**Зелёная аптека Донбасса**

Что такое аптека?

Как вы понимаете выражение «зелёная аптека»?

Какие растения могут помочь укрепить твоё здоровье?

Есть в травах и цветах целительная сила  
Для всех, умеющих их тайну разгадать.  
 В.Рождественский



Природа предлагает человеку огромное разнообразие даров. Ты уже знаешь, что наши зелёные друзья – растения – помогают всем живым существам дышать. А известно ли тебе, что цветущие растения не только красивы, но и многие из них являются лекарством? Разнообразен мир целебных растений нашей родной земли.

**Узнай, из каких трав изготавливают**

**витаминные и общеукрепляющие чаи.**



За много лет народные лекари накопили массу знаний о полезных свойствах растений. В современных аптеках можно увидеть разнообразные травы, настойки и микстуры из трав. Лекарственные растения помогают человеку восстановить силы. Поэтому люди и называют такие растения «зелёной аптекой».

Отгадай, о каких целебных растениях идёт речь.

В поле сестрички стоят,

Жёлтые глазки на солнце глядят,

У каждой сестрички -

Белые реснички.

Ромашка помогает при заболеваниях горла, желудка, обладает противоаллергическим действием, а также применяется как болеутоляющее средство.



Тонкий стебель у дорожки,

На конце его серёжки.

На земле лежат листки –

Маленькие лопушки.

Нам он, как хороший друг,

Лечит ранки ног и рук.

Подорожник можно встретить повсюду: в садах, огородах,

на лугах, вдоль дорог, отсюда и название. За ярко выраженные ранозаживляющие свойства его в народе прозвали «порезник» или «ранник».

Злая, как волчица,

Жжётся, как горчица!

Что это за диво?

Это же …

Эта травка так полезна

Лечит разные болезни,

Ты ещё не знал такой?

Эта травка …





В листьях крапивы содержится большое количество витаминов, микроэлементов и органических кислот. Полезны и вкусны щи с крапивой, а также салаты из её листьев. Зверобой применяют как противовоспалительное и тонизирующее средство.

На самом деле лекарственных растений огромное количество: барбарис, берёза, дуб, боярышник, валериана, василёк, женьшень, полынь,

**Узнай,**

**какие лекарственные растения**

**действуют, как успокоительное**

**средство**.



чистотел, мята, мелиса, пустырник, шалфей… Но надо не только их знать, но и уметь пользоваться. Лекарственные растения – настоящее богатство природы. На каждый недуг есть своё растение-целитель. Люди собирают их и сдают в аптеки. Это важная работа, но выполнять её нужно так, чтобы не нанести вред природе. Запомните правило: собирать растения можно только в тех местах, где их много. Собирать нужно не все растения, а лишь часть, заботясь о будущем. Самая лучшая аптека – это природа. **Необходимо помнить: лечение травами надо применять только по назначению врача!**

**Прочитай в словаре,**

**что такое ФИТОТЕРАПИЯ.**



**Здесь записываем вопросы к тексту**



**Здесь записываем вопросы к тексту**



**Здесь записываем вопросы к тексту**



**Твой словарик**

**Аптека –** учреждение, в которомпродаются и изготавливаются лекарства, предметы санитарии и гигиены.

**Лекарь -** врач (устаревшее слово), а также тот, кто лечит.

**Гербарий** – коллекция засушенных растений.

**Потомки –** люди будущих поколений.

**Настойки и микстуры –** лекарства в виде жидкой смеси, зелье, снадобье.



**Это интересно знать**

|  |  |
| --- | --- |
| **D:\1. МОИ ДОКУМЕНТЫ\00.. МОИ РАБОТЫ11111111\000. КАРТИНКИ\ШКОЛА\post-32267-1207644350.png** | В Киевской Руси с первой половины 11 века названия лекарственных растений начали записывать в письмена и формировать травники. (Травник - справочник лекарственных растений. В нем описываются целебные и лечебные свойства различных трав, их применение в виде отваров, настоев, настоек, мазей, порошка.) |
| **D:\1. МОИ ДОКУМЕНТЫ\00.. МОИ РАБОТЫ11111111\000. КАРТИНКИ\ШКОЛА\post-32267-1207644350.png** | Травяные чаи - это не только полезный, но и вкусный напиток, согревающий зимой и утоляющий жажду летом, бодрящий или успокаивающий - в зависимости от выбранных трав. Такие чаи нужно применять только по рекомендации лечащего врача за 20-30 мин до еды. |
| **D:\1. МОИ ДОКУМЕНТЫ\00.. МОИ РАБОТЫ11111111\000. КАРТИНКИ\ШКОЛА\post-32267-1207644350.png** | Чтобы получить наслаждение от вкуса чайного напитка, травяной чай лучше всего заваривать в посуде, которая способна удержать температуру напитка постоянной хотя бы первые 15 - 20 минут. Для заваривания травяной смеси рекомендовано использовать фарфоровый чайник, и лучше, если он будет иметь двойную стенку. |
| **D:\1. МОИ ДОКУМЕНТЫ\00.. МОИ РАБОТЫ11111111\000. КАРТИНКИ\ШКОЛА\post-32267-1207644350.png** | Существуют правила сбора лекарственных растений, где оговорено, в какие сроки происходит их сбор, какие части растений надо заготавливать, даны условия сушки и хранения растений. А главное, надо помнить, что производить сбор лекарственных растений надо только в экологически читых районах. |
| **D:\1. МОИ ДОКУМЕНТЫ\00.. МОИ РАБОТЫ11111111\000. КАРТИНКИ\ШКОЛА\post-32267-1207644350.png** | Прежде, чем собирать лекарственные растения, надо научиться безошибочно определять виды этих растений и уметь отличать от других, внешне похожих растений, которые могут оказаться ядовитыми. |

**Повторяем и закрепляем**

1.Почему некоторые растения называют «лекарственными»?

2.Какими целебными свойствами наделены ромашка, подорожник, крапива, зверобой?

3. Назови, какие лекарственные растения растут возле твоего дома, в огороде или саду. Раздели их на группы: деревья, кустарники, травянистые растения.

4. Какие целебные растения можно найти в лесах нашего родного края?

5. Что нужно помнить, собирая лекарственные растения?



**Работа в группах**

Соберите летом гербарий зелёной аптеки Донбасса. Составьте его каталог.



**Работа в паре**

Реши анаграммы. Какое слово лишнее? Почему?

ятам -

апил -

стотечил –

лашейф -

Найти эти растения на иллюстрациях.



**Здесь записываем вопросы к тексту**



**Здесь записываем вопросы к тексту**

