

Кружковое объединение «Природа вокруг нас» 1 группа.

Дата: 21.01.2025г

Тема занятия: «Места произрастания лекарственных растений».

Цель занятия: расширить знания обучающихся о лекарственных растениях и местах их произрастания.

Задачи занятия:

- воспитание любви к родной природе,
- формирование бережного отношения к растениям;
- развитие наблюдательности и интереса к окружающему миру.

Ход занятия.

1.Вводная часть.

Здравствуйте, ребята. Давно заметил человек, что многие растения излечивают от недугов. Стал запоминать, что от чего помогает. Вспомнил, что звери тоже растениями лечатся, а среди великого множества нужные для себя разыскивают. Из поколения в поколение передавались знания о целебных свойствах растений. Еще 4 тысячи лет назад в египетском папирусе описаны рецепты для лечения 450 болезней.

Оглянись вокруг себя, когда ты летом находишься в лесу, в поле или на даче. Вот куст шиповника с ароматными розовыми цветами, а рядом заросли белой ромашки, которая смотрит на тебя своим желтым глазком. Заманчиво шелестит листьями береза, приглашая отдохнуть в тени своих ветвей, а где-то тебя встретят и шипами кусты боярышника.

Каждый год весной природа отмечает праздник молодости. Разбрасает березка по ветвям кружевные листочки, замелькают белые щитки соцветий на калиновых кустах, закивают бубенцами душистые ландыши. Звенит воздух от свежести и света. Разгораются разнотравьем луга и поляны.

2.Основная часть.

Самое время собираться в путь за разгадками лесных тайн, за сокровищами, которые припасла природа. Весной и летом каждый день дорог. Открывает земля свои кладовые. Не счесть ее богатств. Одно из них - лекарственные растения. Следят глаза за игрой красок зелени, цветов, солнечных зайчиков. Где же в этом пестром раздолье найти то, что нужно?

Человек, знающий секреты целебных трав, быстро находит места, где растут нужные растения. Каждый вид растения живет в определенном месте, в постоянном соседстве с одинаковыми по "характеру" растениями. Если к вашей одежде прицепились черные щепочки-плодики и стряхнуть их невозможно, значит, прошли вы мимо череды трехраздельной. Посмотрите

внимательно вокруг - и наверняка увидите где-то здесь же узловатые стебли водяного перца. И череда, и водяной перец, и вахта трехлистная - любители сырых, низинных мест. А душицу можно встретить неподалеку от зверобоя или буквицы лекарственной по лесным опушкам и полянам, на сухих и открытых местах, на холмах, между кустарниками. И так у каждого растения - свое место, свои соседи. Это очень важно помнить.

Растения одного рода порой бывают очень похожими, различить их даже трудно. Например, из пяти видов донников у трех всё одинаково, даже цветки одного цвета - желтенькие. Правда, у одного вида они желтые, у другого - золотисто-желтые и чуть покрупнее, у третьего - светло-желтые и помельче первого. Есть, конечно, у донников и другие отличительные признаки.

Знать двойников лекарственных растений очень важно. Так, среди многочисленных видов валерианы только немногие накапливают в своих корнях и корневищах лекарственные вещества. Остальные просто двойники. Порой лекарственные вещества в них сочетаются по-иному, и такие растения бывают даже вредными.

Нужно уметь с первого взгляда отличать лекарственное растение, знать, когда и как его собирать, безошибочно определять места, где может оно расти, выполнять правила сохранения зеленых целителей.

Мать-и-мачеха обыкновенная

Лишь пригреет солнышко, на оттаявших пригорках, по южным склонам оврагов и канав, по насыпям раскрывает она золотые цветки-копеечки. Листочков еще нет, они появятся позже. Вечером и в ненастье корзинки мать-и-мачехи закрываются и поникают. Запомните эти места и приходите сюда, когда отцветут цветки и им на смену появятся крупные, угловатые, на длинных черешках листья.

Адонис весенний

Волосатик, мохнатик, горлицет весенний, черногорка, стародубка, заячий мак - все это его разные названия. Они словно из ниточек составлены, торчат во все стороны.

Еще недавно лесные опушки, предгорья и просторы степей по весне покрывались золотистыми коврами - цвел горлицет. Сначала на коротеньком стебельке раскрывался один цветок. Постепенно стебель удлинялся и ветвился, и каждую веточку венчал атласный цветок.

Одуванчик лекарственный

Пожалуй, ни одно растение не расселяется по округе с такой быстротой, как он. Весной особенно и летом нередко, куда ни взглянешь, всюду виднеются либо его золотые цветки, либо пушистые белые шарики семян. В нашей стране растет 203 вида одуванчиков, но самый знаменитый среди них - лекарственный.



Брусника обыкновенная

Снег в лесу еще крепко держится за любую ложбинку, а брусника уже стоит вся свеженькая, зеленая. Такой она и под снегом зимовала. Не страшны ей морозы да метели. Кожистые листочки осыпаются не все сразу, а постепенно: старые опадают, молодые держатся на стебельках. Растение это вечнозеленое. Растут кудрявые кустики брусники в тундре, в сосновых, реже лиственных лесах. Распространена она у нас почти повсеместно, кроме южных районов европейской части страны,

Ландыш майский

В мае лес, будто зеленой дымкой окутан: распустились первые клейкие листочки. Радует весна теплом, светом. В это время цветет самый изящный и самый душистый весенний цветок - ландыш майский. Его можно встретить в тенистых местах почти по всей лесной зоне европейской части.

Валериана лекарственная

Ботаники давно удивляются способности валерианы приспосабливаться к самым различным местам обитания. Растет она чаще всего по сырым и даже заболоченным лесным полянам и опушкам, в поймах рек, между кустарниками, на сырых лугах и склонах холмов, в ковыльных степях, на горях и в сосновых борах, высоко в горах и даже в тундре.

Подорожник большой

Всем знакомо это растение. Розетки его ярко-зеленых листьев всегда встречаются возле тропинок. Ходят по ним, а они растут. Попробуйте сорвать лист, особенно крупный на длинном черешке. Сразу не получится: жилки, которые есть в листе, а потом переходят в черешок, сначала вытянутся, а уж потом оборвутся.

Ромашка аптечная

Ее легко спутать с другими сходными по виду из семейства сложноцветных: ромашкой непахучей, ромашкой девичьей, ромашкой вонючей, даже с крупным поповником.

Где есть бросовые земли и залежи, там обязательно встретишь ромашку аптечную. Растет она во дворах, на улице, на обочинах дорог. Не боится сильно выбитых мест, там, где пасется скот.

Чтобы полностью удовлетворить спрос в ромашке аптечной, ее стали выращивать на плантациях совхозов.

Горец птичий, спорыш

Его зеленые коврики разбросаны везде: вдоль дорог, на деревенской улице, на выгонах, пастбищах, на стадионе. Распластает свои стебельки по земле, зазеленеет травка-муравка после теплых весенних дождей. Наступят на нее, прижмется к земле, а потом опять поднимается и хоть бы что. Живет себе. В тех местах, где топчут ее, она быстрее грубеет, буреет, но плотно держит землю, не дает ей в серую пыль превращаться.

Крапива двудомная

Ее представлять не надо, знают все. Листья и стебли крапивы усажены жгучими волосками. Стенки тонкого вытянутого волоска пропитаны кремнезином. Чуть до них дотронешься, они тут же обламываются и острым концом ранят кожу. В ранку попадает кислота, которой наполнены расширенные основания волосков, ну а что дальше, известно всем: вскакивает волдырь, который чешется.

Крапива - один из самых распространенных сорняков. Длинное ветвящееся корневище с подземными побегами ползет во все стороны, поэтому крапиву трудно искоренить. Растет она группами на хороших почвах: у жилья, возле заборов, по обочинам дорог. В лесу всегда рядом с малиной.

Пустырник сердечный, пустырник пятилопастный.

Крупный, рослый с четырехгранным опушенным стеблем и розовыми цветками, приютившимися возле верхних листьев, он - завсегдатай бросовых земель, запущенных садов, залежей и пустырей. Засухи не боится. Солнце печет, земля пересохла, а ему хоть бы что, стоит себе, чуть листочки приопустив. Оттого и растет в таких местах, где другим не выжить.

3. Подведение итогов.

«На земле нет ничего, что не считалось бы лекарством», - утверждает одно из положений тибетской медицины. Мы живём в мире лекарств. Растительный мир нашей страны очень богат, и практически все его представители обладают лекарственными свойствами. Однако, в условиях экологического неблагополучия, большое значение приобретает забота о рациональном использовании природных богатств лекарственной флоры в борьбе за здоровье и активное долголетие людей.