

Кружковое объединение «Природа вокруг нас» 3 группа.

Дата: 08.02.2025г

Тема занятия: «Экологический проект «Зеленая аптека».

Цель: Создание условий для ознакомления детей с миром лекарственных трав, правилами их сбора, применением для оздоровления организма.

Задачи проекта:

- создание условий для ознакомления детей с миром целебных растений;
- воспитание бережного отношения к растениям;
- развитие у детей умений распознавать лекарственные растения.

Актуальность: Формирование экологической культуры, интереса и бережного отношения к растениям, имеющим значение для естественного оздоровления человека.

Проблема: Минимизация знаний детей о лекарственных растениях в естественном оздоровлении человека.

Ожидаемый результат: сформированные знания у детей о лекарственных растениях; бережное отношение детей к растениям, помогающим здоровью человека. Способы оценки: наблюдение, беседа, анализ продуктов творчества детей.

Предмет исследования: территория нашего села.

Объект исследования: лекарственные растения

Основополагающий вопрос:

Какие лекарственные растения произрастают в нашем селе?

Проблемный вопрос:

Что такое лекарственные растения? Каково значение лекарственных растений для человека? Основные способы применения лекарственных растений.

Этапы реализации проекта:

1. Теоретический этап

1.1. История изучения и использование лекарственных растений.

Задачи:

Ознакомиться, что такое лекарственное растение?

Применяются ли лекарственные растения в современной медицине?

Из дополнительной литературы мы узнали, какие растения называются лекарственными, как применяются в современной медицине.

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.

Из известных на Земле 500 000 видов растений более 12 000 составляют лекарственные, целебные свойства которых используются в современной научной медицине.

Современная отечественная медицина использует 230 видов лекарственных растений, из них в культуре возделывают лишь 50 (22%) . В настоящее время около 40 % всех лечебных средств, поступающих на мировой рынок, изготавливается из сырья «зелёной аптеки». «Зелёная фабрика» природы сотни тысяч лет снабжает человечество надежными лечебными средствами, не вызывающими, в отличие от синтетических, побочных явлений. Препараты из лекарственных растений нередко бывают единственными при многих заболеваниях. Лечение травами – фитотерапия – мощное средство борьбы за здоровье людей. Этим объясняется сейчас большой спрос на такие растения, как подорожник, ромашка, ландыш, бессмертник, мать-и-мачеха и многие другие.

С развитием науки на смену наблюдениям пришли строго научные методы исследования растений. Изучение состава растений расширило возможности употребления их для укрепления и сохранения здоровья человека. Ученые создали и продолжают создавать из растительного сырья новые эффективные лечебные средства.

По физическим свойствам лекарственные растения можно разделить на следующие группы:

- Успокаивающие;
- Обезболивающие;
- Снотворные;
- Возбуждающие;
- Слабительные;
- Отхаркивающие;
- Вяжущие и мочегонные;
- Кровоостанавливающие;
- Желудочные.

В домашних условиях из лекарственного сбора обычно готовят настои, отвары, настойки, соки, мази.

Выводы:

Каждое лекарственное растение содержит одно или более веществ, которые могут при соответствующих условиях оказывать целебные свойства. Распределение этих веществ по лекарственному растению зачастую не равномерно. Поэтому при сборе лекарственных трав надо знать, где сосредоточены полезные элементы и когда их концентрация максимальна в растении. Лекарственные средства, изготовленные из растений и трав, несмотря

на относительно слабо выраженную на первый взгляд фармакологическую активность, в некоторых случаях могут оказаться значительно более эффективными, чем их синтетические или химические аналоги. Но не стоит забывать, что только врач и специалист может точно диагностировать болезнь, оценить развитие и течение ее, назначить необходимые лекарства. Поэтому и лекарственные растения нужно применять лишь после консультации с лечащим врачом или по его совету.

С каждым годом все большее значение приобретает охрана особо ценных лекарственных растений, запасы которых сокращаются или находятся под угрозой исчезновения. В настоящее время около 20 видов лекарственных растений занесено в Красную книгу.

2. Практический этап

Задачи:

-Оформить альбом «Лекарственные растения вокруг нас».

-Создать памятку «Правила сбора лекарственных растений».

-Изучить рецепты приготовления лекарственных настоев, чаёв, собрать рецепты «Домашней аптечки».

В ходе нашей исследовательской деятельности, мы узнали, что на территории нашего села растут такие лекарственные растения:



Подорожник большой



Одуванчик лекарственный



Полынь горькая



Ромашка аптечная



Чистотел большой



Крапива двудомная



Мать-и-мачеха



Лопух



Мята

Собрав информацию об этих растениях, мы оформили **альбом «Зеленая аптека»**.

Изучив проблему, мы выяснили, что основными причинами исчезновения лекарственных растений являются:

- уничтожение, разрушение и загрязнение местообитаний лекарственных растений;
- чрезмерное изъятие и истребление природных популяций и растений; распространение болезней растений.

Как предотвратить исчезновение?

- организация и ведение мониторинга редких и находящихся под угрозой исчезновения видов растений;
- создание и ведение Красной книги нашей местности;

Мы выпустили **памятку «Правильный сбор лекарственных растений»**.

Побеседовав с местным населением, собрали рецепты приготовления лечебных отваров, чая, настоев из лекарственных растений и создали небольшую брошюру «**Домашние рецепты**»

III. Итоги исследовательской деятельности.

Анкетирование жителей села.

В ходе работы над проектом нами был проведён опрос жителей села по применению ими лекарственных растений. В анкетировании принимали участие 25 человек.

Вопросы анкеты:

- *Вы применяете лекарственные растения для лечения членов своей семьи?*
- *Где вы приобретаете лекарственные растения?*
- *Применение каких лекарственных растений вы считаете наиболее эффективным?*

2. Результаты анкетирования.

- **Результаты опроса по 1 вопросу следующие:**

Да – 16 человек

Нет – 9 человек

• **Результаты опроса по 2 вопросу следующие:**

В аптеке – 4

Заготавливаем самостоятельно - 12

• **Результаты опроса по 3 вопросу следующие:**

Ромашка лекарственная – 1 человек

Мята – 6 человек

Липа – 10 человек

Калина – 8 человек

Шиповник – 2 человека

Малина – 16 человек

Смородина чёрная – 15 человек

Боярышник – 7 человек

Вывод:

Растения могут дать человеку практически все, что ему нужно для плодотворной и счастливой жизни. Природа создала лекарства практически от всех болезней. Самым главным плюсом лекарственных растений является их натуральность. Никакая самая чистая химия не пойдет в сравнения с листьями, травами, цветами и другими компонентами растений.

Лекарственные растения лучше всего собирать самому, чем покупать. Для усиления эффективности использования растительных средств необходимо придерживаться правил сбора и хранения лекарственных растений. Не следует забывать о том, что не стоит заниматься самолечением. Врач точно и квалифицированно может оценить состояние пациента и назначить ему необходимое лечение, в том числе и травами.

IV. Выводы и рекомендации

Этот проект помог нам понять, что мы тоже часть природы. Мы узнали о лекарственных растениях нашего посёлка, о некоторых их свойствах, о правилах сбора, о рецептах и их правильном применении.

Какое растение не возьми – всё любопытно, каждое имеет своё целебные свойства. Природа мудра, ибо она – жизнь. Люди с древних времён изумлялись растениям и создавали о них легенды, сказки, стихи, связывали с ними свои обычаи и обряды. Нам, людям, надо учиться видеть в окружающих нас деревьях, травах и цветах не только растения, но и источник вдохновения, красоты, здоровья.