

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 10 имени выпускника  
школы Д.С. Целовальника посёлка Голубая Нива муниципального  
образования Славянский район

## Проект «Лекарственные растения Славянского района в пределах Приазовского заказника»



**Выполнили: учащиеся 7 класса**  
**Руководитель:**  
**Вакула Н.М.**

## ***Проект «Лекарственные растения Славянского района в пределах Приазовского заказника»***

### **Цель проекта:**

уточнить и расширить представления детей о лекарственных растениях.

Углублять знания детей о значении растительных сообществ.

Пропагандировать исследовательское, вдумчивое и бережное отношение к живой природе, привлекать внимание детей к научно-популярной литературе о растениях.

### **Задачи:**

***Образовательная:*** обобщить знания о лекарственных растениях; изучить растения; выяснить значение лекарственных растений для человека; определить, какой вред человек наносит «зеленому другу»;

***Развивающая:*** развивать навыки исследовательской работы; развивать творческое воображение и коммуникативное общение в процессе игры, основываясь на свободном обмене мнениями и интересах детей; развивать экологическое мышление на основе представлений о «царстве» лекарственных растений; развивать умение рационально использовать лекарственные растения для здорового образа жизни.

***Воспитательная:*** воспитывать бережное отношение к природе; формировать умение и желание активно беречь и защищать природу.

### **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, выражение и развитие творческих способностей.
5. Освоение родителями педагогических приёмов необходимых в семейном воспитании; умение объективно оценивать возможности своих детей.

### **Этапы проекта:**

#### **1. Подготовительный:**

- составление перспективного плана мероприятий проекта на месяц;
- подборка художественной и энциклопедической литературы о лекарственных растениях;
- подборка иллюстраций и фотографий лекарственных растений;
- подготовка материала: тетради и альбомы для оформления результатов.

#### **2. Реализация проекта:**

- занятие познавательного цикла;
- проведение экскурсии;
- проведение Экологического урока;
- совместная работа детей с родителями (сбор иллюстраций и фотографий, подготовка сообщений о лекарственных растениях;)

#### **3. Этап подведения итогов:**

- создание информационного буклета «Зелёная аптека для детей и взрослых».
- творческий отчёт о проделанной работе и результатах проекта.
- **Актуальность работы:** заключается в приобщении людей к проверенным временем народным способам лечения с применением натуральных природных средств, возможность применения их не только в целях лечения, но и в целях профилактики заболеваний, укрепление организма.

## Ход проекта.

### 1-й этап – подготовительный.

№ п/п	Мероприятия	Сроки
1.	Подборка художественной и энциклопедической литературы о лекарственных растениях: стихи, рассказы, сказки, пословицы, поговорки, загадки и т.д.	Сентябрь 2017
2.	Обращение к родителям: просьба принять активное участие в проекте "Лекарственные растения".	Сентябрь 2017
3.	Составление сметы расходов на реализацию проектов.	Сентябрь 2017
4.	Приобретение необходимых материалов.	Сентябрь 2017
5.	Экскурсия «Приазовский заказник»	Октябрь 2017
6.	Проведение экологического урока	Ноябрь 2017
7.	Составление правил сбора и обработки лекарственных растений.	Ноябрь 2017
8.	Творческий отчёт о проделанной работе: защита сообщений о лекарственных растениях.	Ноябрь 2017
9.	Выпуск информационного буклета "Зелёная аптека для детей и взрослых"	Ноябрь 2017

### **Смета расходов на приобретение материалов, необходимых для реализации экологического проекта.**

№ п/п	Наименование материала	Кол-во, шт.	Цена, руб.	Стоимость, руб
1.	Бумага листовая для офисной техники	1	270	270
2.	Папка с файлами	1	65	65
3.	Фломастеры	1	95	95

4.	Клей-карандаш	5	12	60
	<b>ИТОГО:</b>			<b>490</b>

## 2-ой этап – реализация.

*« Нет такого растения, которое не являлось бы лекарственным,  
нет такой болезни, которую нельзя было бы вылечить  
растением»  
Восточная мудрость.*

**Проведение исследовательских наблюдений.** Использование растений для лечения болезней и укрепления здоровья началось в глубокой древности. Еще первобытные люди пользовались дарами «лесной аптеки» - природы. Сведения о лечебных свойствах передавались из поколения в поколение. Особенно широко лечение травами было распространено в Греции, Риме, Египте, Китае и Индии.

Некоторые сведения о лекарственных растениях находят на первых письменных источниках - глиняных табличках, обнаруженных в Ассирии, причём с указанием, против каких болезней и в каком виде их нужно применять. В начале новой эры применение лекарственных средств растительного происхождения приобрело все большее значение.



В 1597 г. Лондонский знаток трав Дж. Джерард опубликовал том с описанием тысячи растений, обладающих целебными свойствами. На Руси целебные травы также известны с давних пор. Первые травники появились в 17 веке, Заниматься врачеванием на Руси имели право только женщины.

С образованием Киевской Руси появляется профессия «лечцы». Людей, знающих травы и умеющих ими лечить, в народе называли знахарями,

травниками, врачевателями. В начале XVII при Алексее Михайловиче был создан Аптекарский приказ, снабжавший двор и армию травами. По приказу Петра Первого были созданы аптеки и так называемые «аптекарские огороды» во всех крупных городах. В Астрахани и Лубнах появились большие плантации лекарственных растений.

Бурное развитие и изучение лекарственных средств, и их применение началось после революции. В 1931 году была создана организация Всесоюзный научно-исследовательский институт лекарственных растений (ВИЛР) для изучения лекарственных растений и создания лечебных препаратов. Это позволило вооружить медицину новыми средствами борьбы с различными заболеваниями.

Во многих семьях имеются домашние аптечки, содержащие медикаменты и лекарства, необходимые для оказания первой доврачебной помощи при различных заболеваниях. Среди препаратов находятся средства растительного происхождения и растения, из которых в домашних условиях готовят лекарства. Многие растения, будучи высушенными, сохраняют свои лекарственные свойства в течение нескольких месяцев или лет, что позволяет иметь их запас. Применение лекарственных растений с целью профилактики и лечения разнообразных заболеваний представляют для современного человека большой интерес, т.к. по сравнению с синтетическими лекарствами они имеют преимущества. Например: человек страдает несколькими болезнями. Одновременное лечение их синтетическими лекарствами представляется не возможным. Лекарственные растения и их сборы обладают широким спектром действия. Продуманное применение лекарственных сборов позволяет лечить одновременно весь комплекс болезней конкретного человека

Изучив литературу по данной теме, выяснили, что интерес к целебным травам не угас – наоборот, сейчас он особенно велик. В наше время люди все чаще прибегают к помощи фитотерапии – лечению

лекарственными растениями. И сегодня они занимают важное место в лечении людей.

Соки, отвары, настои, чай, настойки принятые внутрь, наружные примочки и ополаскивания помогают больному организму справиться со многими недугами, избавиться от страданий. Полезно есть в сыром виде и некоторые лекарственные растения. Известно, что к концу зимы и в начале весны в овощах и фруктах, резко снижается содержание витамина С. Поэтому в этот период рекомендуется употреблять свежую зелень: молодую крапиву, одуванчик, мать-и-мачеху, подорожник, зверобой, кислицу, первоцвет - они богаты всеми необходимыми нам веществами и способствуют улучшению процессов обмена, пищеварения, кроветворения и других.

Самостоятельное лечение лекарственными травами не безопасно: ведь каждое растение имеет определенные свойства, которые могут, как помочь, так и навредить. Грамотно составить сбор трав может только врач. Информация о лекарственных растениях необходима не только специалистам - фармацевтам, врачам, ботаникам. В ней нуждаются и обычные люди, которые смогли бы применять полученные знания в повседневной жизни. Людям необходимо знать о применении лекарственных трав, особенно растений, произрастающих в нашей местности

## 2.2 Лекарственные растения нашей местности

Природные растительные ресурсы Славянского района богаты и разнообразны. Трудно встретить человека, который бы не видел и не знал лекарственные растения, например, подорожник, одуванчик, ромашка аптечная, зверобой, но мало знают, от каких болезней они помогают. Результатом исследовательской работы станет изучение и



применение лекарственных трав нашего края.

**Подорожник большой:** Одно из самых действенных и распространенных народных лекарств. Листьями и семенами подорожника останавливают кровь и заживляют раны. Сок листьев подорожника больше рекомендуется для лечения больных хроническими колитами и острыми желудочно-кишечными заболеваниями. Препарат назначается внутрь по 1 столовой ложке 3 раза в день за 15-20 минут до еды. Июнь-начало июля самое время для сбора подорожника.



**Одуванчик лекарственный:** Одуванчик как лекарственное растение знали с древних времён. Млечным соком промывают глаза при их заболевании. Сводят веснушки и пигментные пятна. Медицина использует в качестве лекарственного сырья корень одуванчика. Корень одуванчика применяют в различных сборах при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и экземе



**Ромашка аптечная:** Видов у ромашки много: аптечная или лекарственная, полевая или дикая, собачья. Аптечную узнают по запаху – он напоминает аромат яблок. Народная медицина издавна знала отвары и настойки из ромашки. «У кого в горле болит, - наставлял травник середины XIX века, – возьми стакан воды и по одной щепотки ромашки, липового цвета и бузины – смешайте все вместе, вскипяти, процеди сквозь тряпицу, остуди, как парное молоко, и пей вместо чая...» Очень верное средство! И еще одну особенность подметил травник. Ромашку, оказывается, полезно держать в чуланах, на кухнях, где хранятся съестные припасы: там не заведутся мыши.





Собрали информацию своего лекарственного растения.

Изучили строение растения.

На этапе реализации дети совместно с родителями оформляли сообщение *«Моё лекарственное растение»*, в которое заносилась важная информация наблюдений в виде кратких записей и рисунков. (Приложение)

**3-й этап – подведение итогов.**

### **1) Составление правил сбора и обработки лекарственных растений.**

Лекарственные растения – замечательное богатство природы. Люди часто собирают их и сдают в аптеки. Это важная работа, но выполнять ее нужно так, чтобы не нанести вреда природе. Запомните правило: собирать лекарственные растения можно только в тех местах, где их много. Часть растений нужно обязательно оставлять неприкосновенными, чтобы сохранить их на будущее.

Каждый кустик и травинка,  
Корень, ягода, орех –  
Все приносит пользу людям,  
Помогает от всех бед.  
Лес – богатство наше, знай!  
Береги и сохраняй!

*-Правило первое: что собирать?*

Следует научиться отличать растения подлежащие сбору, от сходных видов. Нужно также знать, какие части растений имеют лечебное значение; у одних берутся только цветки, у других - листья, у третьих – стебли. Плоды, ягоды, семена собираются лишь при условии их полной спелости.

*-Правило второе: когда собирать?*

Лекарственные растения обладают наиболее целебной силой в определённые месяцы. Валериану, например, рекомендуется собирать в апреле и в сентябре, одуванчики – в мае и сентябре, шиповник – в сентябре и т.д. Кроме этого нужно учесть, что собирать растения лучше в сухую погоду.

*-Правило третье: как собирать?*

Заранее запаситесь всем необходимым для сбора( совками, ножницами, ножами, наволочками или мешочками), договоритесь с аптекой, чтобы она обязательно приняла собранные растения. Все участники должны вымыть руки после сбора лекарственного сырья.

*-Правило четвёртое: где собирать?*

Каждое растение имеет определённые места произрастания, которые нужно знать. Следует избегать легкодоступных мест сбора, например, откосов у шоссеиных дорог. Нельзя также собирать в тех местах, которые подвергались обработке ядохимикатами. Если вы заметили на поляне одиночное растение и поблизости подобных нет, рвать его не рекомендуется. Нельзя собирать в тех местах, где лекарственных растений мало.

*-Правило пятое: собирая, сохранять.*

Многие лекарственные растения стали редкостью, например, в ряде районов почти исчезла целебная трава валериана. Даже если дикорастущих растений много на месте сбора, обязательно оставьте несколько крепких, здоровых экземпляров. Берите ровно столько, сколько нужно, зря не рвите, а собранные растения умейте правильно сохранять.

-Сушите лекарственные растения на воздухе в тени. Особенно хорошие места для подсушивания – дачные чердаки. При сушке кладите растения по отдельности, между собой растения не должны быть перепутаны. Следите, чтобы на растения не попали ни земля, ни песок, ни грязь.

**Памятка сборщику лекарственных растений**

1. Придерживаться оптимальных сроков заготовки свежего сырья. Лекарственные растения собирают в солнечную сухую погоду. Листья и стебли во время цветения. Цветки в начале цветения. Плоды - в период полного созревания. Корни – осенью.
2. Не собирайте грязные, пыльные, больные растения.
3. Не собирайте растения у дорог и вблизи промышленных предприятий.
4. Сушите растения в хорошо проветриваемом помещении.
5. Не выдергивайте растения, срежьте их серпом или ножом. Корни выкапывайте.
6. Не берите растения в рот, они могут быть ядовиты. (Вороний глаз, крушина ломкая, волчье лыко)
7. Не собирать в одну тару разные виды сырья.
8. Оставлять на месте не менее 20% неубранных растений для возобновления популяции.
9. Собирать на одном месте не чаще, чем один раз в 2 года, а многолетнее - 1 раз в 5-7 лет.
10. Не хранить свежесобранное растение больше 1-2 часа.

#### **Аптечка школьника:**

Школьники часто жалуются на головные боли, боли в животе до приема пищи, на повышенную утомляемость, ухудшение зрения. Часто бывают ушибы, царапины. Если вы практически здоровы и данные заболевания появляются лишь эпизодически, то я рекомендую каждой семье для лечения и профилактики делать акцент на лекарственные растения, предварительно посоветовавшись с врачом. Пусть в аптечке школьника будут:

- мать - и - мачеха (головная боль, головокружения)

- зверобой продырявленный (головная боль, простуда, головокружения, ожоги (масло), расстройство живота)
- мята перечная (простуда, нервное возбуждение, головная боль)
- тысячелистник/ромашка аптечная  
(бронхит, гастрит, возбуждает аппетит, укрепляет десны, заживляет раны)
- малина (жар, кашель, авитаминоз)
- крапива (кровотечения, авитаминоз, гастрит, головная боль, повышенное давление, аллергия, малокровие)
- семя укропа (беспокойный сон, грипп, бронхит, икота, ожог, аллергия, угревая сыпь)
- подорожник (кровотечения, усталость, гастрит, кашель, ангина, раны, укусы насекомых)

## 2) Творческий отчёт о проделанной работе и результатах проекта.

Экскурсия

6.10.17



Акция «Уборка территории  
Приазовского заказника»



**План проведения Экологического урока совместно с  
экологической службой «ООО**

№	Название	Продолжительность	Ответственный
1.	Вступительная часть	2 мин	
2.	Рассказ с презентацией «Приазовский	10 мин	Сокол Г.В.

	заказник»		
3.	Выступление экологической службы	4 мин	Аносова Ю.А.
4.	Физминутка	2 мин	Сокол Г.В.
5.	Викторина	20 мин	Сокол Г.В.
6.	Конкурс слоганов	10 мин	Ильина Л.Г.
7.	Подведение итогов, награждение		

### Викторина

**ВЫБЕРИ КАТЕГОРИЮ**

Живые барометры	<u>10</u>	<u>20</u>	<u>30</u>	<u>40</u>	<u>50</u>
Охраняемые природные территории	<u>10</u>	<u>20</u>	<u>30</u>	<u>40</u>	<u>50</u>
Лекарственные растения	<u>10</u>	<u>20</u>	<u>30</u>	<u>40</u>	<u>50</u>
Угадай растение	<u>10</u>	<u>20</u>	<u>30</u>	<u>40</u>	<u>50</u>
Мудрые мысли о природе	<u>10</u>	<u>20</u>	<u>30</u>	<u>40</u>	<u>50</u>



Охраняемые природные территории

10 баллов



На территории какой особо охраняемой зоны мы живем?



Мудрые мысли о природе

50 баллов



Поведение человека в природе – это зеркало его души.



### Заключение.

Обобщая все вышесказанное, подчеркнём еще раз роль лекарственных растений. Они занимают особое место среди всех растений в природе, поскольку их стебли, листья, корни, цветки, плоды содержат большое количество микроэлементов, веществ, витаминов, которые необходимы человеческому организму, особенно когда организм ослаблен, в период

болезни. Такие растения являются не только лекарствами, некоторые из них также составляют полезную добавку к нашей пище, они применяются в лечебном и диетическом питании. Травы входят в состав многих медикаментов. До сих пор в медицине используются отвары, экстракты и настои лекарственных трав, которые применяют при самых разных заболеваниях организма, для снятия боли, при простудных заболеваниях, для остановки кровотечений, для заживления ран и так далее. Но обязательно нужно помнить о том, что лечение травами необходимо согласовывать с врачами, либо с людьми которые хорошо знакомы с лекарственными травами, их свойствами и воздействием на организм человека.

В ходе исследовательской работы школьники многое узнали. Работа помогла им понять, что они являются частью природы и должны бережно относиться к ней. Дети решили, что будут выращивать на своих участках и огородах лекарственные растения, чтобы не наносить вреда природе. Тогда она предстанет перед людьми доброй, дарящей свои богатства и радость общения.

## Приложение

### Сообщения детей о лекарственных растениях

#### Ромашка аптечная

**Народные названия:** ромашка, ромашка лекарственная

**Описание.** Ромашка аптечная - однолетнее растение с сильно ветвистым стеблем, цветки белые с желтыми серединками. Имеет приятный запах. Цветет в мае.

Ромашку часто высеивают в садах. Собирают ромашку аптечную в мае-августе.

**Применение.** Лечебное действие ромашки связано с наличием эфирного масла. Растение обладает антимикробным, противовоспалительным, успокаивающим действием. Настой и отвар из цветков назначают для полоскания полости рта и горла; в виде примочек - при воспалительных заболеваниях кожи. Настоем из травы моют голову для укрепления корней волос и придания им мягкости, блеска и красивого цвета. Поэтому цветки ромашки широко применяют в косметологии, добавляя экстракты в кремы, лосьоны и т.д.



#### Календула лекарственная, или ноготки

**Народные названия:** ноготки лекарственные, ноготки, ноготки аптечные.

**Описание.** Лекарственная календула - однолетнее травянистое растение. Листья опушенные мелкими волосками. Цветки желтого или ярко-оранжевого цвета. Цветет с июня до поздней осени.

Календулу часто высеивают в садах. Собирают в июне - сентябре. Сушат в темном месте.

**Применение.** Календула относится к древним лекарственным средствам, известным еще в Древней Греции. Настой из цветков обладает противовоспалительным, бактерицидным, ранозаживляющим действием. Его принимают при заболеваниях печени, селезенки, при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, гастритах и различных кожных заболеваниях. Календулу применяют как вспомогательное средство при лечении рака желудка; в прошлом ее называли "травой против рака" и употребляли в качестве лечебного и профилактического средства.



#### Звербой продырявленный

**Народные названия:** заячья кровь, кровавчик, хворобой, заячья кривца, кровавник, кровца.



**Описание.** Зверобой продырявленный - многолетнее травянистое растение. Листья зеленые с просвечивающимися точечными железками, как будто продырявленные. Цветки желтые, многочисленные. Цветет в апреле - мае.

Собирают листья, стебли, цветки в июне - июле.

**Применение.** Растение относится к древнейшим средствам народной медицины, часто говорят, что зверобой трава от девяноста девяти болезней. Зверобой обладает кровоостанавливающим, противовоспалительным, ранозаживляющим, мочегонным и желчегонным действием. Его применяют при женских болезнях, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, печени, сердца и мочевого пузыря, бессоннице, раздражительности, головных болях в виде отвара, настоя. Из зверобоя получают антибиотик-новоиманин, который применяется в медицине для промывания гнойных ран. Зверобой также используется в кулинарии в качестве пряности для рыбных блюд.