

ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ

«Лесная аптека»



Выполнила:
Воспитатель
Спирикова Ю.А.

2014 г.

Экологический проект «Лесная аптека».

Цель проекта:

- ✓ уточнить и расширить представления детей о лекарственных растениях, выяснить какие из них растут в данной местности;
- ✓ закрепить понятие о взаимосвязи растительного мира и человека.

Тип проекта: исследовательский.

Длительность проекта: 1 месяц (август).

Возрастная группа: средняя.

Участники проекта: воспитатель, дети средней группы и родители.

Актуальность:

Экологическое воспитание – одно из основных направлений в системе образования. Это способ воздействия на чувства детей, их взгляды и представления. Дети учатся понимать, что наша Земля не сможет существовать без растений, так как они не только помогают нам дышать, но и лечат от болезней. На территории нашего детского сада в естественных условиях произрастает очень мало лекарственных растений, поэтому мы с детьми решили изучить лекарственные растения, которые произрастают на лугу, в лесу.

Задачи:

- ✓ Развивать поисковую деятельность детей:
 - способность к определению задач на основе поставленной проблемы;
 - умение планировать этапы своих действий;
 - аргументировать свой выбор;
- ✓ Побуждать интерес к предлагаемой деятельности;
- ✓ Развивать аналитическое мышление (поисковая деятельность в ходе решения проблемы);
- ✓ Приобщать детей к процессу познания;
- ✓ Расширить знания о разнообразии и пользе лекарственных растений;
- ✓ Вызывать у детей эмоциональный отклик на красоту растений;
- ✓ Формировать бережное отношение к природе, желание заботиться о растениях;
- ✓ Активизировать словарь по теме;
- ✓ Формировать у детей умение создавать декоративные композиции;
- ✓ Учить составлять узоры из растительных форм.

Прогнозируемый результат:

1. Проявление интереса детей и умение оперировать знаниями, работать в коллективе.
2. Сформированность элементарных представлений детей о видах и значении в жизни человека лекарственных растений.
3. Осознание многостороннего значения природы, приобретение детьми навыков бережного, созидательного отношения к окружающему миру.
4. Участие в проектной деятельности как способ удовлетворения познавательной активности, выражения и развития творческих способностей.
5. Освоение родителями некоторых педагогических приёмов, необходимых в семейном воспитании; умение объективно оценивать возможности своих детей и сотрудничать с ними как с равноправными партнёрами.

Этапы проекта:

❖ Подготовительный этап:

- составление перспективного плана мероприятий проекта на месяц;
- подборка стихов художественной и энциклопедической литературы о лекарственных растениях;
- подборка иллюстраций лекарственных растений;
- подготовка материала и оборудования: тетради и альбом для оформления результатов наблюдения; оборудование для приготовления чая, посуда для дегустации.

❖ Реализация проекта:

1. Занятия познавательного цикла:

▪ «Зелёная аптека»

Цель: Рассказать детям о том, какую большую пользу приносят человеку лекарственные растения, расширить представления детей о мире растений, познакомить детей о взаимосвязи растительного мира и человека. Познакомить детей с правилами сбора и сушки лекарственных растений. Воспитывать любовь к природе и бережное к ней отношение.

▪ «Доктора природы»

Цель: развивать познавательную активность детей в процессе формирования представлений о лекарственных растениях, о правилах сбора и хранения. Воспитывать бережное отношение к природе.

2. Экскурсия на луг

Цель: познакомить детей с природным окружением нашего края; рассказать о многообразии трав произрастающих в наших лесах, лугах; познакомить детей с лекарственным растением – подорожником, с его внешним строением; рассказать о том, какую пользу приносит это растение человеку; какие условия необходимы подорожнику, для того чтобы он рос.

▪ **«Путешествие в мир лекарственных растений».**

Цель: Научить отличать лекарственные растения по внешним признакам, запаху, строению; закрепить знания детей о значении лекарственных растений для здоровья человека.

3. Чтение художественной литературы:

- А. Онегов «Тропинка полевая»;
- Ю. Дмитриева «Кто в лесу живет и что в лесу растет»,
- Н. Павлова «Загадки цветов»;
- А. Плешаков «Зелёные страницы»
- А. Стрижев «Огород на опушке» (чтение отрывков из рассказа);
- Заучивание загадок и стихов о лекарственных растениях.

4. Игровая деятельность:

▪ Дидактическая игра «Узнай растение»

Цель: упражнять в умении распознавать растение по его частям, по строению, по запаху.

▪ Дидактическая игра «Съедобное – несъедобное».

Цель: научить отличать съедобные растения от несъедобных, отличать одно лекарственное растение от другого (по внешнему виду, по строению). Воспитывать любовь к природе и бережное к ней отношение.

▪ Дидактическая игра «Вершки-корешки»

Цель: в игре познакомить детей с тем, какие части дикорастущих съедобных трав используются в пищу.

4. Совместная деятельность с детьми и родителями:

- Сбор фотографий и иллюстраций лекарственных растений;
- Составление писем-обращений к лекарственным растениям.

Конспект занятия на тему: «Зелёная аптека»

Цель:

- Развивать познавательную активность детей в процессе формирования представлений о лекарственных растениях; о правилах их сбора, хранения и применения;
- Развивать экологическое мышление в процессе исследовательской деятельности, творческое воображение.

Ход занятия.

Экологическая игра «Узнай целебную траву».

Цель: Развивать экологическое мышление в процессе мыслительной деятельности, творческое мышление.

Развивающая среда: иллюстрации с изображением лекарственных растений: одуванчик, крапива, подорожник, тысячелистник, валериана, ромашка; засушенные растения; отвары трав, картинки зверей или игрушки.

Воспитатель предлагает детям отправиться в царство растений, загадывает загадки, отгадав которые, дети узнают, какие это растения:

Ах, не трогайте меня,
Обожгу я без огня. (*Крапива*).

Рос шар бел, дунул ветер –
Шар улетел. (*Одуванчик*).

Нарядные платица,
Жёлтые брошки,
Ни пятнышка нет
На красной одежке. (*Ромашка*).

Каждый лист мой любит тропки,
У обочины дорог.
Он однажды людям добрым
Раны вылечить помог. (*Подорожник*).



Ребята, как называются эти растения? Для чего они нужны человеку? Давайте побольше узнаем о лекарственных растениях. Издавна люди замечали, что больные животные уходят, чтобы найти какую-то траву, съев которую, они выздоравливали. Так и человек стал искать помощи у разных

растений. Посмотрите на это растение (*картинки или засушенные растения*). Его можно встретить на лугах, лесных опушках, и называется оно – тысячелистник. Посмотрите на его листья. Подумайте, почему он так называется. (*Каждый лист состоит из множества крохотных листков и у каждого листика – ажурные края*). Тысячелистник – лекарственное растение. Его используют для остановки кровотечения, для улучшения аппетита.



Воспитатель предлагает посмотреть на другое растение. Кто знает, как оно называется? (*Подорожник*). Почему оно так называется? Подорожник растёт вдоль дорог. Листья его упругие, с прочными прожилками, густой пучок корней, который надёжно укрепляется в почве, стебелёк с соцветием. Они тоже жёсткие и упругие. Вот и не боится подорожник вытаптывания, от которого страдают другие растения. Подорожник – великий путешественник. Приклеившись к ногам людей, он без труда перебирается в другие места. Подорожник называется зелёным бинтом. Если разобьёшь коленку, сорви лист подорожника, очисти от пыли, затем немного поцарапай поверхность листа, чтобы выделился сок, и приложи его к ране.

О каком растении говорят, что оно жжёт? Правильно, это крапива. Но почему же всё-таки крапива обжигает? На листьях и стеблях растения имеют особые волоски. Каждый волосок – как игла шприца. Внутри волосков – едкая жидкость. Дотронулся – получай уколы. Листья крапивы богаты разными полезными солями и витаминами. Из крапивы готовят щи. В крапиве содержатся вещества, убивающие микробы, она хорошо останавливает кровь. А ещё она укрепляет волосы. Из неё делают бумагу, мешковину. В стеблях этого растения очень прочные волоски.



Все эти лекарственные растения произрастают во многих районах нашего края.

*Есть много трав полезных,
На земле страны родной,
Могут справиться с болезнью
Ромашка, мята, крапива
Подорожник, ландыш, зверобой.*

Физкультминутка «Дождик, лей веселей».

*Дождик, дождик, веселей!
Тёплых капель не жалея
Для лесов, для полей.
И для маленьких детей,
И для мам, и для пап.
Кап – кап! Кап – кап!*

Как вы думаете, где и когда собирают лекарственные травы? Как правильно их сушить? Цветки собирают, когда растение цветёт. Корневища – поздней осенью, когда плоды уже осыпались. Собирают в сухую погоду.

Воспитатель предлагает поиграть в больницу. Так как доктор Айболит занят на вызовах, то лечить зверей будете вы.

1. У нашего Мишки болит горло. (*Дети советуют*). Очень полезен отвар ромашки.
2. А у нашей Лисички простуда – очень полезен отвар мать-и-мачехи, чабреца.
3. У обезьянки нет сил. – Ей поможет отвар шиповника, зверобоя, боярышника.

Подведение итогов занятия.

Дидактическая игра «Вершки корешки».

Цель: дать детям представления о том, какие части лекарственных растений используются для лечения.

Укроп – *листья и молодые стрелки;*

Одуванчик – *листья, корень;*

Календула – *цветы и семена;*

Ромашка – *цветы;*

Мелисса – *листья;*

Зверобой – *цветы, листья;*

Мать-и-мачеха – *листья;*

Пастушья сумка – *цветы;*

Мята – *листья;*

Лопух – *листья и корни.*



Конспект занятия «Доктора природы».

Цель:

- Уточнить и расширить представления детей о лекарственных растениях;
- Закрепить понятия о взаимосвязи растительного мира и человека;
- Активизация словаря: душица, шалфей, зверобой, чабан;
- Развивать связную речь детей;
- Познакомить детей с правилами сбора и сушки лекарственных растений;
- Развивать интерес к природе родного края.

Оборудование:

Картинки и фотографии растений, высушенные лекарственные растения, аптечные упаковки с травяными сборами, пузырьки с настойками трав, травяной чай в кружках по количеству детей.

Ход занятия

Ребята, вы уже много знаете о растениях нашего края. Без растений жизнь на планете Земля не существовала бы. Растения не только помогают всем живым существам дышать, но также помогают им лечиться от болезней.

Природа предлагает человеку огромное разнообразие даров, среди них – лекарства от многих болезней. Надо только знать и уметь ими пользоваться. Еще давным-давно люди заметили, что все звери лечатся травами. Разные растения помогают от разных болезней. Много лет подряд люди передавали своим потомкам знания о лечебных растениях. Составляли толстые книги: «Травники», «Цветники», «Зельники». По названиям этих книг можно догадаться об их содержании. А вы догадались о чем написано в «Травнике»? «Цветнике»? *(Ответы детей)*.

За много лет народные лекари накопили множество знаний о полезных свойствах растений. В современных аптеках можно увидеть разнообразные травы, настойки, таблетки и микстуры из трав.

Часто люди сами собирают травы. Может быть кто-то из знакомых вам взрослых тоже собирал лекарственные растения. Кто из вас видел в аптеке лекарственные растения? Какие? Кого из вас лечили с помощью трав? От каких болезней? Какими травами?

Взгляните на это растение. *(Показ душицы)*. А еще лучше понюхайте. Что вы можете сказать о его запахе? *(Ответы детей)*. Запах у него приятный, ароматный, душистый. Вот и получило это растение за свой душистый запах название «душица». Чаем из душицы хорошо вылечивается простуда.



А кто угадает это растение?

*Тонкий стебель у дорожки,
На конце его – сережки,
На земле лежат листки –
Маленькие лопушки.
Нам он – как хороший друг,
Лечит раны ног и рук. (Подорожник)*

Найдите это растение среди других. Попробуйте догадаться, почему это растение так называется. Кто из вас пользовался подорожником? (*Ответы детей*).



Подорожник люди используют с давних пор для заживления ран.

Ну а следующее растение вам хорошо известно. Загадка подскажет его название.

*В поле сестрички стоят,
Желтые глазки на солнце глядят,
У каждой сестрички –
Белые реснички. (Ромашка)*

Может быть кому-то из вас приходилось лечиться с помощью ромашки? (*Ответы детей*). Ромашка поможет больному животу.

Посмотрите на эти цветы. Это шалфей. Его еще зовут «чабан-чай». Кто такой чабан? Это пастух, который пасет овец. Так вот, пастухи – чабаны пили чай из шалфея для того, чтобы не заснуть, быть бодрыми и внимательно следить за овцами и баранами. А еще шалфей замечательно лечит больное горлышко.

Еще очень много лекарственных растений можно найти на лугах, в лесу, в горах. Повсюду животные, птицы, люди могут найти помощь у природы. Только изучай, люби, знай! На каждую болезнь есть свое лекарственное растение. Мы живем в мире лекарств. Самая лучшая аптека – это

Природа. Но необходимо знать, что лекарственные растения могут заготавливать и делать из них лекарства только взрослые. Дети могут только помогать.



Все свои сокровища природа щедро отдает человеку и за все просит только одного: беречь ее!

А сейчас угощайтесь травяным чаем из зверобоя. Вот так скромно выглядит этот цветок, но зато от многих болезней лечит, а нам поможет остаться здоровыми и не заболеть. *(Показ зверобоя).*

Давайте поиграем в «Аптеку». Чтобы купить какое-либо лекарственное растение, нужно описать его, рассказать от чего вы собрались лечиться, нельзя только говорить название. Его должен угадать «аптекарь».

Постарайтесь не только правильно описать словами растение, но и быть вежливыми покупателями.

Экскурсия на луг для сбора лекарственных растений.

Ребята, сейчас мы будем собирать с вами лекарственные растения, но прежде мы должны повторить правила сбора лекарственных растений.

Правила сбора лекарственных растений.

1. Хорошо знать лекарственное растение и отличать его от ядовитых растений.
2. Собирать растения лучше в сухую погоду, утром, после того как высохнет роса.
3. Нельзя собирать растения в городе и вблизи дороги. Почему, как вы думаете?
(Ответы детей). Растения там отравлены ядами из выхлопных труб транспорта.

4. Сорванные растения складывать в широкую корзину, чтобы не помять их, а то выделится сок.
5. Сушить растения нужно в тени, а не на солнце.
6. Нельзя при сборе топтать соседние растения, нельзя рвать растения с корнем и рвать все до последнего. Почему? *(Ответы детей)*.
7. Не рвать растения, которые занесены в Красную Книгу. Почему? *(Ответы детей)*.



Воспитатель: ребята, чтобы нам с вами было веселей собирать лекарственные растения, мы с вами разделимся на 2 команды: команду девочек и команду мальчиков. Каждой команде я загадаю загадки, а вы постарайтесь отгадать и собрать именно эти растения.

Загадка для команды девочек:

Стоят в поле сестрички –

Жёлтый глазок, белые реснички (*Ромашка*).

Это лечебный цветок. Вот несколько советов:

- Поласкай ромашкой рот и зубная боль пройдет.

- Чай из ромашки с мёдом дают детям на ночь – сон будет крепким.

- Если вы поранились – можно промыть рану настоем из ромашки, чтобы смыть микробы.

- Если случится тебе простудиться, появится жар, придвинь к себе кружку, в которой дымитесь слегка горьковатый, душистый отвар...

Итак, девочки, ваша команда собирает ромашку.

А теперь загадка для команды мальчиков:

Каждый лист мой любит тропки

У обочины дорог

Он однажды людям добрым

Раны вылечить помог (*Подорожник*).

Почему он так называется? Правильно, он растёт вдоль дорог.

Команда мальчиков собирает подорожник.

Итог: Ребята, вам понравилась наша сегодняшняя экскурсия? Все свои сокровища природа щедро отдаёт человеку и за все просит только одного: беречь её! Давайте скажем нашей природе, большое спасибо!

А сейчас нам пора возвращаться в детский сад.

Конспект занятия «Путешествие в мир лекарственных растений»

Цели:

1. Научить детей внимательно слушать и отвечать на вопросы.
2. Научить детей делать соответствующие выводы, какое значение имеют растения для здоровья.

Воспитатель: Луг всегда прекрасен и молод! Всегда был и будет другом человека. Когда выйдешь на луг в любое время года, хочется молчать и слушать тишину, пение птиц. А как приятно побегать по лугу в летнюю пору и подышать полной грудью живительным воздухом, наполненным ароматом трав и цветов. Прогулка на луг в любое время года - это источник радости и здоровья.



- Когда вы заболеете, мама лечит вас микстурой и отварами из лекарственных трав. Эти травы называют зеленой аптекой. Почему?
- Потому что, они помогают нам избавиться от болезней. Особую помощь они оказывают человеку в походе, на прогулке вдали от дома. Растительной аптекой пользуются и животные. А теперь познакомимся с вами с некоторыми лекарственными травами.

*Путника друг - подорожник,
Скромный, невзрачный листок, -
Ты на порезанный палец
Влажной заплаткою лег.
Многим из нас невдомек,
Что отыскалось лекарство
Тут же, на тропке, у ног.*



Свежий лист подорожника нужно помять в руках, чтобы появился сок, и приложить к ранке или ожогу. Вскоре станет легче.

- Никто не любит лечиться таблетками, ведь они горькие и неприятные. Но есть и сладкие лекарства, их можно съесть целую тарелку. Ну, конечно же - это ягоды!

Летом созревает вкусная ягода черника. Она помогает при расстройствах желудка, нервной системы, малокровии (*Показать*).

Растет ягодный кустарник очень медленно, поэтому собирать ягоды черники нужно осторожно, чтобы не повредить корни, стебли и ветви. А эту ягоду вы, конечно, все знаете.

На проталинке лесной



Земляничка под сосной.
Земляничка - невеличка
Хорошо цвела весной.
Солнце грело много дней
Пушистый кустик у камней.
Становилась земляничка
Все пригожей, да крупней.
Покраснела каждым боком,
Налилась душистым соком. (Е. Трутнева).

Земляника - не только вкусная, но и очень полезная ягода. Ее применяют при простудных заболеваниях, при малокровии. Очень полезны земляничное варенье и чай, заваренный с листьями земляники.

Следующая душистая и сладкая ягода, которую очень приятно съесть не только больному, но и здоровому человеку - это лесная малина. Любят ее и лесные животные - насекомые, птицы, звери. Малина хорошо помогает при простуде.

Многие растения - настоящие кладовые витаминов. Их употребление в пищу быстро восстанавливает силы человека. Это одуванчик. Из его листьев делают салат. Крапиву используют для салатов и супов. Много витамина С содержат плоды шиповника. А ягоды этого растения помогают людям, у которых больное сердце.

А вот еще один рецепт:

*Если случится тебе простудиться,
Привяжется кашель, поднимется жар,
Придвинь к себе кружку, в которой дымится
Слегка горьковатый, душистый отвар.*



Так говорится об отваре из ромашки аптечной.

О лекарственных растениях можно рассказывать очень долго, ведь их в природе очень много - в огороде, в саду, на лугу, у водоема, в лесу. Это еще и деревья, многие кустарники.



*Нужно только не лениться,
Нужно только научиться,
Находить в лесу растенья,
Те, что для людей полезны, -
И отступят все болезни!*

Игра «Съедобное – Несъедобное».

Цель: научить отличать съедобные растения от несъедобных, отличать одно лекарственное растение от другого (по внешнему виду, по строению). Воспитывать любовь к природе и бережное к ней отношение.

Беседа «Что о травах мы узнали – Колобку всё рассказали...»

Цель: закрепить умение узнавать и называть лекарственные травы (4-5 наименований). Расширить знания о пользе и применении лекарственных растений. Закрепить правила поведения при сборе лекарственных растений.

Ход беседы

Дети сидят полукругом. Перед ними: доска с картинками лекарственных растений. На столах - гербарий.

Ведущий – Колобок: Здравствуйте, ребята! Я катился по полям, лугам, дорогам. Собрал много лекарственных растений, а как они называются, не знаю. Помогите мне, *(на колобке приколоты растения из гербария)*. Колобок снимает с себя мать-и-мачеху.

Колобок: Что это за растение? (Дети отвечают). А вы знаете, почему оно так называется? У него с одной стороны листочек тёплый – добрая мать, а с

другой холодный - злая мачеха. После зимы мать-и-мачеха раньше всех появляется. А чем же она полезна? (*Лечит кашель*). Верно, вспомнил, меня дедушка с бабушкой мать-и-мачехой лечили.

А что это за цветок, похожий на мать-и-мачеху?

Дети: Одуванчик.

Колобок: А кто знает, как его бабушка с дедушкой называет? Если дети не знают, колобок объясняет - "одуван". Дети должны объяснить почему. Если не смогут, Колобок подсказывает.

Колобок: А зачем он нужен?

Дети: Из его цветов варят первое варенье или иначе "майский мёд"

Колобок: Молодцы, всё знаете. А листья одуванчика пригодятся?

Дети: Из листьев делают салат. В нём много витаминов.

Колобок: Надо попробовать. Ну а это что за растение, маленькие лопушки?

Дети: Подорожник.

Колобок: Слышал такое название. Он, наверное, растёт вдоль дороги. Чем же он полезен?

Дети: Лечит наши раны, когда мы падаем или порежемся.

Колобок: Надо попробовать. Сейчас как уколую или порежусь. Нет, не буду. Лучше другую травку вам покажу. Что это?

Дети: Крапива.

Колобок: Ой, боюсь ужалит. От неё - то какая польза?

Дети: Из крапивы щи варят и голову настоем крапивы моют.

Колобок: А мне дедушка рассказывал, что из неё раньше ткань делали и шили рубашки и штаны, а рыбаки даже паруса делали. А вот это растение похоже на "лошадиный хвост" никто не знает что это? (*Если дети не знают, то Колобок вспоминает бабушкин рассказ о хвоще*). Им его бабушка лечила, когда у него болело горло. А чем ещё горло поласкают?

Дети: Ромашкой.

Колобок: Верно, и про этот цветок мне бабушка рассказывала. А вот ещё растение, похожее на гусиные лапки. Это когда я объелся зелёных ягод и у меня болел живот, бабушка мне давала пить эту траву. Запомнили.

Теперь давайте поиграем, а потом я ещё чего-нибудь расскажу.

Физкультминутка "Одуванчик".

-Дождик поливает, солнышко пригревает, одуванчики на поляне растут (*дети встают*);

-Ветер налетел, стал дуть на одуванчик (*дети раскачивают поднятыми вверх руками*);

-Ветер подул еще сильнее (*дети разбегаются в разные стороны на носочках*);

-Вдруг с головок одуванчиков полетели белые лёгкие парашютики (*дети приседают*);

-Там где упали парашютики, снова будут расти одуванчики (*дети встают*).

Повторить 2-3 раза.



Колобок: Лето скоро закончится, цветы отцветут, а мы бодем - то осенью то зимой, когда цветочков уже нет. Поэтому, летом запасают лекарственные растения.

Только собирать их надо правильно, а вы запомнили правила сбора лекарственных растений? Давайте повторим.

1. Нельзя рвать много растений, а то на следующий год они не вырастут на этом месте.
2. Нельзя пробовать ягоды, корневища и плоды: можно отравиться.
3. После сбора лекарственных растений следует тщательно вымыть руки, так как на руках может остаться много пыльцы, грязи.

Колобок: Молодцы, ребята, вижу многое вы узнали о лекарственных растениях. Ну а мне пора возвращаться к дедушке и бабушке. До свидания, ребята! Не забудьте, про наш разговор, помните о нём и расскажите родителям.

Письма–обращения к лекарственным растениям составленные совместно родителями и детьми.

«Ты очень красивый цветок, потому что ты – ландыш. Я очень хочу с тобой дружить. Ты не бойся, я больше не буду тебя топтать, потому что ты полезный» (Алиса Гусынина)

«Одуванчик, ты похож на солнышко, а оно тёплое и ты тёплый. Я хочу с тобой дружить» *(Владик Герман)*

«Подорожник – я знаю, почему ты так называешься, а ещё ты лечебный, можешь лечить раны, а я очень часто падаю с велосипеда. Теперь я буду тебя любить» *(Матвей Голиков)*

«Очень- очень хочу дружить с тобой, ромашка. Я тебя часто рисую. Ты такая красивая, я тебя не буду рвать, потому что тебе будет больно» *(Нонна Татевосян)*.



Заключение

Лекарственные растения – важнейший источник производства медицинских препаратов. Около половины всех лекарств готовят из растений. Выращивание лекарственных растений на участке детского сада может оказать значительную практическую помощь людям, оно имеет большое познавательное и воспитательное значение для детей.

В процессе реализации проекта у детей сформировалось представление о лекарственных растениях, их значимости в жизни человека. Дети познакомились с лечебными свойствами растений, научились их различать и называть. В ходе работы над проектом дети обогатили словарь и пополнили словарный запас, если к началу работы над проектом дети знали 2-3 названия лекарственных растений, то к концу работы над проектом – более 5. Письма-обращения, составленные родителями и детьми свидетельствуют о сформированности бережного отношения к природе.

Таким образом, анализ результатов работы над проектом позволил выявить, что методика занятий, разработанных к проекту, значительно повысила уровень знаний и экологической культуры у дошкольников.

Библиографический список:

1. “Цветы – какие они”. Т.А. Шорыгина.
2. “Как знакомить дошкольников с природой”. П.Г. Саморугова.
3. “Лекарственные растения”. С.Е. Землинский.
4. “Ядовитые растения, их польза и вред”. Л.М. Кречетович.
5. “Травянистые растения”. Е.Я. Люкшенкова.
6. “Зеленые странички”. А. Плешаков.
7. “Зеленая аптека”. Н.Н. Кислова.
8. “Все обо всем.” Энциклопедия. Растения.
9. “Лесная аптека”. З.В. Коробцова.
10. “Красная книга”. Учебное пособие.

Консультация для родителей

Лекарственные растения. Правила лечения - это полезно знать...

Осложнений у детей после приема различных медикаментозных средств боятся все родители, тем более, для этого есть серьезные основания. Поэтому врачи сегодня изучают и используют в практике лечения детей лекарства растительного происхождения. По данным отечественных и зарубежных медиков, при фитотерапии частота осложнений не превышает 1%, в то время как при медикаментозном лечении осложнения возникают у каждого



третьего-четвертого ребенка. Лекарственные травы помогают быстро и надежно избавиться от многих недугов, но не занимайтесь самолечением, а обязательно посоветуйтесь с врачом. Это особенно важно, если у ребенка есть предрасположенность к аллергии.

- Детям с гастритом и пониженной кислотностью в период, предшествующий сезонным ухудшениям, следует пить сборы подорожника, ромашки, мяты и Melissa.
 - Если ваш ребенок реагирует на изменение погоды обильным газообразованием, то при первых признаках непогоды дайте ему чай из фенхеля, ромашки и укропа.
 - При повышенной нервной возбудимости перед приходом гостей или другим «стрессовым» событием для профилактики следует дать ребенку настои корня валерьянки, пустырника, шишек хмеля и синюхи голубой.
 - Ребенку, склонному к эмоциональным реакциям, летом рекомендуется спать на подушке, набитой молодыми шишками хмеля.
 - Если ребенок к вечеру перевозбужден, то дайте ему понюхать настой корня валерьяны — по три-четыре вдоха каждой ноздрей попеременно.
 - Детям, которые реагируют на первые ягоды поносом и тошнотой, стоит заварить мяту перечную в пропорциях 2 чайных ложки на стакан воды. Пить настой нужно небольшими глотками в течение дня.
 - При расстройстве кишечника помогает фитосбор из зверобоя и тысячелистника.
 - Боль от укуса комара, овода или пчелы проходит, если потереть укушенное место размятым перышком зеленого лука.
 - С проявлениями кожной аллергии помогают справиться брусника обыкновенная, горец птичий, зверобой, калина, шиповник и другие.
- Если вы решили использовать лекарственные травы для лечения своего малыша, необходимо соблюдать следующие правила:

— Проконсультируйтесь у врача-фитотерапевта или врача общего профиля, который знает состояние здоровья ребенка.

— Лекарственные растения каждому малышу назначаются строго индивидуально в соответствии с диагнозом, с учетом сопутствующих заболеваний и точным знанием действия фито-препаратов.

— Для детей от младенчества до трех лет используются сборы из одного, двух, максимум трех растений. Детям постарше можно принимать сборы более сложного состава.

— Детям противопоказаны сильнодействующие и ядовитые лекарственные растения: эфедра, безвременник, белена, дурман, плоды мордовника, багульник, чистотел, барбарис, чилибуха и некоторые другие.

— Помните, что передозировки лекарственных растений небезопасны. Приобретая травы в аптеке, на упаковке вы видите дозы, рекомендованные для взрослых. Для детей действуют другие нормы —

для расчета можно использовать такой способ: доза для взрослого принимается за единицу, а ребенок должен получать часть дозы взрослого.

