

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования «Станция юных натуралистов» г. Ярцева смоленской области

Лесной доктор

Методические материалы для проведения
массового мероприятия

Составила: Куликова Галина Александровна, педагог
дополнительного образования, методист

2023 г.

Цели:

- проверить, закрепить и пополнить знания обучающихся о лекарственных растениях;
- развивать наблюдательность, умение мыслить, смекалку и любознательность;
- способствовать воспитанию чувства красоты, любви к природе.

Оборудование

- рисунки, фотографии, картинки с изображением лекарственных растений или компьютерная презентация;
- карточки с названиями (луг, лес, болото);
- кубики, ведро, шарф;
- кроссворд «лекарственные растения»;
- жетоны для подсчёта очков трёх цветов;
- медали «Лесной доктор» 5 штук.

Методы

- беседа, игра

План:

I. Зелёные целители.

II. Игра – соревнование «Лесной доктор»

1. Правила игры

2. Конкурсы:

- узнай растения
- что где растёт (лес, болото, луг)
- собери лекарственные травы
- разгадай кроссворд «Лекарственные растения»
- отгадай загадки
- кто больше назовёт лекарственных растений

III. Подведение итогов

1. Слово жюри

2. Награды победителям

Сценарий

«Есть в травах и цветах целительная сила для всех,
умеющих их тайну разгадать».

В. Рождественский

Лечение целебными травами издавна привлекало внимание людей. В природе нет ни одного бесполезного растения. Весь растительный мир – своего рода «зелёная аптека».

Опыт использования растительных средств в медицине насчитывает тысячелетия, поэтому можно сказать, что в природе нет болезней, против которых в растительном мире не образовались бы десятки целебных веществ. Наше поколение, ослеплённое блеском лекарств, не обращало

внимания на аптеку природы. Сегодня приходит прозрение: человек – часть природы и не может существовать без неё. Мы всё чаще обращаемся за помощью к дарам природы – лекарственным растениям – предпочитая их химическим средствам. И они не разочаровывают нас. Простуда, кашель, высокая температура или просто небольшая царапина, полученная на прогулке – всё это можно вылечить при помощи целебных трав. (Слайд 2)

Проводится игра-соревнование за право называться «лесными докторами», в которой участвуют две команды по пять человек. Каждая команда выбирает капитана и придумывает себе название.

Оценивать игру будет жюри. За каждый правильный ответ даётся одно очко (красный жетон), за дополнение или неполный ответ пол-очка (розовый жетон). Выигрывает тот, у кого будет больше очков. Кроме этого будут ещё и штрафные очки – жетоны чёрного цвета. Они будут выдаваться за выкрики с мест и подсказки. Каждый штрафной жетон – минус одно очко.

Что, прежде всего, должен знать «лесной доктор»?

Прежде чем лечить, надо знать лекарственные растения «в лицо», знать от каких болезней они применяются.

Много трав растёт полезных
на земле нашей родной.
Могут справиться с болезнью
мята, пижма, зверобой.

1-й конкурс: «Узнай растение»

Игрокам предлагается узнать растения по рисункам и назвать для лечения каких болезней они применяются. За полный ответ дается одно очко. (Слайды 3 – 23)

Подводятся итоги.

После того, как узнали, какие травы применяются для лечения той или иной болезни, нужно отыскать их в природе.

2-й конкурс: Что где растёт (лес, болото, луг)

Раздаются карточки с названиями: лес, болото, луг. Называется растение, играющие должны поднять вверх карточку с названием местности, где оно произрастает. Каждый правильный ответ оценивается в один балл.

Называются растения: малина, черника, клюква, морошка, багульник, ромашка, одуванчик и другие. (Слайды 24 – 26)

Подводятся итоги.

Теперь мы знаем, где какое растение нужно искать. Что ж, теперь в путь!

3-й конкурс: «Собери лекарственные травы»

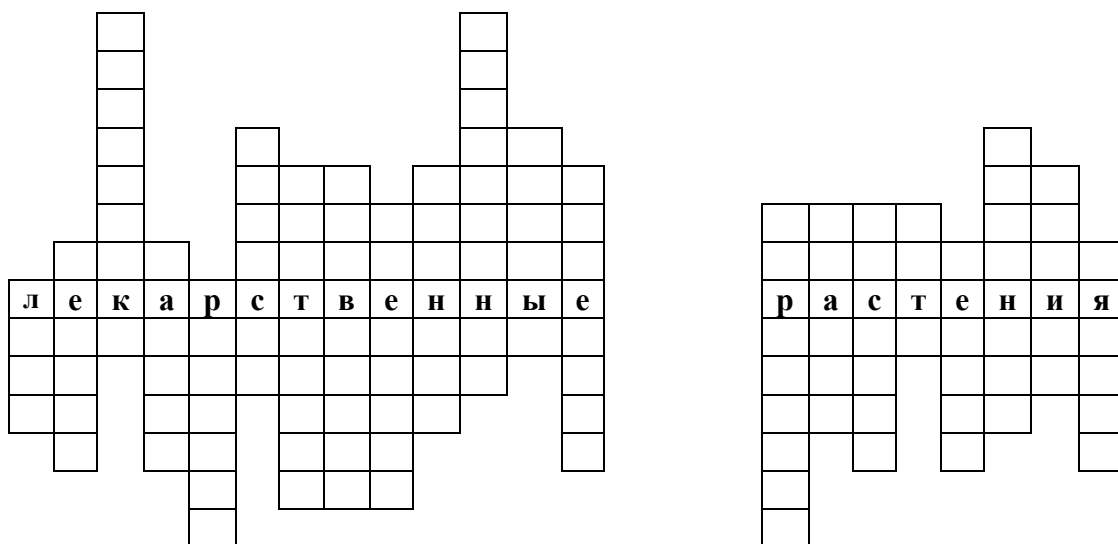
Кто больше соберёт предметов в ведро с завязанными глазами.

Разбрасываются кубики, ребята с завязанными глазами собирают их в ведро. (Слайд 27)

Подводятся итоги.

4-й конкурс: «Разгадай кроссворд»

Игрокам предлагается разгадать кроссворд «Лекарственные растения». (Слайд 28)



1. Дерево, из цветков которого получают самый полезный мёд? (Липа)
2. Дерево, которое является символом России? (Берёза)
3. Вкусная и ароматная лесная ягода? (Земляника)
4. Мною не прочь полакомиться сам «хозяин леса» (Малина)
5. А я знаю ответы на вопросы «любит?», «не любит?». (Ромашка)
6. Растение, несущее «девять сил» (Девясил)
7. Сердечное и успокаивающее лекарство из этого растения на вкус очень горькое. (Пустырник)
8. На высокой хрупкой ножке вырос шарик на дорожке. Ветерочек прошуршал и развеял шапку-шар. (Одуванчик)
9. Это растение в народе называют средством от 99 болезней. (Зверобой)
10. Эта ягода пачкает губы и зубы, но до чего вкусна! (Черника)
11. Меня можно приложить к ране и боль пройдёт! (Подорожник)
12. Какое лекарственное растение, цветущее в мае, является ядовитым? (Ландыш)
13. Эту ягоду ярко-оранжевого цвета лучше всего собирать после мороза. (Облепиха)
14. Меня иначе называют «баранчики-ключики». (Первоцвет)
15. А меня – «анютины глазки» (Фиалка)
16. Что такое «заячья капуста»? (Кислица)
17. Я придаю вкус многим жевательным резинкам. (Мята)
18. Настой какого растения лечит и очищает кожу? (Черёда)

16. Эта ягода сама себя консервирует. (Брусника)
 20. Меня используют не только в медицине, но и как пряное растение. (Душица)
 21. Меня очень любят дрозды и свиристели. (Рябина)
- Подводятся итоги.

5-й конкурс: «Отгадай загадки»:

1. Какая ягода снега не боится? (Клюква)
 2. Растёт зелёный кустик, дотронешься – укусит. (Крапива).
 3. В сенокос горька, а в мороз сладка. Что за ягода? (Рябина).
 4. На полянке девчонки в белых рубашонках, в зелёных полушалках. (Берёзы)
 5. Цвет белый, а ягода чёрная. (Черёмуха, черноплодная рябина).
 6. Не жар, не огонь, а возьмёшь в руки – опалит. (Крапива).
 7. Стоят в лугах сестрички – золотой глазок, белые реснички. (Ромашки).
 8. Красненькие матрёшки, беленькое сердечко. (Малина).
 9. Стоит в траве Алёнка в красной рубашонке, кто мимо пройдёт, всяк поклонится. (Земляника).
 10. Над лугом парашютики качаются, как прутики. (Одуванчик).
- (Слайд 29)

Подводятся итоги.

Основная часть пути к званию «лесной доктор» пройдена. Осталось только проверить: хорошо ли игроки запомнили лекарственные растения, ведь им придётся использовать их в своей лечебной практике.

6-й конкурс «Кто больше назовёт лекарственных растений»

Игроки на каждый шаг называют лекарственные растения. Выигрывает тот, кто назовет больше растений. (Слайд 30)

Подводятся итоги.

Жюри подводит итоги игры. Победителям присваивается почётное звание «ЛЕСНОЙ ДОКТОР» и вручаются медали «ЛЕСНОЙ ДОКТОР».

Список литературы:

1. Алексейчик Н.И., Санько В.А. «Дары лесов, полей, лугов». М. «Физкультура и спорт», 1994 г.
2. Барбара и Петер Тайс «Лекарственные травы – путь к здоровью», Санкт-Петербург, 1994 г.
3. Гозин А., Яснецов В. «Лекарственные растения Смоленской области», «Московский рабочий», 1991 г.
4. Сотник В.Ф. «Кладовая здоровья», М., «Лесная промышленность», 1985 г.
5. Шемитов В.Ф. «Лечение растительными средствами детей», Смоленск, 1992 г.

Лесной доктор

Куликова Галина Александровна,
педагог дополнительного образования, методист

2023 год

Слайд 1

«Есть в травах и цветах целительная сила для всех,
умеющих их тайну разгадать»

В. Рождественский



Лечение целебными травами издавна привлекало внимание людей. В природе нет ни одного бесполезного растения. Весь растительный мир – своего рода «зелёная аптека».



На свете нет болезней, против которых в растительном мире не образовались бы десятки целебных веществ. Простуда, кашель, высокая температура или просто небольшая парашина, полученная на прогулке – всё это можно вылечить при помощи целебных трав.



Слайд 2

Конкурс «Узнай растение»

Слайд 3

Одуванчик лекарственный



Одуванчик употребляется как горечь для возбуждения аппетита, как желчегонное средство при болезнях печени и желчного пузыря.

В народной медицине настой корней одуванчика (иногда вместе с листьями) принимают внутрь при фурункулезе, угрях, кожных сыпях. Млечным соком одуванчика смазывают мозоли и бородавки.

Прием внутрь препаратов листьев одуванчика при укусах змей снимает интоксикацию.

Слайд 4

Ландыш майский



Из ландыша изготавливают многие сердечные препараты с сильным действием, которые дают хороший эффект при неврозах и других нарушениях сердечной деятельности.

Слайд 5

Мать-и-мачеха



В медицине применяют листья и цветки растения при кашле, а также для возбуждения аппетита, улучшения пищеварения.

Наружно мать-и-мачеху применяют для заживления ран (прикладывают свежие листья на больные места). Листья «курят» при кашле, при насморке вдыхают дым через нос или же закапывают сок листьев pipetкой по 2—3 капли в каждую ноздрю.

Слайд 6

Подорожник большой



В медицине используют листья подорожника. Они оказывают болеутоляющее, кровоостанавливающее, противовоспалительное и ранозаживляющее действие. Сок из свежих растений применяют для лечения желудочно-кишечных заболеваний.

Крапива двудомная



В медицине употребляют листья крапивы. Они обладают кровоостанавливающим, ранозаживляющим, противовоспалительным и мочегонным действием. Настой из листьев используют при воспалительных процессах слизистой оболочки дыхательных органов, для усиления деятельности желудочно-кишечного тракта, при некоторых заболеваниях печени и желчного пузыря, при ожогах разных степеней и при выпадении волос.

Слайд 7

Слайд 8

Черноплодная рябина



Обладает многими лечебными свойствами. Она понижает и нормализует артериальное давление, повышает иммунитет, способствует регуляции пищеварения. При ожогах свежим соком смазывают пораженные места.

Слайд 9

Липа мелколистная



В медицине употребляют цветки липы. Они обладают противовоспалительным, потогонным, болеутоляющим и отхаркивающим действием, успокаивают головную боль, ускоряют заживление ран ожогов.

Слайд 10

Облепиха крушиновидная



С лечебной целью используют ягоды, листья, кору и ветки облепихи. Благодаря высокому содержанию витамина С плоды облепихи очень полезны и лечебны. Кроме множества витаминов, плоды содержат ароматическое масло. Масло облепихи, придаёт ей сильный, приятный аромат, имеет ценные лечебные свойства. Чай с облепиховым вареньем - прекрасное дополнение к лечению простудных заболеваний.

Слайд 11

Фиалка трехцветная



В медицине находят широкое применение от золотухи в виде сложного чая и для ванны при диатезах, детских экземах, и других кожных заболеваниях. Настой из трехцветной фиалки пьют при простудном кашле и как отхаркивающее средство. Особенно хорошо он зарекомендовал себя при лечении кашля и простудных заболеваний у детей.

Слайд 12

Душица обыкновенная



С лечебной целью используют наземную часть растения. Она обладает отхаркивающим, потогонным, противовоспалительным, болеутоляющим действием, нормализует обмен веществ, улучшает пищеварение и возбуждает аппетит. Препараты из душицы используют от нервных стрессов и возбуждений, в качестве успокаивающего средства.

Слайд 13

Земляника лесная



В медицине используют плоды и листья земляники. Они обладают противовоспалительным, потогонным и кровоостанавливающим действием. Заваренные как чай плоды, а также отвар из листьев используют при воспалительных процессах слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта и в качестве компрессов при мокнувших и кровоточащих ранах.



Слайд 14

Первоцвет весенний



Свежие листья первоцвета используют в пищу в качестве салата. Это очень полезно, так как к весне в организме ощущается недостаток многих витаминов, особенно аскорбиновой кислоты. Листья применяют при цинге и авитаминозе, корни и листья - в качестве отхаркивающего средства при воспалении легких, бронхитах и других заболеваниях дыхательных путей.

Слайд 15

Девясил высокий



С лечебной целью используют корень, реже - наземную часть (листья, цветки). Девясил обладает отхаркивающим, желчегонным, бактерицидным, противовоспалительным, болеутоляющим, тонизирующим, кровоостанавливающим, кровоочистительным, ранозаживляющим действием.



Слайд 16

Береза бородавчатая



Для лечения используют березовые почки, в них много эфирных масел, листья, березовый сок и уголь из березовой древесины. Применяется также березовый гриб (чага). Препараты из листьев березы обладают потогонным, ранозаживляющим и общеукрепляющим действием. Путем сухой перегонки коры получают деготь, который применяют для лечения больных экземой, чесоткой и другими хроническими кожными заболеваниями.

Слайд 17

Рябина обыкновенная



В медицине используют плоды рябины. Они содержат витамин С, каротин, горькие и дубильные вещества, эфирное масло. Препараты из плодов рябины обладают противонитогным, вяжущим и кровоостанавливающим действием. В народной медицине свежие и высушенные плоды используют при заболеваниях почек, для повышения аппетита и улучшения пищеварения, при некоторых простудных заболеваниях.

Слайд 18

Черда трехраздельная



В медицине используют листья и молодые верхушки растения. Они содержат дубильные и горькие вещества, эфирное масло, аскорбиновую кислоту. Препараты из травы череды обладают потогонным и противозолотушным действием. В народной медицине настой из травы используют при заболеваниях печени и желчного пузыря, при некоторых простудных заболеваниях, для повышения аппетита и улучшения пищеварения.

Слайд 19

Черемуха обыкновенная



В медицине используют плоды, кору, листья, цветки черемухи. Плоды оказывают закрепляющее, вяжущее, витаминное, общеукрепляющее и противовоспалительное действие.

Слайд 20

Шиповник обыкновенный



В медицине используют плоды, листья, цветки и семена шиповника. Шиповник, прежде всего большой источник витаминов: это витамин С, витамины В2, Р, К, Е, каротин, рибофлавин. В растительном мире плоды шиповника имеют самую высокую витаминную активность. Плоды оказывают общеукрепляющее, тонизирующее действие, повышают сопротивляемость организма к инфекциям, повышают трудоспособность.

Слайд 21

Мята перечная



В медицине используют листья мяты. Во всех частях растения содержится эфирное масло, основным компонентом которого является ментол, применяемый в медицине в качестве болеутоляющего средства. Препараты из листьев растения обладают противовоспалительным и успокаивающим действием. В народной медицине настой из листьев используют при заболеваниях горла, дыхательных органов, при болезнях печени и желудка.

Слайд 22

Пустырник пятилопастный



С лечебной целью используют облиственные верхушки. Растение оказывает успокаивающее действие на центральную нервную и сердечнососудистую системы, снижает артериальное давление, увеличивает силу сердечных сокращений и замедляет ритм, обладает кровоостанавливающим, вяжущим, противосудорожным действиями. Пустырник — хорошее средство от головной боли. Его принимают при испуге, неврозах, бессоннице, сердца, анемии.

Слайд 23

Конкурс
«Что где растёт?»

Слайд 24



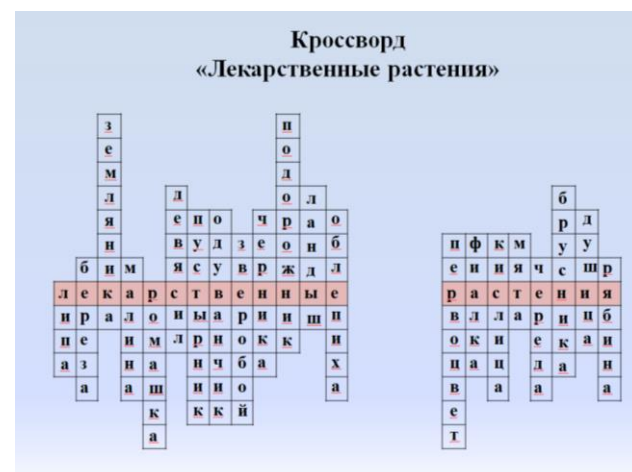
Слайд 25



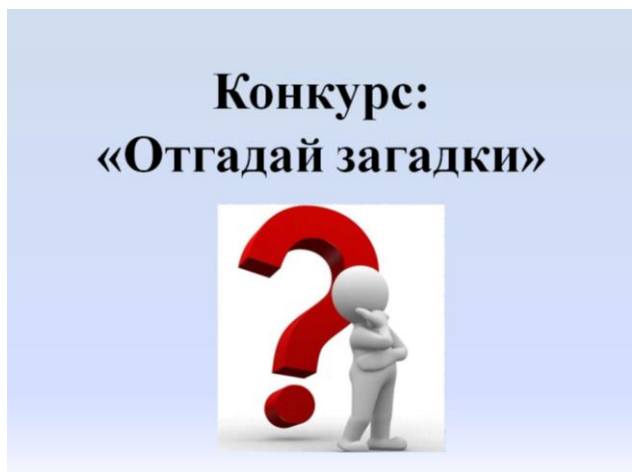
Слайд 26



Слайд 27



Слайд 28



Слайд 29



Слайд 30