

Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение «Детский сад «Ромашка»

Проект
«Зеленая аптека Югры»
в подготовительной группе №8 «Радуга»

Воспитатели: Михельс И.Л.
Арманшина Т.С.

Зеленоборск, 2021г.

Современная цивилизация предлагает
человеку для здоровой и долгой жизни
гораздо больше возможностей,
чем ограничений.

Нужно уметь ими пользоваться...

Н. Амосов

Название проекта: «Зеленая аптека Югры»

Длительность проекта: краткосрочный, 1 неделя (29.11 – 8.12.2021г.)

Тип проекта: познавательный - творческий

Участники проекта: дети подготовительной группы, родители,
воспитатели, медицинская сестра, музыкальный руководитель,
инструктор по физической культуре.

Актуальность проекта: Задача охраны и укрепления здоровья детей – одна из ключевых в системе общественного дошкольного образования. И поэтому актуальным является содействие пониманию детьми необходимости беречь свое здоровье в наше время. И проблема профилактики здоровья детей на современном этапе является одной из самых актуальных. Искусство долго жить состоит, прежде всего, в том, чтобы научиться с детства следить за своим здоровьем. То, что упущено в детстве, трудно наверстать. Одна из главных задач МАДОУ сегодня – помочь детям осознать ценность здоровья и значение здорового образа жизни для современного человека, сформировать ответственное отношение к собственному здоровью. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании», «О санитарноэпидемиологическом благополучии населения»; а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и др. О.В. Гончарова, заведующая отделением охраны здоровья матери и ребенка ФГБУ «ЦНИИ организации и информатизации здравоохранения» Минздравсоцразвития РФ, д-р мед. наук пишет о фитотерапии в профилактике ОРИ у детей: По данным статистики в последнее десятилетие наблюдается постоянный рост заболеваемости детского населения острыми респираторными инфекциями, до 90% данной патологии вызвано вирусами. Для предотвращения частых ОРИ педиатр составляет для ребенка индивидуальную программу профилактики в соответствии с существующими общими рекомендациями. Неотъемлемой частью такой реабилитационной программы является фитотерапия, поскольку она отвечает

требованиям патогенетической терапии и оказывает непосредственное влияние на процессы тканевого обмена. Натуральные растительные средства в профилактике и лечении ОРИ существенно дополняют медикаментозное лечение, позволяют добиться нужных результатов меньшими дозировками лекарств, снижают риск развития их побочных действий, ускоряют выздоровление, более полноценно восстанавливают нарушенные функции органов. В период сезонного обострения простудных заболеваний возможно проведение профилактических курсов фитотерапии (сентябрь-март); при длительном приеме натуральных растительных средств возможно достижение стойкого результата терапии - отсутствие рецидивов заболевания в течение 2-3 лет. Настои и отвары травяного чая лучше всего готовить ежедневно, допускается их хранение в прохладном месте, но не более 3-4 суток. Использование фитотерапии в педиатрической практике с профилактической целью позволяет повысить неспецифическую сопротивляемость детского организма, скорректировать обменные процессы, нарушенные в ходе заболевания, усилить выведение из организма токсических метаболитов. Это создает предпосылки, для того, чтобы организм ребенка сам начал более эффективно бороться с болезнью. Поэтому, Одно из наиболее эффективных средств в борьбе с простудными заболеваниями - это фитотерапия. Лекарственные растения эффективны в детской практике для профилактики обострений хронических заболеваний, во многих случаях только фитотерапия помогает избежать осложнений при использовании химиотерапевтических средств.

Цель проекта: развитие ценностного отношения к своему здоровью посредством фитотерапии. пробуждение интереса к русским традициям чаепития.

Цель и задачи работы над проектом для воспитателя: приобщить дошкольников к изучению лекарственных растений и сбору простейших рецептов. для профилактики простудных заболеваний.

Задачи:

Образовательная:

1. формировать представления детей о пользе и применении лекарственных растений, их ценности для здоровья, познакомить с лечебными свойствами растений, произрастающих на территории детского сада, уметь их различать и называть.

Развивающая:

2. Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста, доступные возрасту знания о значении употребления чая для сбережения здоровья человека.

Воспитательная:

3. Воспитывать у детей желание не болеть и укреплять свое здоровье с помощью лекарственных растений, бережное и заботливое отношение к природе.

Предполагаемый результат: Дети ориентируются в многообразии растительного мира, имеют представление о внешнем виде и значении лекарственных растений для здоровья человека. Имеют представления о значении употребления чая для сбережения здоровья человека. Проявляют активность и познавательный интерес к изучению природы.

Этапы реализации:

Первый этап - подготовительный

- Выявление интересов и первоначальных знаний детей о лекарственных травах нашей местности.
- Совершенствование развивающей предметно-пространственной среды по теме.
- Подбор художественной литературы.
- Подобрать дидактические игры, атрибуты к сюжетно – ролевой игре «Аптека».

Второй этап - основной

Работа с детьми:

1. Беседы с детьми

- Беседа «Лекарственные растения ХМАО-Югры»
- Беседа «Традиции Русского чаепития»
- Беседа «Наука фитотерапия».

2. Чтение литературных произведений.

- Шорыгина Т.А. «Травы. Какие они?»
- Н. Павлова «Загадки цветов»,
- А, Плешакова «Зеленые страницы»,
- Рассказы В. Сухомлинского, В. Бианки, К. Паустовского, К. Ушинского и т. д.
- П.А.Синявский «История про муравьишку»
- Заучивание загадок и стихов о растениях.
- Отрывок из рассказа «Огород на опушке» А.Стрижева;
- «Тропинка полевая» А. Онегова
- Ю.Дмитриева «Кто в лесу живет и что в лесу растет»;
- «Подорожник» В.Рожественский.
- «Зелёная аптека» П.Синявский

3. Игровые технологии

Дидактические игры и упражнения:

Настольно-печатные:

«Разные картинки», «Лото. Растения», «Узнай и назови», «Четвертый лишний»,

Экологическая игра «Узнай целебную траву»

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

Материал: иллюстрации с изображением лекарственных растений.

Дидактическая игра «Вершки корешки»

Цель: в игре познакомить с тем, какие части лекарственных растений используются для лечения.

«Узнайте из какого произведения эти строчки и кто их автор?»

Пантомима «Завариваем чай»

Сюжетно-ролевые игры:

«Аптека», Покупка лекарственных трав.

4. Продуктивная деятельность

- Листовки -зарисовки «Что лечат травы?»

- Художественно-эстетическая деятельность (Аппликация)

Тема: «Мать-и Мачеха», «Ромашка»

5. Поисково-исследовательская деятельность

- «Льдинки для мамы» (заваривание ромашки и замораживание в кубики)

- рассматривание трав через микроскоп.

- рассматривание травы через лупу.

- заваривание чая «Фитомикс»

- рассматривание гербариев лекарственных растений.

- Опыт: Как приготовить чай, чтобы сохранить его целебные свойства? Цель: научиться правильно, готовить чай, сохраняя его целительные свойства.

- Опыт: Волшебное сито.

Цель: познакомить детей со способом отделения заварки от воды с помощью сита, развить самостоятельность.

- полоскание горла ромашкой.

6. Просмотр презентаций.

- Ознакомление с искусством мультипликации, просмотр мультфильма «Одуванчик – толстые щеки»
- «Лекарственные растения»

Работа с педагогами:

- просмотр видеоролика «Какие растения лечат, а какие калечат», медицинская сестра д/с
- слушание произведений П.И.Чайковский «Цикл времена года», «Вальс цветов», В.Моцарт «Цветы», «Ю. Антонов «Не рвите цветы». музыкальный руководитель д/с
- Подвижная игра «Чай, чай - выручай», инструктор по физической культуре в д/с.

Цель игры состоит в том, чтобы водящий переловил всех игроков и, только когда никто никому не может помочь, только тогда он передает свои права тому, на которого укажет.

Работа с родителями:

- Составление кроссвордов: «Травы – лекари»
- памятки: «Как правильно заготавливать лекарственные растения», «Правила заваривания чая», «Профилактика ОРЗ и ОРВИ»,
- акция: «Пейте чай, а не таблетки»
- просмотр презентаций на платформе Google-презентации: «Загадки для детей и родителей «Лекарственные растения», Познавательная презентация «Растения, которые лечат»
- Рекомендации для родителей «Речевые игры и упражнения по теме «Лекарственные растения»

Третий этап - Заключительный

- Проведение викторины: «Я знаю, чем лечиться»

- Чайная вечеринка « Мы за чаем не скучаем»

Продукт проекта:

1. Фито- медальоны.

2. Картотека загадок и стихотворений на тему «Лекарственные растения».

Реализовывая данный проект, мы пришли к выводу, что полученные ребёнком знания помогли им и их родителям использовать их в жизни. Уровень участия родителей в проекте «Лекарственные растения» был высокий. Родители помогли нам в проведении акции «Пей чай . а не таблетки», собрали много информации о растениях, их полезных свойствах. Дети и родители приносили в группу лекарственные травы , заваривали их и пили чай. Активность родителей, их заинтересованность в проекте отразилась на знаниях детей по этой теме. По ожидаемым результатам дети на викторине «Лекарственные растения» показали знания на высоком уровне, научились узнавать растения по их характерным признакам, как их можно применять при лечении разных болезней. Родители стали меньше использовать таблетки, а больше стараются применять лекарственные растения при лечении, что очень важно для здоровья ребёнка. Таким образом, задачи, поставленные в проекте «Лекарственные растения», были успешно реализованы благодаря тесному сотрудничеству детей, родителей и педагогов.

Выход на перспективу

Определение задач для нового проекта с использованием материала данного проекта.

Цель: как можно украсить землю растениями.

Задачи:

- ☐ Собрать дополнительную информацию.
- ☐ Продолжать поддерживать интерес к данной теме.
- ☐ Совершенствовать речевые навыки детей при оформлении своих высказываний.

Приложение

Приложение № 1.

Конспект беседы

«Лекарственные растения ХМАО-Югры»

Лечение травами давно известно в народе. Но прежде чем найти действительно полезное человеку растение, нужно его долго и осторожно проверять. Не раз знахари ошибались, и люди погибали.

Около 300 лет назад в России появились первые аптеки, где продавали лекарственные травы. А в далекие времена лечебные травы собирали специальные люди и их называли травники.

Им давали лошадь, нужные продукты и на целое лето посылали в леса и луга. В помощники себе травники брали крестьянских ребят. Знатоки трав пускались в далекое путешествие по лесам и рекам за целебными травами. И теперь специальные экспедиции ученых работают по изучению лекарственных растений. Во всех концах России заготавливают ежегодно сотни тонн лекарственного сырья. Из всех лекарств, применяемых в мире, около третьей части составляют лекарства, получаемые из растений.

Чтобы познать секреты лечебных трав, нужно очень много знать об окружающей вас природе, уметь наблюдать за погодой, соблюдать правила и традиции в доме природы.

Почему врачи советуют чаще бывать в лесу, гулять по сосновому бору? (В лесу воздух чище, не слышно городского шума, можно послушать голоса леса, запах соснового бора – профилактика против заболеваний верхних дыхательных путей). Растения выделяют фитонциды (губители микробов). Недаром говорят, что в лесу чистый воздух, легче дышится.

Можно в лесу, на дачах встретить и черемуху, которая имеет лекарственное значение. Сильный, несколько опьяняющий аромат цветов, листьев очищают воздух от микробов.

Ребята, назовите лесные и садовые ягоды, которые растут в нашем крае. Вспомните их целительные свойства (ребята вспоминают и рассказывают – о малине, смородине, бруснике, клюкве, чернике, морошке и т.д.)

Ребята на нашей площадке есть еще одно лекарственное растение, которое вы хорошо знаете. Послушайте, я о нем расскажу. Это растение не бывает высоким, стебель у него тонкий, извилистый, листья рассеченные, узкие, вроде морковных. Характерный признак этого растения – приятный запах. У него мелкие цветы – желтая серединка, белые лепестки, они как маленькие солнышки выглядывают из травы. Правильно – это ромашка.

– Кто из вас знает, какими лечебными свойствами обладает это растение? (Отвар ромашки применяют при головных болях, используют при мытье волос, чтобы волосы стали красивее и быстрее росли.)

Лекарственные травы заготавливают в определенные сроки, вдали от дорог, выпаса скота. Собирая лекарственные растения нельзя забывать о бережном отношении к окружающей природе, о том, что мы приходим в гости в Дом природы и должны соблюдать правила поведения и доброго отношения ко всем жителям этого большого Дома.

Сейчас я вам расскажу какие лекарственные растения растут в нашем округе.

Багульник

Среди растений, которые могут использоваться в качестве источников эфирных масел, в округе наиболее распространён и удобен для сбора без какого-нибудь заметного ущерба для популяции багульник болотный (*Ledum palustre*). Несколько менее распространён багульник стелющийся (*Ledum decumbeus*).

Багульник очень полезен при кашле, при ушибах и при укусе насекомых.

Брусника обыкновенная

Брусника – маленький, до 25-30 см вечнозеленый кустарничек с ярко- или темно-красными сочными ягодами. Брусника - долгожитель, может жить до 100 – 300 лет. Плодоносить начинает с 10 – 15 лет. Растет в сухих сосняках, по окраинам каменистых россыпей и на гольцах, в осветленных ельниках.

Брусника, как и многие другие ягоды, содержит огромное количество витаминов. В частности, в ней содержатся витамины группы В, аскорбиновая кислота, бета-каротин, витамин Е и другие. Также немало в составе брусничных ягод минеральных веществ, которые так необходимы человеческому организму для нормальной жизнедеятельности. Калий, магний, марганец, кальций, фосфор, медь и железо – вот неполный перечень микроэлементов, которые можно найти в этих удивительных кислых ягодках.

Голубика (гонобобель)

Голубика - листопадный кустарник высотой от 30 см до 1,7 м. Ягоды черно-сизые, с синим налетом. В естественных условиях встречается ряд форм голубики, различающихся размерами кустов, величиной и вкусом ягод. Растет на сфагновых болотах, в заболоченных лесах, на гарях, в горах у краев россыпей.

Ягоды голубики обладают рядом уникальных свойств: защищают от воздействия радиоактивного излучения, укрепляют стенки кровеносных сосудов, нормализуют работу сердца, поддерживают здоровье кишечника и поджелудочной железы, замедляют старение нервных клеток, а значит - головного. Листья голубики так же содержатся полезные вещества, но немного в меньшем количестве. В народной медицине отвар веток с листьями пьют при болезнях сердца, отвар листьев - как мягкое слабительное.

При регулярном употреблении ягоды снимают напряжение глаз и способствуют восстановлению зрения. Сок голубики дают при лихорадке, болезнях желудочно-кишечного тракта, а

также для усиления выделения желудочного сока. Ягоды голубики рекомендуются людям, работающим во вредных условиях, так как пектиновые вещества способны связывать и выводить из организма радиоактивные металлы.

Иван-чай (кипрей)

Многолетнее травянистое растение, с мощным ползущим корневищем. Стебель 1-1,5 м, цветы лилово-красные, розовые, собранные на верхушке стебля в длинную кисть. Иван-чай растет по гарям, вырубкам, опушкам, светлым лесам, осушенным болотам, вдоль дорог, насыпей, около поселков, на сухих песчаных местах, галечных отмелях, поднимается в горы на высоты более 2000 м. На вырубках и гарях его можно заготавливать в неограниченном количестве. Кроме того, сейчас это очень активно распространяющийся вид, быстро занимающий новые подходящие места. Запасы иван-чая практически неисчерпаемы и могут достигать нескольких десятков центнеров на гектар.

О нем знали еще на русичи, которые употребляли настой из Иван-чая как напиток и лекарство от различных хворей. Эта невзрачная на вид травка по лечебному воздействию и оздоравливающим свойствам, учитывая неповторимое химическое содержание, многократно превосходит даже [морскую капусту](#).

Выпив Иван-чай после захода солнца, вы даете своему организму шанс подготовиться на оздоровление, на мягкое успокоение сердцебиения, снижение давления артериального и нормализацию общего состояния здоровья. Это состояние ночного «анабиоза» - реальная возможность продлить или увеличить периоды активной жизнедеятельности не менее четверти ее цикла в среднем. А это уж точно немало.

Кедр сибирский

Один из видов рода сосна. Дерево, достигающее 35—44 метров в высоту и 1,8 метра в диаметре ствола. Максимальная продолжительность жизни 800—850 лет.

Кедровое масло – кладезь всевозможных витаминов, микроэлементов, полиненасыщенных жирных кислот, антиоксидантов, является прекрасным средством при ожогах, обморожениях, придает силы. Прием этого масла внутрь способствовал лучшему росту волос, избавлял от ломкости ногтей, помогал при стрессовых условиях работы. Кедровое масло для детей прекрасно нормализует работу кишечника, укрепляет кости, повышает иммунную сопротивляемость организма.

Клюква

Вечнозеленый кустарник с очень тонкими плетевидными ползучими красновато-бурыми стеблями, длиной до 80 см. Если отдельные побеги живут лет до восемнадцати, то возраст всего растения может достигать нескольких сотен лет. Ягода темно-красная, с прочной кожицей, сочная, очень кислая. Ягоды созревают в августе-сентябре и могут сохраняться на растении под снегом до



весны. Растет на моховых болотах, в заболоченных лесах, местами образуя зарослевые ковры.

100 г клюквы содержат в себе практически суточную норму для детского организма витаминов С, А, Е и К, около трети суточной нормы витаминов группы В, богата она витамином РР, который принимает главную роль в усваивании витамина С в организме человека. Является ценным источником микроэлементов: калия, фосфора и кальция. В клюква содержит достаточном количестве железа.

Шиповник – кустарник, высотой до 2 м, побеги которого покрыты тонкими игольчатыми шипами. Цветки розовые с тонким ароматом. Плоды красные или оранжевые, продолговатые. Цветет с мая до июля, плоды созревают в августе-сентябре. Растет одиночно или группами на прогалинах и опушках среди кустарников, на склонах и в долинах рек. Живет куст шиповника 25-30 лет, хотя известны случаи, когда в результате обрезки и омоложения растения цветут и плодоносят в течение нескольких десятков лет.

Отвар шиповника для детей способен эффективно снабдить детский организм витаминами, столь необходимыми для сильного иммунитета. Разумеется, не стоит также забывать и о закаливании малыша.

И не нужно бежать в аптеку за синтетическими витаминными препаратами (весьма, кстати, дорогими). Просто старайтесь время от времени бросать в чайник несколько ягод шиповника. Такой чуть кислый чай выпивается детками быстро. Затем ягоды можно по-новому залить кипятком дать настояться. Таким способом можно заваривать шиповник до 3 раз, и нескольких его ягод хватит для всей семьи на сутки, чтобы покрыть потребность в витамине С.

Приложение № 2.

Конспект беседы

«Традиции Русского чаепития»

Цель:

- приобщение детей к русской народной культуре;
- познакомить с традицией чаепития на Руси.

У каждого народа свои песни, танцы, традиции. Сегодня мы поговорим о традициях чаепития на Руси. Во многих странах любят пить чай, но традиции чаепития у разных народов свои. Давайте посмотрим на картины, написанные разными художниками на тему русского народного чаепития. Посмотрите, кто-то любит пить чай из блюдца, держа блюдце под доньшко и дуя на чай, чтобы остудить. Для чего наливали чай в блюдца? (чтобы чай быстрее остывал). А вообще чай пьют из чашек и стаканов. В старину было так: мужчины пьют чай из стаканов, тогда как женщины используют чашки

из фарфора. Для стакана придумали подстаканник. Как вы думайте, дети, что такое подстаканник (ажурная подставка с ручкой). Для чего его придумали? (чтобы не обжечься горячим чаем, держа стакан). Сахар обычно в чай не клали, а пили вприкуску. Откусывали кусочек сахара, а потом запивали его чаем. А как в старину заваривали чай? (в чайник-заварник насыпают заварки и заливают горячей водой. Чтобы чай лучше настоялся, заварник ставят поверх самовара (если есть подставка) или просто накрывают грелкой. Чай немного времени заваривается. После чего хозяйка наливает немного заварки в каждую чашку и доливают кипятком из самовара).

В старину чай разливала только сама хозяйка, или же старшая дочь. Было правило: чай должен разливать всегда один и тот же человек, хорошо с этим делом знакомый. Ребята, раньше пили чай не такой, как мы пьем сейчас, а заваривали разные травы: иван-чай, душицу, чабрец, мяту. Также заваривали листочки малины, вишни, клубники и других трав. Ну а пока пьется чай, можно было поговорить, рассказывать разные истории или просто помолчать. Ну и конечно, лакомиться пряниками, калачом, блинами, вареньем и медом. Ребята, давным-давно ни один праздник не обходился без чаепития. А что делают на праздниках? (поют, танцуют, играют в игры). Правильно. Давайте с вами сейчас тоже поиграем в одну старинную русскую народную игру «Бабушка Маланья». Дети встают, образуют круг. В середину круга выбираю одного ребенка (ведущего): ____, даю ему платочек.

Слова Движения

У Маланьи, у старушки
Жили в маленькой избушке
Семь дочерей,
Семь сыновей,
Все без бровей.

Дети движутся по кругу в одну сторону, держась за руки.

С такими глазами,
С такими ушами,
С такими носами,
С такими усами,
С такой головой,
С такой бородой.

Останавливаются и с помощью жестов и мимики изображают то, о чем говорится в тексте: закрывают руками брови, делают «круглые глаза» и «большой нос» и т. п.

Ничего не ели,
Целый день сидели,
На нее (на него) глядели,
Делали вот так.

Присаживаются на корточки и одной рукой подпирают подбородок.

Повторяют за ведущим любое смешное движение.

Играем 3 раза.

Дети садятся на стульчики.

Загадки из волшебного сундучка.

- Ой, ребята, посмотрите, что у меня для вас есть!

Достаю сундучок.

- Это сундучок. В нем что-то есть.

Достаю конверт с надписью «Загадки»

- Да здесь загадки для вас!

1. Белый камешек растает,
Чай мой сладким сразу станет.

(Сахар)

2. Кольцо не простое,
Кольцо золотое
Блестящее, хрустящее,
Всем на загляденье –
Ну и объеденье. *(баранка)*

3. Стоит толстячок
Подбоченивши бочок
Шипит и кипит,
Всем чай пить велит... *(Самовар)*

Ребята, как вы думаете, что было самым главным на столе? (самовар). Почему самовар так называли? А что он варит? (воду). Да, ребята, раньше говорили, что «варили» воду, а не кипятили. Его еще называли в шутку генералом. Посмотрите, какие самовары бывают разные.

Дети рассматривают изображения разных самоваров. Ребята дайте поговорим, какой чай у нас получится:

-Если мы заварим чай с листьями земляники, то как мы его называем? (Ответы детей.) Если с листьями жасмина? (Ответы детей.) С веточками малины? (ответы детей.) С листьями клубники? (Ответы детей.) С веточками вишни? (Ответы детей.) Если в чай добавить кусочки фруктов, то чай, какой будет? (Ответы детей.) Если в чай добавить кусочки яблока? (Ответы детей.) Цедру лимона? (Ответы детей.) Кусочки персика? (Ответы детей.) Если вы заболели, с какой травой и какими ягодами вы пьете чай? (Ответы детей.)

А сейчас ребята я расскажу вам о пользе чая:

1. Я хочу открыть секрет
И полезный дать совет:
Если хворь с кем приключится –
Чаем можете лечиться.
Чай всех снадобей полезней,
Помогает от болезней.
2. Чай в жару нас освежает,
А в морозы согревает,
И сонливость переборет,
И с усталостью поспорит,
Сокрушит любой недуг,
Чай здоровью – лучший друг.
3. Черный, красный и зеленый

Рассыпной и листовой.
Чай – напиток бесподобный
Это скажет вам любой.
Хорошо, гостей встречая,
Посидеть за чашкой чая!

Приложение № 3

Конспект беседы «Наука фитотерапия»

Цели:

- закрепить знания детей о лекарственных растениях нашего края, их лечебных свойствах;
- различать лекарственные растения по цвету, внешнему виду;

Ребята, вы много знаете о лекарственных растениях нашего края. Эти растения помогают нам лечиться от различных болезней. Нужно только знать и уметь ими пользоваться. Уже много лет люди передают своим потомкам знания о лечебных свойствах разных трав. И мы с вами попробуем составить свои «Рецепты от болезней».

- Ребята отгадайте загадку:

На поляне за ручьями Солнце с белыми лучами. В серединке – желтый глаз, Смотрит ласково на нас!

- Правильно, это ромашка.

- Ромашка – это лекарственное растение. Отваром из ромашки можно полоскать горло, лечить ангину. Ромашка растет на солнечных местах.

- А теперь возьмитесь за руки и закройте глаза. Представьте себя лепестками ромашки. И послушайте стихотворение: Нарядные платица, Желтые брошки, Ни пятнышка нет на красивой одежде. Такие веселые эти ромашки – Вот-вот заиграют, Как дети, в пятнашки. (Е. Серова)

- А вот еще загадка про цветок: Есть один такой цветок: Не вплетешь его в венок. На него подуй слегка, Был цветок - и нет цветка.

- Правильно, это одуванчик.

Что вы знаете об этом цветке?

- Одуванчик - тоже лекарственное растение. Его заваривают для улучшения аппетита, лечат зубную боль. А из цветков одуванчика варят вкусное варенье. Одуванчики растут по всей нашей земле. И на территории нашего сада они тоже растут.

- А кто угадает это растение? Тонкий стебель у дорожки, На конце его - сережки. На земле лежат листики – Маленькие лопушки. Нам он – как хороший друг, Лечит раны ног и рук.

- Да, это подорожник.

- Как вы думаете, почему это растение так называется?

- Действительно, подорожник растет вдоль дорог. А еще его называют лесным путешественником. Потому, что он шагает с нами по всем лесным тропинкам и даже на наших улицах растет вдоль дорог и тротуаров. У него очень прочные корни и упругие листики с крепкими прожилками. В народе про него говорят: «Мал, да с хитринкой: летом солнце печет, а под его листиками влага сохраняется».

- Может быть кому-то из вас приходилось лечиться с помощью подорожника?

- Всем известное лекарственное растение подорожник поможет остановить кровь, если вы случайно поранили руку или ногу, а у вас нет с собой бинта. Нужно взять листочек этого растения, промыть его и приложить к ране. Подорожник обладает противовоспалительным, ранозаживляющим, кровоостанавливающим свойством.

- Ребята, посмотрите, а какие маленькие скромные цветочки еще растут у нас. На что они похожи?

- Мать-и-мачеха обыкновенное — многолетнее травянистое растение. Растет на береговых обрывах, в оврагах. Сырьем являются листья. Настой листьев мать-и-мачехи применяется как отхаркивающее средство.

Пригрело весеннее солнышко, и рассыпались на проталинках круглые золотые монетки. «Весну цветов открывает сверхранний первенец — мать-и-мачеха. Этот золотой подснежник растет на солнечных глинистых оврагах и распускается раньше всех трав — до выставки ульев, вылета первых пчел, до ледохода» - Так высказывался о мать-и-мачехе фенолог и писатель Д. Зуев.

- Почему же цветок получил такое название?

Да потому, что нижняя часть листа покрыта густыми белыми волосками. Если погладишь ее рукой, ощутишь мягкость и тепло. словно приласкала тебя ласковая матушка.

А верхняя часть листа гладкая, холодная, словно прикосновение суровой мачехи.

- Еще очень много лекарственных растений можно найти в окрестностях нашего города : на лесных полянах, на лугах, в лесу. Май является началом бурного развития растительности. Повсюду люди могут найти помощь у природы. Только нужно изучать, любить, и беречь природу своего края. На каждую болезнь есть свое лекарственное растение. Самая лучшая здравница для человека – это природа!

- Растения – наши самые верные, но и самые беззащитные друзья. Поэтому лекарственные растения могут заготавливать и делать из них лекарства только взрослые. А дети могут только помогать.

Правила сбора лекарственных растений:

- Нельзя вырывать растение с корнями, так как такие «заковки» ведут к полному уничтожению растений.
- Нельзя срывать или срезать полностью листья с одного куста.

- Лекарственные растения следует собирать строго в указанные календарные сроки.
 - Необходимо знать лекарственное растение и отличать его от ядовитых растений.
 - Собирать лекарственное растение нужно в сухую погоду, утром, после того, как высохнет роса.
 - Собирать растения нужно в лесу или на лугу, где нет вблизи дорог, чтобы растения не были отравлены газами из выхлопных труб транспорта.
 - Сушить растения нужно в тени.
 - Не рвать растения, которые занесены в Красную книгу.
- Все свое богатство природа щедро дарит людям. А нам нужно научиться беречь ее!

Молодцы, теперь вы знаете от каких болезней и какими лекарственными травами можно лечиться. И ваши рецепты и советы помогут вашим родителям!

Приложение № 4

Дидактические игры и упражнения:

Экологическая игра «Узнай целебную траву»

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

Материал: иллюстрации с изображением лекарственных растений.

Ход игры:

1. Ах, не трогайте меня,
Обожгу я без огня. (*Крапива*).
Об этом **растении говорят**, что оно жжёт?
- Но почему крапива обжигает? Как вы думаете? (*ответы детей*) правильно, из - за особых волосков, расположенных на листьях и стеблях. Внутри волосков - едкая жидкость, она то и жжёт.
- Чем полезна крапива? (Из крапивы готовят щи, она убивает микробов, хорошо останавливает кровь при порезах и ранениях. А ещё, она укрепляет волосы).
2. Рос шар бел,
дунул ветер –
Шар улетел. (*Одуванчик*).
- Расскажите, что знаете об одуванчике. (**Растёт на лугах, полях, в огороде. Из его листьев делают салат**)
3. Стоит в поле кудряшка-
Белая рубашка,
В середине золотая,
Кто она такая? (*Ромашка*)
- Ромашку называют ещё аптечной. Почему? (потому что это самое распространенное **лекарственное растение**). Для каких целей используют

ромашку? (полоскать горло, отвар используется при болях в животе, в отваре ромашки купают маленьких детей).

4. Каждый лист мой любит

Тропки у обочины дорог.

Он однажды людям добрым

Раны вылечить помог. (*Подорожник*).

- Почему его так называли? Где, его можно встретить? (*Потому, что **растёт** подорожник вдоль дорог*)

- Что ещё вы можете рассказать о подорожнике? Как он выглядит?

Почему не боится вытаптывания, от которого страдают другие **растения**? (Потому, что листья у него упругие, жесткие с прочными прожилками, а густой пучок корней крепко удерживается в почве)

Крапиву, и одуванчик, ромашку и подорожник можно объединить в одну **группу**, какую? (*Это **лекарственные растения***)

Дидактическая игра «Вершки корешки»

Цель: познакомить с тем, 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.

«Узнайте из какого произведения эти строчки и кто их автор?»

Цель: формировать умение ориентироваться в жанровом разнообразии литературы (сказки, рассказы, стихи). Воспитывать интерес к художественной литературе.

«А на белой табуретке, да на вышитой салфетке

Самовар стоит, словно жар горит.

И пытит и на бабу поглядывает».

(*К.И. Чуковский. «Федорено горе»*)

«Муха по полю пошла, муха денежку нашла.

Пошла муха на базар и купила самовар.

-Приходите, тараканы, я вас чаем угощу!»

(*К.И. Чуковский «Муха-Цокотуха»*)

«Я хочу напиться чаю - к самовару подбегаю.

Но пузатый от меня убежал, как от огня»

(*К.И. Чуковский «Мойдодыр»*)

«- Кто там? - Это я, почтальон Печкин.

Принес для вас посылку, только я вам ее не отдам, потому что у вас документов нет.

А ты, говорилка, помалкивай себе в шкафу! А кто ему говорит: - Ладно вам сердиться. Идите лучше чай пить. У меня пироги на столе.
(«Простоквашино»)

ПАНТОМИМА «ЗАВАРИВАЕМ ЧАЙ».

Цель: развивать выразительность мимики и жестов.

Ход игры:

Давайте представим себе, как мы завариваем чай. Для этого надо всем и, следуя моим командам, руками и туловищем показывать движения, которые необходимо делать. Достаньте с верхней полки самовар. С левой полки, которая пониже, достаньте заварной чайник. Налейте воду в самовар. Современные самовары почти все электрические. Включим самовар в розетку. Только аккуратно. Ой, самовар закипел! Выключим его из розетки и зальем кипятком заварной чайник. Теперь поставим чайник на самовар и накроем полотенцем.

Приложение № 5

Конспект

Сюжетно-ролевая игра:

«Аптека», Покупка лекарственных трав.

Конспект игры-занятия для детей подготовительной группы

«Сюжетно-ролевая игра «Аптека».

Цель: обогащение игровых сюжетов детей, за счет накопления знаний по теме и пополнения игровой среды в группе ДОУ.

Задачи:

1. Углублять знания детей о профессиях работников аптеки (аптекаря, фармацевта, заведующей и т. д.).
2. Продолжать учить переносить реальные жизненные ситуации в игровую деятельность.
3. Помогать детям устанавливать взаимодействия в совместной игре, разнообразить игровые диалоги.
4. Развивать самостоятельность при подборе атрибутов игры, при организации игровой зоны и при распределении ролей.
5. Расширять словарный запас детей: «лекарственные препараты», «фармацевт», «заказ», «лекарственные растения», «лаборатория».
6. Воспитывать коммуникативные качества, доброжелательное, вежливое отношение детей друг к другу.

Материал: баночки, коробки от витаминов, лекарств, касса, эмблема аптеки, халаты, колбочки, пробирки, рецепты, кошельки, игрушечные монетки и т.д.

Ход игры:

Дети, отгадайте загадку:

Если кашель или грипп,
Или голос Ваш охрип
Если плохо человеку-
Мы торопимся ... *(в АПТЕКУ)*

Правильно.

Помните, мы с вами ходили в аптеку? *(Да)*

Для чего нужна аптека? *(Чтобы продавать/покупать лекарства)*

Послушайте и отгадайте еще одну загадку:

Там лежат на полках в ряд
Не зефир, не шоколад,
Не печенье, не конфетки,
А различные... *(ТАБЛЕТКИ)*

Что, кроме лекарств и таблеток, можно купить в аптеке? *(Витамины, бинты, градусники и т. д.)*

Какие отделы есть в аптеке? *(рецептурный, отдел продаж лекарств без рецепта, отдел лекарственных трав, отдел медицинской техники, отдел товаров для малышей)*

Кто работает в аптеке? *(Заведующий, аптекарь, водитель по привозу лекарств и т. д.)*

Знаете ли вы, чем занимается каждый, кто работает в аптеке? *(Дети рассуждают, какие обязанности выполняет тот или иной работник аптеки, воспитатель помогает).*

Например: Заведующая заказывает по телефону или говорит водителю, какие лекарства нужно привезти, принимает заказ, помогает расставить на полочки.

Водитель принимает заказ и привозит его в аптеку или по заказу доставляет лекарства больным домой.

Кассир-аптекарь продает лекарства, принимает деньги, отдает сдачу.

Фармацевт изготавливает лекарства по рецепту в лаборатории аптеки.

Важна ли профессия аптекаря? Почему? *(Важна, потому что аптекарь помогает заболевшим людям выбрать нужные лекарства или посоветовать какие-то витамины, или приготовить необходимое лекарство по рецепту врача.)*

Кого еще можно увидеть в аптеке? *(Покупателей)*

Что они делают в аптеке? *(Покупатели приходят в аптеку, покупают нужные лекарства или витамины, или средства гигиены, или заказывают лекарства по рецепту врача.)*

Хотите ли вы устроить аптеку в нашей группе и поиграть? *(Да)*

Какие роли можно выбрать? *(Водитель, кассир-аптекарь, заведующий аптеки, фармацевт, посетители - покупатели)*

Что нужно нам, чтобы организовать игру? Какие предметы мы возьмем? Куда их поставим? *(Дети предлагают, как лучше организовать место для игры, помогают расставлять атрибуты, договариваются о выбранных ролях)*

После подготовки места и подбора атрибутов, детям предлагается разыграть игровые диалоги или придумать сценки для игры самостоятельно и обыграть их с другими детьми.

Воспитатель руководит игрой и, если необходимо, сам превращается в один из персонажей игры.

Игровые диалоги:

1. Водитель – заведующая аптеки.

Арсений – водитель: Какие лекарства вам нужно привезти?

Александра – заведующая аптеки: У нас заканчиваются витамины, лекарственные травы и градусники. Привезите, пожалуйста, сегодня.

Никита – водитель: Хорошо. *(Идет, собирает заказ, грузит на машину и везет в аптеку)*

Никита – водитель: Я привез заказанные лекарства.

Александра – заведующая аптеки: Давайте посмотрим. Витамины, травы, градусники. Ничего не забыли?

Никита – водитель: Нет, все привез.

Александра – заведующая аптеки: Спасибо. До свидания.

Никита – водитель: До свидания.

2. Покупатель – аптекарь.

Даша – покупатель: Здравствуйте.

Лина – аптекарь: Здравствуйте, что вы хотите?

Даша – покупатель: Дайте мне, пожалуйста, витамины для моей дочки.

Лина – аптекарь: Пожалуйста, выбирайте. У нас есть разные витамины: Ревит, Алфавит и Пиковит. Вам какие нужно?

Даша – покупатель: Дайте мне, пожалуйста, Ревит.

Лина – аптекарь: Пожалуйста, Ревит стоит 5 рублей. *(Покупатель расплачивается).*

Даша – покупатель: Спасибо. До свидания.

Лина – аптекарь: Пожалуйста. До свидания.

3. Покупатель – аптекарь – фармацевт.

Лиза – покупатель: Здравствуйте.

Соня – аптекарь: Здравствуйте. Что вам показать?

Лиза – покупатель: У меня заболел сынок, и врач выписал ему лекарство от кашля.

Соня – аптекарь: Ваше лекарство нужно приготовить. Приходите вечером, как раз наш фармацевт приготовит ваше лекарство.

Лиза – покупатель: Хорошо, я приду вечером. Спасибо.

Соня – аптекарь *(Обращается к Валентину - фармацевту):* Пожалуйста, приготовьте лекарство вот по этому рецепту.

Валентин – фармацевт: Хорошо. *(Готовит) (Немного позже)*

Лиза – покупатель: Здравствуйте, сегодня я заказала вам лекарство от кашля по рецепту. Готово ли оно?

Соня – аптекарь: Сейчас узнаю в нашей лаборатории у фармацевта. *(Обращается к Валентину - фармацевту)*

Соня – аптекарь: Готово ли лекарство от кашля?

Валентин- фармацевт: Да готово, пожалуйста, скажите – пусть принимают по 3 раза в день.

Соня – аптекарь: Хорошо. Спасибо. *(Обращается к Лизе – покупателю)*

Соня – аптекарь: Ваше лекарство готово, пожалуйста, принимайте по 3 раза в день. С вас 10 рублей.

Лиза – покупатель: Вот возьмите, пожалуйста. Спасибо.

4. Заведующая аптеки – покупатель – водитель.

Злата – покупатель: *(Звонит по телефону)* Алло. Здравствуйте. Это аптека?

Алина – заведующая аптеки: Да, здравствуйте, это аптека. Что вы хотите?

Злата – покупатель: У меня заболел малыш и мне срочно нужно купить необходимые лекарства для лечения.

Алина – заведующая аптеки: Малыша посмотрел врач?

Злата – покупатель: Да. Он выписал микстуру от боли в горле и капли в нос.

Алина – заведующая аптеки: Хорошо, приходите к нам.

Злата – покупатель: Но я не могу придти, мне не с кем оставить моего малыша, вы не могли бы привезти нужные лекарства к нам домой?

Алина – заведующая аптеки: Конечно, можем, в нашей аптеке есть такая услуга, сейчас составлю ваш заказ и передам водителю. Скажите еще раз, какие лекарства вам нужны и ваш домашний адрес.

Злата – покупатель: Нам нужны микстура от боли в горле и капли в нос. Привезите все по адресу Миронова дом 130, квартира 13.

Алина – заведующая аптеки: Хорошо, я все записала, заказ стоит 15 рублей. Ждите, вам скоро все привезут.

Алина – покупатель: Хорошо. Спасибо. До свидания.

Злата – заведующая аптеки: *(Собирает заказ и обращается к Никите-водителю)* Нужно срочно отвезти этот заказ для больного малыша по адресу Миронова дом 130, квартира 13. Заказ стоит 15 рублей.

Никита-водитель: Хорошо, сейчас отвезу. *(Везет, звонит в дверь)*

Злата – покупатель: Кто там?

Никита-водитель: Это водитель из аптеки, я привез ваш заказ для вашего малыша.

Злата – покупатель: Хорошо, заходите.

Никита - водитель: Вот ваш заказ. Он стоит 15 рублей.

Злата – покупатель: Вот возьмите *(отдает деньги)*. Большое спасибо, вы нас очень выручили.

Никита - водитель: Пожалуйста. Это наша работа, обращайтесь, если понадобится помощь. До свидания.

Злата – покупатель: До свидания.

Конспект мероприятия

Чайная вечеринка «Мы за чаем не скучаем»

Цель: сформировать представления детей о значении чая для организма человека, о его целебных свойствах; прививать потребность в здоровом образе жизни, правильному употреблению чая. Формирование интереса к народным традициям чаепития

Ведущий: Здравствуйте, здравствуйте, гости дорогие! —Люди наши близкие, добрые, простые. Может быть, вам не в новинку к нам придти на вечеринку. Вечеринка наша не случайная, не простая, а какая?

Дети – ЧАЙНАЯ!

Ребёнок: Не беда, что за окном тучи гонит ветер, за столом мы собрались вкусным чаем напиться.

Ребенок: Испекли мы пироги, угощенья вкусные. Все хозяйюшки у нас самые искусные.

Ребёнок: Вот пытит, пускает пар наш пузатый самовар. Он нас вместе всех собрал, кипяточек запасал.

Ребенок: Нас порадовать хотел, чтоб забыли сотню дел, Чтобы мы за чашкой чая, отдохнули, не скучая!

Дети и родители исполняют песню «Чайная песня»

Ведущий: - А теперь проверим, дети, кто умнее всех на свете? Отгадайте по порядку наши чайные загадки.

Загадки:

Смесь из листьев и цветов. Заварил, и он готов! (чай)

Чаем ароматным напоит, от ангины исцелит. (Малина)

Цветом жёлт и ароматен, в чай кладут и чай приятен. Только очень кислый он, а зовут его. (Лимон)

Если будет чай не сладким, нужно скушать шоколадку. Ну, а лучше к чайку нам добавить ... (сахарку)

Если гость к тебе пришел, усади его за стол. Пирогам угощай, пусть попьёт с тобою... (чай)

Ведущий: Все сегодня молодцы, все сообразительны. И загадки отгадали просто восхитительно.

Ребёнок. Мы весёлые ребята, Мы ребята - просто класс! Пусть же музыка играет, Спляшем мы «Кадриль» сейчас.

Исполняется танец « Весёлая кадриль»

Ведущий. Что ж, скучать нам не годится, будем дальше веселиться! А сейчас пришла пора поиграть нам, детвора!

Игра «Сбор чая» Участвуют 4 человека. Кто быстрее соберёт надутые шары, к которым привязаны одноразовые пакетики чая. Большие шары собирают взрослые. Маленькие – дети.

Ребенок: Чай горячий, ароматный и на вкус весьма приятный. Он недуги исцеляет и усталость прогоняет, Силы новые даёт и друзей за стол зовёт. С благодарностью весь мир славит чудо-эликсир!

Игра «Кто быстрее выпьет чай?».

Участвуют два человека. Садятся друг против друга. Нужно как можно быстрее выпить чашку чая, пользуясь ложкой и вприкуску с сахаром.

Ребенок: Мы за чаем не скучаем, Вместе песни сочиняем. Рады всех вас пригласить, Вволю чаем напоить.

Ребёнок: Есть много разных песенок на свете обо всём, А мы сейчас вам частушки споём.

1.Если б не было чайку, не было б и кружки. Мы сейчас вам пропоём чайные частушки.

2.Утром, вечером и днем мы чаёк душистый пьём. Мы б могли и чаще пить, только кружки лень помыть!

3.Чай бальзам от всех болезней и напиток нет полезней. Кто здоровым хочет быть, больше чая надо пить.

4.Самоварчик разогреем, чаю с травкой заварим. Кто недугом заболел: - Приходите, напоим!

5.Ой, чай, крепкий чай, пейте чай - чаёчек, Чтобы радость приносил, каждый день - денёчек.

6.Подавай мне чашку чая, ведь люблю я русский чай. В чае я души не чаю, наливай горячий чай.

7.Мы делились тем, что знали, попытались всех увлечь. НЕ прощаемся мы с вами, словом, всем до новых встреч.

Ведущая: Гости в сборе, честь по чести, Самовар стоит на месте, Чашки яркие при нем – Чаепитие начнем!

Общее чаепитие.

Ведущая. Вот и подошел к концу наш праздник. Давайте все вместе потанцуем. Выходите, становитесь в круг! Надеемся что, вы не скучали на нашем вечере. Пусть каждый ваш день будет начинаться с чашки хорошего и крепкого чая, бодрящего и освежающего.

Приложение № 7

Конспект

Художественно-эстетическая деятельность (Аппликация)

Тема: «Мать-и Мачеха»

Программное содержание: учить детей передавать в аппликации характерные особенности растения мать-и-мачеха, уточнять и закреплять знания детей о первом весеннем цветке – мать-и-мачеха; развивать способность передавать свои впечатления и чувства в художественной

форме; воспитывать бережное отношение к живой природе, к цветам; желание любоваться красотой окружающего мира;

Оборудование: иллюстрации с изображением мать-и-мачехи, цветная бумага, ножницы, клей, кисточки, салфетки, аппликация для образца.

Предварительная работа: Беседа «Первоцветы», чтение стихов о первоцветах.

Ход НОД:

Воспитатель:- Какие лекарственные растения вы знаете? Что лечат лекарственные растения?

Воспитатель: Сегодня мы будем говорить о первоцветах. Какие первоцветы вы знаете (ответы детей)

- Ребята, мать-и-мачеха – это не просто первоцвет, но еще и лекарственная трава. Много веков лекари – люди, которые занимались лечением, - накопили знания о лечебных свойствах растений. В далекие времена не было современных эффективных лекарств, но было замечено, что некоторые растения обладают целебными свойствами. Даже сейчас люди применяют лекарственные растения для лечения и профилактики болезней. Поэтому в аптеках кроме современных лекарств можно увидеть коробочки с сухими травами, настойки, таблетки и мази, в составе которых присутствуют лекарственные растения.

- Ребята, очень интересное название у этого первоцвета. Кто такая мачеха? (Мачеха – это не родная мама. Она любит только своего ребенка, а чужого нет).

ВОСПИТАТЕЛЬ: Растение это получило такое название потому, что листья, которые появляются позже цветка, необычные. Верхняя гладкая часть листа обращена к солнышку и должна бы быть теплой, но она всегда холодная. Как злая мачеха всегда холодно, без любви относится к чужому ребенку. А нижняя, которой не хватает солнечных лучей, - всегда мягкая и теплая, как мамины руки. На этой стороне как будто пушок. Летом наша мать-и-мачеха на участке сменит цветы на зеленые листочки, и тогда вы можете их потрогать и убедиться в необычности листьев.

ВОСПИТАТЕЛЬ: Сегодня, я предлагаю сделать с помощью цветной бумаги, ножниц и клея цветок мать-и-мачехи. Для того, чтобы сделать стебель, мы должны разрезать зеленые квадраты на треугольники, а из

желтых квадратов вырезать круги – это будут цветы растения. А прежде, чем приступить к рисованию, давайте разомнем пальчики.

Пальчиковая гимнастика

- Давайте подготовим пальчики для работы:

(упражнение «Цветы»)

Наши нежные цветки распускают лепестки

(плавно раскрывают пальцы)

Ветерок чуть дышит, лепестки колышет.

(помахивают руками перед собой)

Наши нежные цветки закрывают лепестки

(плотно закрывают пальцы)

Головой качают, тихо засыпают

(плавно опускают их на стол)

Воспитатель : А теперь начинаем работу. (индивидуальная помощь)

- Я рада, что вы сделали столько цветов для волшебной полянки. Несите свои работы сюда, на полянку. Какая она получилась у нас красивая! Какие вы молодцы!

Воспитатель: -Ребята, вы хорошо справились с заданием. Вам понравилось? А что больше всего запомнилось сегодня? Сейчас я предлагаю вам разместить свои работы на стенде и полюбоваться ими.

Приложение № 7

Рекомендации для родителей

«Речевые игры и упражнения по лексической теме «Лекарственные растения»

Существительные: душица, крапива, мята, пустырник, тысячелистник, чабрец, чистотел, шиповник, зверобой, одуванчик, мать-и-мачеха,

подорожник, ромашка, клевер, бутон, лепесток, стебель, листья, корень, природа, охрана.

Прилагательные: красивый, нежный, душистый, алый, белоснежный, золотистый, розовый, голубой, редкий, хрупкий, пушистый, гладкий, вьющийся, комнатный, садовый, полевой, луговой, лесной, полезный, лекарственный.

Глаголы: лечат, помогают, растут, цветут, пахнут, срезают, любоваться, рвать, уничтожать, нюхать, расцветать, распускаться, беречь.

1. Побеседуйте с ребенком о том, что растения бывают декоративные (которые выращиваются с целью украшения сада) и лекарственные.

2. Рассмотрите с ребенком картинку «Цветы» и определите, какие из них лекарственные, какие декоративные.

3. Ответьте на вопросы, расскажите об этом ребёнку

-Кто из вас видел в аптеке лекарственные растения? Какие?

-Кого из вас лечили с помощью трав? От каких болезней? Какими травами?

-Может быть, кто-то из знакомых вам взрослых тоже собирал лекарственные растения? Где собирал? Как использовал?

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.

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

4. Рассмотрите цветок (любой)и помогите ребенку запомнить его строение: корень, стебель, лист, цветок.

Расскажите, для чего растению та или иная его часть.

5. Пальчиковая гимнастика, речь с движением

«Мы готовим чай»

Лист малины, лист брусники,

Ложка чайная черники,

Мяты яблочной немножко

И цветков ромашки ложка.

(Загибаем пальчики обеих рук одновременно)

Сидя в кресле не скучай,

(пружинистые движения руками)

Мы завариваем чай.

(имитация помешивания ложкой обеими руками)

От холодной непогоды

(обхватываем себя руками)

Хорошо добавить меду,

(пальцами рук перемешивающие движения)

Аромат наполнит дом.

(вращательные движения руками и пальцами)

Все довольны будут в нем

(улыбаемся, соединяем кисти рук виде сердца).

«Одуванчик»

Нарядился одуванчик

(показываем руками одежду на себе)

В золотистый сарафанчик.

(руками показываем юбочку, поворачиваясь)

Он на солнышке сияет,

(скрестив большие пальцы рук, двигаем остальными пальцами-лучиками)

Насекомых привлекает

(стучим пальцами одной руки по ладонке второй)

Срок цветенья пролетел,

Одуванчик поседел.

(кисти обеих рук соединить в замок, двигая пальцами)

Стал весь белым и пушистым,

(руки в стороны, двигаем пальцами)

И уж больше не душистым.

(водим указательными пальцами из стороны в сторону)

Ветерок слегка повеял,

(вдох носом, длительный выдох ртом)

Лёгкий пух вокруг рассеял

(руками обеих рук описываем дуги вокруг себя, двигая пальцами)

6. Упражнение «Измени слово» (образование прилагательных)

Растут в саду - садовые растения.

Растут в лесу - лесные.

Растут в поле - полевые.

Растут на лугу - луговые.

От них польза - полезные.

Они лечат - лечебные.

Вместо лекарств - лекарственные.

В комнате- комнатные.

7. Упражнение "Посчитай" (согласование числительных с существительными).

Один одуванчик, 2. , 5. ,.

Один подорожник, 2. , 5. ,.

Одна ромашка, 2. , 5. ,.

Одна мать-и-мачеха, 2. , 5. ,.

8. Упражнение "Подбери признак" (согласование прилагательных с существительными).

Одуванчик (какой).

Ромашки (какие).

Душица (какая).

Подорожник (какой).

9. Упражнение «Придумай слово» (подбор однокоренных слов)

Подорожник- дорога, дорожный, подорожниковый...

Ромашка- ромашечка, ромашки, ромашковый...

10. Упражнение «Подбери словечко»

(какой: красивый, нежный, душистый, алый, белоснежный, золотистый,

розовый, голубой, редкий, хрупкий, пушистый, гладкий, вьющийся,

комнатный, садовый, полевой, луговой, лесной, полезный, лекарственный.

(что делают: лечат, помогают, растут, цветут, выращивают, высаживают,

пахнут, срезают, любоваться, рвать, уничтожать, нюхать, расцветать,

распускаться).

11. Упражнение «Подумай, почему так называли растение»

Тысячелистник-....

Одуванчик....

Мать-и-мачеха...

Чертополох...

Душица...

Подорожник...

Зверобой...

Чистотел...

Шиповник...

12. Отгадай загадки

Ее обходят стороной,

Колючая и злая дива.

А как зовут траву? (крапива)

Злая как волчица,

жжётся как горчица

Что это за диво?

Это же (крапива).

Таблетки и порошки спрятаны в листьях и стеблях, а также и особые волоски. Каждый волосок как игла. Внутри волосков находится едкая жидкость. Дотронулся – получай уколы. В крапиве содержатся вещества, убивающие микробы, она хорошо останавливает кровь.

2. Он сорняк, он цветок,

От болезни мне помог.

Как присяду на диванчик,

Вспомню желтый. (одуванчик)

На зелёной траве

Летом вдруг снежинки,

С белого шара слетели

Лёгкие пушинки.

Знают девочки и мальчики:

Облетели -. (одуванчики)

Одуванчик содержит витамины, помогает уснуть, очищает кровь, снижает жар. Корни одуванчика применяют для улучшения пищеварения.

3. На лугах, полях растёт

Цветом розовым цветёт,

Заварить им можно чай.

Ты мне быстро отвечай!

Что за травка? (Иван-чай)

Иван чай мгновенно справляется с простудой, укрепляет иммунитет и тонизирует организм. Обладает противовоспалительным эффектом.

4. Шарик нежно-голубой,

Хоть колючий, но не злой.

И в букете он не плох.

Кто такой? (чертополох)

Полезен при болезни печени, желчного пузыря, желудочно-кишечного тракта, применяют при лечении ран.

5. Неприметна среди трав,

У нее спокойный нрав.

Кто полезностью гордится?-

Ароматная. (душица)

Эта трава помогает избавиться от кашля, обладает противовоспалительными свойствами, успокаивает нервную систему, помогает кишечнику правильно работать.

6. Белая корзинка,

Золотое донце.

В ней лежит росинка
И сверкает солнце.
Мы домой ее возьмем
И на стол поставим.
Если вдруг мы прихворнем -
Мы ее заварим.

(ромашка)

В поле сестрички стоят,
желтые глазки на солнце глядят,
У каждой сестрички –
белые реснички (ромашка).

Ромашка – очень лечебный цветок. Вот несколько советов:

- Полощи 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...

7. Если что-то заболит,

Даже зверь не устоит.

С какой же травкой пить настой?

С чудо-травкой. (зверобой)

Применяется при тревожных состояниях и нарушениях сна,

Улучшает работу нервной системы.

8. Вкусен чай и ароматен,

С ней он легок и приятен:

Листочки сорваны, помяты.

Что ты вдыхаешь? - Запах. (мяты)

Мятный чай помогает успокоиться. Обладает противовоспалительным эффектом.

9. Вдоль дорожек его встретишь,

Ранки, ссадины излечишь,

Сорвешь листочек осторожно.

Кто нас излечит? (подорожник)

Любит тропки у обочины дорог,

Он однажды людям добрым

Раны вылечить помог (подорожник).

Подорожник растёт вдоль дорог. Листья упругие, с прочными прожилками, густой пучок корней, который надёжно укрепляется в почве.

Подорожник – великий путешественник. Приклеившись к ногам людей, он без труда перебирается в другие места.

Если разобьёшь коленку, сорви лист подорожника, очисти от пыли, затем немного поцарапай поверхность листа, чтобы выделился сок и приложи его к ране.

10. Растение знаменито не цветами,

А необычными листьями:

То твёрдыми, холодными,

То мягкими и тёплыми. (мать-и-мачеха)

Мать-и-мачеха - лучшее средство против кашля. Широко применяется при лечении заболеваний дыхательных путей.

11. Я люблю и дождь и гром.

По земле стелюсь ковром,

И заверить вас готов:

Ароматней нет цветов!

Цвет сиреневый имею

И людей лечить умею.

За здоровье я – борец!

Кто, ребята, я?. (чабрец)

Чабрец улучшает работу пищеварительной системы, повышает аппетит, помогает при кашле, борется с различными опухолями.

Приложение № 8

ПАМЯТКА для родителей

«Как правильно заготавливать лекарственные растения»

- При сборе и заготовке лекарственных растений, особое внимание следует уделить качеству самого растения и месту сбора.
 - Не следует собирать растения в городах, близ автомагистралей и других промышленных объектов. Брать вялые, испорченные лекарственные растения не нужно. Растения должны быть свежими.
 - В основном, лекарственные травы следует собирать после испарения росы, в сухую солнечную погоду, или перед вечерней росой. Не следует собирать травы после дождя. Мокрые растения могут заплесневеть и потеряют свои лечебные свойства.
 - Собранные лекарственные растения (плоды, листья, травы), не рекомендуется мыть, аккуратно сложить в чистую корзину, или другую тару.
- Не забывайте, что при долгом хранении, растительное сырьё теряет свои свойства и становится бесполезным. Долго можно хранить кору и некоторые виды корней.

-Сбор и заготовка лекарственных трав, как правило, происходит в период полного цветения. Иногда травы собирают в начале цветения. Молодые растения следует срезать под корень, а у растений с толстыми, грубыми стеблями, нужно срезать верхушки.

Сбор плодов

- При сборе плодов, особое внимание обратите на качество плода. Плод не должен быть переспелым. Как правило, плоды нужно собирать до полного созревания или спелыми.

- Все плоды лучше собирать в сухую солнечную погоду, так как мокрые плоды быстро плесневеют и теряют свои целебные свойства.

- Сухие плоды, как правило, собирают в пасмурные дни, до полного высыхания росы.

Сбор корешков и корневищ

- Сбирать корни нужно поздней осенью или (у некоторых видов) ранней весной. Если вы решили заготовить корни весной, то постарайтесь сделать это до появления листьев. Во время активного роста растения, лечебные вещества, содержащиеся в корневище, теряют свои целебные свойства.

Старайтесь не повредить корень. Не выкапывайте корни полностью, часть корней оставьте для дальнейшего роста.

Сбор листьев

- При сборе листьев травянистых растений, особое внимание нужно уделять качеству собираемого сырья. Листочки должны быть правильной формы, свежие, не пораженные вредителями или погодными условиями. Сбор листьев нужно производить в период цветения, или непосредственно перед цветением растения.

После сбора, листья для сушки, укладывают тонким слоем на хорошо проветриваемом пространстве и при необходимости переворачивают по мере их подсыхания.

Сбор цветков

Сбор цветков производят в период бурного цветения. Обычно цветки срезают острым ножом, таким образом можно избежать повреждения собираемого сырья, во-вторых, многие растения от жаркого солнца вянут, и тогда их лучше собирать после обеда, когда солнце не такое активное.

Сбор коры

- Кору, или внешний одревесневший слой молодых растений, собирают преимущественно весной, до появления почек. Этот период наиболее подходящий для заготовки коры.

для родителей «Правила заваривания чая»

Если вы хотите сделать удовольствие полным, действуйте в следующем порядке.

1. Когда вода закипела, возьмите заварочный чайник из фарфора, керамики или исинской глины. Объем его рассчитывается пропорционально числу людей, которые будут его употреблять: по 1 потребителю на каждые 100 г. Пример: компании из 3 человек подойдет 300-граммовый заварочный чайник.
2. Прогрейте заварочную посуду не спеша. Помните, что крутой кипяток вам не нужен.
3. Насыпьте заварку исходя из вида и качества чая, а также учитывайте желаемую крепость напитка. В этом вопросе можно экспериментировать, но в случае с наиболее распространенными видами чая ориентируйтесь примерно на 1 ложку на человека.
4. Время настаивания составляет от 0,5 минуты до 6 в зависимости от вида чая. Для зеленого (как и желтого) нужно от 30 секунд до 2 минут, для черного — от 2 до 4. Дольше всего настаивается белый вид напитка и пуэр — до 5-6 мин. Ну а улуну бывает достаточно даже 15 секунд.