огромную пользу. На сегодняшний день известно более 100 рецептов с использованием Золотого уса - масляные вытяжки, спиртовые настои, отвары, бальзамы, мази.

А вот моё любимое комнатное растение. Это фикус, его любят многие цветоводы за декоративную привлекательность и неприхотливость в уходе. Помимо этого фикус является едва ли не самым полезным комнатным



Фикус

Зеленое пышное растение с продолговатыми листьями. Глянцевые кожистые листья выделяют в воздух вещества, вредные для астматиков и аллергиков. Ядовиты стебли и листья фикуса. Сок растения, попадая на кожу, вызывает покраснение, раздражение и волдыри.

растением, т. к. фикус способствует очищению и оздоровлению воздуха. Но не все знают, что фикус является лекарственным растением и с его помощью можно избавиться от многих недугов. В рецептах народной медицины нашли широкое применение листья фикуса в виде настоев и отваров. При бронхите, трахеите листья фикуса надо проварить в кипящей воде в течение 3 минут, смазать медом, наложить на

грудь и на спину, закрепить бинтом или полотенцем, сверху повязать шерстяной шарф. Лучше всего оставить такой компресс на ночь. Имеются настои из фикуса, помогающие при радикулите, остеохондрозе, артритах, настои от бородавок или жировиков.

Поистине удивительное растение, обладающее широким спектром лечебных свойств.



Герань

- Герань очищает воздух от микробов. Аромат этого растения обладает успокаивающим свойством. Очень полезно держать это растение в спальне, оно будет способствовать спокойному сладкому сну. Листочки герани применяют для лечения уха, горла и носа.

Наверняка всем хорошо известна герань в горшочке - любимица наших бабушек. Этот общепринятый атрибут уюта до сих пор украшает не только наши подоконники, но и балконы, клумбы. Это неприхотливое растение часто называют пеларгонией. В доме, где выращивают герань, воздух постоянно очищается и оздоравливается. В качестве лечебного сырья используют почти

все части герани – корневища, листья и цветки. Растение выделяет активные биологические вещества, которые убивают стафилококки и стрептококки. Если в комнате поставить несколько горшков с этими растениями, организму будет легче справиться с простудными заболеваниями. Всего лишь вдыхая целебные соединения листьев герани человек, успокаивается, что является очень важным моментом при бессоннице, неврозах и стрессах. Эфирные масла пеларгонии широко применяются в парфюмерной и кондитерской промышленности. В народной медицине настоей герани применяют как противовоспалительное, обезболивающее, антисептическое, кровоостанавливающее средство, также настоей нормализует деятельность сердечно-сосудистой системы.

Надо признать недаром герань является любимицей наших бабушек.

А вот это лекарственное растение попало на наши подоконники с далекого острова Мадагаскар. Это каланхое. Интересно, что многие

лечебные возможности этого растения открыл немецкий философ и поэт Гёте, поэтому в Европе каланхое носит второе название «дерево Гёте». Сок стеблей и листьев используют при заживлении ран, трофических язв, пролежней, ожогов, обморожений, а также при тонзиллите, пародонтозе и стоматитах. Рекомендуются каланхое при мигренях, удушливом кашле, болезнях желудка, печени, некоторых инфекционных заболеваниях и гриппе, для лечения угрей, фурункулов, бородавок. С помощью размятого листика каланхое можно избавиться от зубной боли. Сок растений помогает при насморках, он раздражает слизистую и при закапывании в носовые ходы вызывает приступы чихания, благодаря чему носовые ходы и пазухи очищаются от вредных скоплений. Также каланхоэ обладает бактерицидным, противовирусным свойствами. Благодаря этому широко используется в народной медицине для лечения ожогов, ран, обморожений, гнойных воспалений, угрей, пигментных пятен. Также растение способно снимать боль и останавливать кровотечения.

Вот поэтому каланхое нередко называют «комнатным женихом», или «деревом жизни».

Мы с вами собрали внушительную аптеку на нашем подоконнике и услышали информацию о целительных возможностях простых комнатных растений. Хочется, чтобы вы помнили, что здоровье – это бесценный дар, который преподносит человеку природа. Потерять здоровье легко, а вот вернуть его очень трудно. Будьте здоровы всегда!! Пусть в ваших домах растут и радуют вас комнатные растения, которые наполнят воздух ароматами, которые часто даже не ощущаются, но они благотворно влияют на самочувствие и настроение. Выращивая в доме растения, беспокойтесь не о лечении болезней, а о поддержании чистой и здоровой среды обитания, спокойного и радостного мироощущения, что способствует сохранению здоровья.

А сейчас давайте проверим, как вы усвоили новую информацию о лекарственных комнатных растениях. Вам предстоит отвечать на вопросы викторины. Кто первым поднимет руку, тот и будет отвечать первым. За каждый правильный ответ вы получите вот такой жетон. У кого будет больше всех жетонов, того мы признаем знатоком комнатных растений.

Итак, вопросы викторины:

(зачитывают вопросы, следят, кто первым поднял руку и раздают жетоны за правильные ответы)

1) Очищают воздух,

Создают уют,

На окнах зеленеют,

Круглый год цветут. (Комнатные растения)

2) Какие лекарственные комнатные растения вы знаете?

3. Лист горбочком, с желобочком,

Шипы имеет, а ранить не умеет.

Зато лечит нас в любой день и час! (Алоэ)

3. Назовите лучшее время года для пересадки растений? (Весна)

4. Куст оконный и балконный
Лист пушистый и душистый
Он оборчатый и каёмчатый.
А цветы на окне – словно шапка в огне. (Герань)
- 6) Какой водой нужно поливать комнатные растения?
7) Пусть он похож на хвост,
Но желанный в доме гость,
На окне растёт.
Зеленеет круглый год! (Сансевиера)
8. За счет, каких выделяемых летучих веществ комнатные растения улучшают микроклимат в жилых помещениях? (Фитонциды)
9. Стебли древовидные,
Листья мечевидные.
Может он живёт сто лет?
Что вы скажете в ответ? (Алоэ)
10. В каком ещё уходе, кроме поливки нуждаются комнатные растения?
11. С молоком, а не коза,
С корой, а не лоза. (Фикус)
- 12) Назовите растения, которые можно размножать листьями?
(Фиалки, глоксинии.)
- 13) Плоский, длинный, а не брус,
Полосат, а не арбуз. (Сансевиера)
- 14) Назовите растения, которые можно размножить частью листа? (Сансевиера, бегония Рекс.)
- 15) Пахнет стебель и цветочки,
Опушённые листочки.
Ты пораньше утром встань
И полей свою ... (Герань).

3. Заключительная часть.

Молодцы, ребята! Справились со всеми поставленными вопросами.
Проверяем жетоны, подсчитываем их количество. Знатоком комнатных растений признаём ... и вручаем грамоту и подарок (кактус в горшочке).
- И в заключении хочется узнать ваше мнение о сегодняшнем занятии, продолжите предложения:

Я узнал(а) ...

Я научился(ась)...

Мне понравилось ...

Я бы хотел(а) ...

Новые знания мне пригодятся ...

Всем спасибо. До свидания.