**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ЗАНЯТИЯ**

**«ПУТЕШЕСТВИЕ В МИР ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ»**

**для начальной школы**

***Автор: Рябоштан Оксана Валерьевна***

*педагог дополнительного образования*

*МБУ ДО «Районный детско-юношеский центр»,*

*Республика Саха (Якутия),*

*Олёкминский район, г. Олёкминск*

**Цели:**

* Формирование знаний у учащихся о значениях лекарственных растений в жизни человека.

**Задачи:**

* Уточнить и расширить представления детей о лекарственных растениях, познакомить с правилами сбора, сушки и хранения лекарственных растений;
* Воспитывать бережное отношение учащихся к растениям, к природе и собственному здоровью;
* Развивать познавательную активность учащихся, самостоятельность.

**Оборудование:**

мультимедийное оборудование, видеосюжет «Сказка про лекарственные растения», выставка детских рисунков «Зелёные лекари», картинки с изображением лекарственных растений, мини-доклады.

**Ход занятия**

1. **Сообщение темы и целей занятия**

***Педагог:*** Лечение целебными травами (лечение растениями или фитотерапия) издавна привлекало внимание людей. Фитотерапия зародилась ещё в глубокой древности. Травы – настоящая кладовая здоровья, так как в них спрятаны ценные вещества, которые помогают больному организму справиться с недугом.

Издавна люди заметили, что больные животные уходят, чтобы найти какую-то травку, съев которую они выздоравливали.

Давайте посмотрим с вами сказку, с героем которой – Муравьишкой произошла невероятная история: он ушиб ножку. А вот кто ему помог излечиться вы сейчас и узнаете.

*(Просмотр видеосюжета «Сказка про лекарственные растения»*

*по произведению П. Синявского «Зелёная аптека»)*

***Педагог:*** Кто помогал Муравьишке излечиться? Какими лекарственными растениями лечили Муравья?

*Ответы детей.*

***Педагог:*** А какие лекарственные растения знаете вы? Может кто-нибудь из вас с взрослыми собирал лекарственные растения? Какие? Кого из вас лечили с помощью трав?

Как вы думаете, какова тема нашего сегодняшнего занятия? Какие цели мы перед собой поставим?

*Ответы детей.*

***Педагог:*** Мы отправляемся с вами в путешествие в удивительный зелёный мир – мир лекарственных растений.

1. **Основная часть**

Животные знают, какие растения лечебные и могут помочь им излечиться. Так и человек стал искать помощи у разных растений. Сотни лет люди передавали своим потомкам сведения о растениях, составляли целые тома книг – «Травники», «Цветники», «Зельники». По названиям этих книг можно догадаться, чем можно лечиться – травами, цветами, ягодами и т.д.

Народные травознаи за тысячи лет сумели накопить множество сведений о полезных свойствах растений. В наших аптеках среди множества современных препаратов травы, настойки на травах, таблетки на травяной основе занимают достойное место.

Люди сами занимаются сбором трав на лугу, в лесу, в поле. Может быть, и ваши дедушки, бабушки, мамы, папы собирали лекарственные травы. Знания о лекарственных травах пригодятся каждому человеку.

***Педагог:*** Лекарственные травы сегодня у нас в гостях.

Вот травы-лекари – душица,

Зверобой и медуница,

Земляника и черника,

Чистотел, полынь, калина,

Лён, календула, крапива.

О себе они для нас

Поведут сейчас рассказ.

*(Выходят «травы-лекари». На голове ребят короны с изображением соответствующего лекарственного растения.)*

***Педагог:*** Я вам буду загадывать загадки, а вы должны догадаться, о каком лекарственном растении идёт речь в загадке?

Итак, о каком растении первая загадка:

1. **Лопух**

Что, скажите, за растенье

Все считают сорняком?

У кого цветки-колючки

Прицепляются шипом?

Кто в природе повсеместно

Сам себя распространяет

И нередко, при болезнях,

Многим людям помогает?

*(Лопух)*

***Ученик 1:*** Все меня знают, я, ***Лопух*** – растение с крупными листьями и лилово-бордовыми цветами, собранными в колючие шарики. Расту я как сорняк у дорог, огородов, в оврагах. Во мне много лекарственных веществ. Мои корни и листья применяют при желудочно-кишечных болезнях.

***Педагог:*** Следующее растение получило своё название благодаря своим листьям:

1. **Мать-и-мачеха**

Если кашель вас замучил,

Воспаленье началось,

Эта трава готова

Помочь больным

И здоровым.

*(Мать-и-мачеха)*

***Ученик 2:*** Меня, ***Мать-и-мачеху***, можно встретить по берегам рек. Я – многолетнее травянистое растение. Стебли покрыты чешуйками – мелкими листочками, а цветки похожи на золотисто-жёлтые шляпки.

Листья снизу беловойлочные, мягкие, при прикосновении тёплые – греют, как мать, а сверху зелёные, гладкие и холодные – как мачеха. Из моих листьев делают настои и отвары и принимают при простудах.

***Педагог:*** Не только мать-и-мачеху используют при простудах. Существуют и другие лекарственные травы, и даже деревья, применяемые в качестве народного средства при заболеваниях верхних дыхательных путей.

1. **Липа**

Что за древо-медонос

Манит пчёл, шмелей и ос?

И людей зовёт, пленит

Мелких цветиков магнит.

От простуды и от гриппа

Нас спасает в зиму...

*(Липа)*

***Ученик 3:*** Я, ***Липа*** – красивое лиственное дерево с тёмной корой и раскидистой кроной. Цветки мои – старинное народное средство, применяемое при простуде. Чай из моих листьев ароматный и приятный на вкус.

***Педагог:*** Если горло заболит, то лучший доктор – отвар из этого лекарственного растения:

1. **Ромашка аптечная**

Нарядные платьица, жёлтые брошки,

Ни пятнышка нет на красивой одёжке,

Если случится тебе простудиться:

Появится кашель, поднимется жар –

Придвинь к себе кружку, в которой дымится

Слегка горьковатый, душистый отвар.

*(Ромашка аптечная)*

***Ученик 4:*** Я, ***Ромашка аптечная***, или лекарственная давно себя зарекомендовала как лечебное средство. Если горло заболит, то лучший доктор – отвар из ромашки аптечной.

Мой цветок с жёлтой серединкой и белыми лепестками-лучиками напоминает солнце. Меня вы найдёте у дорог, на сорных местах, на полях, среди посевов.

***Педагог:*** А вот ещё один врачеватель из нашей аптечки:

1. **Цикорий**

Те, кто со мною незнаком

Меня считают васильком.

Но всё же, кто меня узнает?

Мой корень кофе заменяет.

*(Цикорий)*

***Ученик 5:*** Я, ***Цикорий***. На полях и вдоль дорог летом ты меня узнаешь по голубым цветам с лепестками, как у ромашки, и длинным резным листьям. Мой корень возбуждает аппетит, улучшает пищеварение. Бывает, меня высаживают на огородах и используют в салаты, а из корневища готовят напиток, похожий на кофе.

От усталости и хвори

Помогает нам цикорий.

Если кто-то захандрит,

Чай с цикорием взбодрит.

Стебель, лист, цветы и корень

Даром дарит нам цикорий.

***Педагог:*** Ягоды этого кустарника не имеют себе равных по запасам полезных и лекарственных веществ:

1. **Облепиха**

Что промеж шипов и листьев,

Ярко-солнечного цвета,

На коротких плодоножках,

Облепили ветки с лета?

Ароматные по вкусу

Кисло-сладкие плоды,

Ананас напоминают

И полезны для еды.

Подскажите мне ребята,

Эта ягода – врачиха,

Что спасает от болезней,

Как зовётся? ...

*(Облепиха)*

***Ученик 6:*** Я, ***Облепиха*** – колючий кустарник с оранжевыми плодами-костянками, в которых содержатся витамины, микроэлементы. При ожогах используют облепиховое масло, которым обрабатывают поражённое место.

1. **Тысячелистник**

Белый щит на тысяче листьев,

Растёт на бугре, поможет в беде.

*(Тысячелистник)*

***Ученик 7:*** Я, ***Тысячелистник*** – лекарственное растение. Цветки белые или розовые, собраны в корзинки. А каждый мой лист состоит из множества крохотных листиков, и у каждого листика ажурные края.

Меня можно встретить на лугах и лесных опушках. При зубной боли используют молодые корешки – к больному зубу прикладывают их и разжёвывают. Также я снимаю воспаление и опухоль дёсен.

***Педагог:*** А вот это растение поможет нам в походе при ранении:

1. **Подорожник**

Растение это узнать очень просто

Широкие листья, сам малого роста.

В лечении ран он отличный помощник.

Растёт на дороге, зовут…

*(Подорожник)*

***Ученик 8:*** Я, ***Подорожник***. Меня называют зелёным бинтом, ведь мои листья прикладывают при ранах и ссадинах. Листья мои упругие, с прочными жилками. Вверх поднимается стебелёк с зелёными шариками семян. Они тоже жёсткие и упругие. Вот и не боюсь я вытаптывания. Расту в дорожных канавах, возле лесных тропинок, огородов.

При порезе сорвите лист, протрите его и внутренней стороной приложите к ранке. Кровь вскоре остановится. А также я являюсь противовоспалительным средством.

Растёт на поле вдоль дорожек

Чудесный доктор – подорожник.

Я вам сейчас открою тайну –

Он здесь дежурит не случайно!

Порежешь палец – он поможет.

Царапинку полечит тоже.

Собьёшь коленку – не беда!

Зелёный доктор здесь всегда!

*(Н. Томилина)*

***Педагог:*** Какое растение может заменить в лесу вату? Отгадайте:

1. **Мох сфагнум**

На болоте как ковёр –

Мягкий и красивый.

Для военных медсестёр

Бинт незаменимый.

*(Сфагнум) Н. Усова*

***Ученик 9:*** И вата в лесу есть. За ней только нужно пойти на болото, где расту я, ***Мох сфагнум***. Я очень хорошо впитываю кровь. Да и раны скорее заживают.

Меж клюквы и морошки –

Жилец лесных болот.

На кочке мох без ножки,

Куда ни глянь, растёт.

Он снизу седоватый,

Повыше – зеленей.

Нужна коль будет вата,

Нарви его скорей.

На кустиках поляны

Подсушен в летний зной,

Он партизанам раны

Лечил в глуши лесной.

***Педагог:*** А это растение поможет вылечить бородавки:

1. **Чистотел**

Если стебель отломить,

Руки трудно уж отмыть!

Желтый сок в листочках,

В маленьких цветочках –

Тот сок для добрых чистых дел,

А что за травка?

*(Чистотел)*

***Ученик 10:*** Я, ***Чистотел*** – высокое травянистое растение с мелкими жёлтыми цветами, собранными в зонтики, не зря так названо. Ведь я – «специалист» по бородавкам. Если надломить мой стебель, то в месте надлома выступит оранжевое «молочко» – ядовитый сок. В народе считается, что сок этот уничтожает бородавки. Потому-то меня и назвали «чистотел».

***Педагог:*** Русское название чистотел получил благодаря своим свойствам исцелять различные заболевания кожи. В связи со способностью выводить бородавки, чистотел в простонародье ещё называют бородавником. Полезен при наружных и внутренних болезнях. Употребляется сок, находящийся в корнях, стеблях и листьях.

***Педагог:*** Какое растение так любят кошки? Отгадайте:

1. **Валериана**

Кошачья травка,

Больным поправка,

Корешок в аптечку,

Чтоб помог сердечку.

*(Валериана)*

***Ученик 11:*** Я, ***Валериана*** – многолетняя трава с высоким стеблем и мелкими красноватыми цветами. Из моих корней с давних пор делают пахучие лекарственные настойки. Когда человек сильно волнуется – ему дают валериановых капель, чтобы он успокоился.

***Педагог:*** Есть растение, которое узнает даже слепой.

1. **Крапива**

Что растёт за косогором,

Вдоль канавки под забором

И прохода не даёт,

Как огонь ужасно жжёт?

Правда, многие не знают,

А верней не понимают,

Что растенье не сорняк,

А лечебный зеленчак.

Раньше делали канаты,

А теперь кладут  в салаты.

Что растёт неприхотливо,

Подскажите мне? ...

*(Крапива)*

***Ученик 12:*** Я, ***Крапива*** – не только жгучий сорняк, но и лекарственное растение. Моё название происходит от древнерусского слова «коприна» – шёлк. Из моих стеблей получали волокно для выработки тканей. Даже в сказках об этом говорится. Например, в сказке Андерсена «Дикие лебеди».

Я могу прекрасно останавливать кровотечение, насытить ваш организм витаминами. Вот почему весной, когда витаминов мало, из меня можно приготовить не только вкусные, но и полезные блюда.

1. **Шиповник**

Он кустарником растёт,

Цветом розовым цветёт.

У него красны плоды,

А на веточках – шипы.

Плоды летом собирают

И сухими сохраняют,

Чтоб потом их заварить

И отвар целебный пить.

*(Шиповник)*

***Ученик 13:*** Я, ***Шиповник***. Ветки моих густых кустов полны острых шипов, отчего меня шиповником и назвали. Несмотря на колючий характер, я очень полезное растение. Мои довольно крупные красные плоды содержат большое количество витамина С, их используют как витаминное сырьё.

1. **Душица**

Что растёт среди опушек

И на вырубках лесных?

Средь кустарников колючих,

На полянках луговых?

Что за травушка с цветами

Вас излечит, исцелит

И от множества болезней

Непременно защитит?

Она «горная отрада»,

Мы всегда ей очень рады.

Над ней пчёлка, словно жрица...

Как зовут её? ...

*(Душица)*

***Ученик 14:*** Я, ***Душица*** – необыкновенно душистое растение, за что и получила своё название. Многие любят добавлять меня в чай для аромата. Настой принимают при простуде и как улучшающее пищеварение. Благодаря эфирным маслам используют в парфюмерии.

***Педагог:*** Много лекарственных растений можно найти в лесу, в поле, на лугу. Самая лучшая аптека – это природа. Повсюду животные, птицы, люди могу найти помощь у природы. Только изучай, люби, знай!

Но необходимо знать, что лекарственные растения заготавливают только взрослые, вы можете только помогать.

1. **Правила сбора и сушки лекарственных растений**

* Хорошо знать лекарственные растения и отличать их от ядовитых;
* Собирать растения нужно в сухую погоду, лучше утром, когда высохнет роса;
* Нельзя собирать растения у дорог, потому что в цветах и листьях растений накапливаются вредные вещества – продукты выхлопных газов автомобилей;
* При сборе растений укладывать их в широкие корзины, не мять их, а то выделится сок;
* Не топтать растения при сборе, не рвать с корнем, не собирать до последнего.

***Педагог:*** Как правильно сушить и хранить лекарственные растения?

* Сушить растения не на солнце, а в тени;
* При сушке раскладывать растения по отдельности, между собой растения не должны быть перепутаны.

***Педагог:*** Помните – заготавливать нужно ровно столько лекарственных растений, сколько вам потребуется. Обязательно оставляйте часть растений для дальнейшего их размножения.

1. **Конкурс «Отгадай героев сказки»**

***Педагог:*** Предлагаю вспомнить сказку про лекарственные растения. Какая невероятная история произошла с героем этой сказки – Муравьишкой?

*Ответы детей:* Он ушиб ножку, а звери помогли ему излечиться.

Звери бросились гурьбой

За лекарственной травой.

***Педагог:*** Вам предлагается список лекарственных растений, которые приносили звери. Нужно вспомнить, кто из зверей – героев сказки принёс то или иное лечебное растение.

Медвежье ушко – \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Заячья капуста – \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Львиный зев – \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подорожник – \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Волчья ягода – \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Цветочный мёд – \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Педагог:*** А действительно ли существуют такие травы или они придуманы автором? Какое научное название имеет медвежье ушко, заячья капуста? Какое растение является ядовитым?

1. **Итог занятия**

***Педагог:*** Наше путешествие подошло к концу. Давайте вспомним, какие растения называют лекарственными? Как правильно собирать лекарственные растения?

Берегите своих зелёных друзей, ведь лекарственные растения – замечательное богатство нашей природы!

Стало вам теперь понятно,

Что для всех нас значит лес?

При болячках и недугах

Он всегда поможет нам.

И еще запомни крепко:

Будем лес беречь родной!

Зря чудесные таблетки

Рвать не будем мы с тобой!

**Использованная литература:**

1. Гуленкова М.А. Атлас родной природы. Лекарственные растения.: Учебное пособие для школьников младших и средних классов / М.А. Гуленкова, Н.Г Замятина, М.Н. Сергеева. – М.: Эгмонт Россия, 2002. – 64 с.: ил.
2. Кузнецова М.А. Сказания о лекарственных растениях / М.А. Кузнецова, А.С. Резникова. – М.: Высш. шк., 1992. – 272 с.: ил.
3. Лободина Н.В. Экологическое воспитание в начальной школе: разработки внеклассных мероприятий / Н.В. Лободина. – Волгоград: Учитель, 2007. – 266 с.
4. Плешаков А.А. Зелёные страницы: Кн. для учащихся нач. кл. / А.А. Плешаков. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 1996. – 223 с.
5. Плешаков А.А. От земли до неба: атлас-определитель: пособие для учащихся общеобразоват. учреждений / А.А. Плешаков. – 10-е изд. – М.: Просвещение, 2009. – 222 с.
6. Стрижев А.Н. Большая книга леса: Сборник / Сост. А.Н. Стрижев. – М.: «ОЛМА-ПРЕСС», 2000. – 731 с.: ил.