**Тема: Лікарські рослини навколо нас**

**Мета:** ознайомити дітей із лікарськими рослинами України; розширити знання про цілющі властивості лікарських і кімнатних рослин, про користь, яку вони приносять людям;

Розвивати уміння чітко та лаконічно висловлювати свої думки;

Виховувати бажання бути здоровим, бережливе ставлення до природи, до всього живого на Землі.

**Обладнання:** план-конспект, презентація і кросворд.

**Хід заняття**

**1.Вступна частина**

**1.1 Організаційний момент**

Добрий день, діти, сьогоднішнє заняття у вас проведу я.

**1.2 Повідомлення теми і мети**

Діти, скоро до нас прийде весна, почне розтавати сніг і з’являться перші рослини. Отже, ми з вами поговоримо про рослини, але не звичайні, а лікарські. Можливо ви вже здогадались що тема нашого заняття « Лікарські рослини навколо нас».

**2. Основна частина**

**2.1 Розповідь про лікарські рослини**

**Лікарські рослини**— [рослини](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B8), органи або частини яких є [сировиною](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0_%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%BD%D0%B0_%D1%81%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D0%BD%D0%B0) для отримання [засобів](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%81%D1%8C%D0%BA%D1%96_%D0%B7%D0%B0%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8), що використовуються в [народній](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D0%B0_%D0%BC%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BD%D0%B0),  [медичній](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BD%D0%B0)  або [ветеринарній](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D1%80%D1%96%D1%8F) практиці з лікувальною або профілактичною метою.

На сьогодні відомо близько 500 000 [видів](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B8%D0%B4_(%D0%B1%D1%96%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F)) рослин, однак лише невелика частина (приблизно 10 %) з них широко застосовується в [медицині](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BD%D0%B0).

Рослини є джерелом для отримання різноманітних лікарських речовин. Більше 30 % усіх лікарських препаратів отримують з рослинної сировини. Рослини використовують для отримання алкалоїдів, серцевих глікозитів, вітамінів та ін. Найширше лікарські рослини застосовуються в [народній медицині](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D0%B0_%D0%BC%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BD%D0%B0). Низька токсичність більшості лікарських рослин дозволяє використовувати їх у лікуванні хронічних захворювань, для протирецидивного або реабілітаційного лікування.

Рослини мають хімічний склад, до якого можуть входити речовини з лікувальними властивостями. Зазвичай у лікарських рослин один з хімічних компонентів домінує та визначає лікувальні властивості даного виду. Біологічно активні речовини групують у широкі хімічні класи: [терпеноїди](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D1%80%D0%BF%D0%B5%D0%BD%D0%BE%D1%97%D0%B4%D0%B8)  (ізопреноїди), [фенольні сполуки](http://uk.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A4%D0%B5%D0%BD%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%96_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D1%83%D0%BA%D0%B8&action=edit&redlink=1), [ліпіди](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%96%D0%BF%D1%96%D0%B4%D0%B8), моно - та полісахариди, [алкалоїди](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%BB%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D1%97%D0%B4%D0%B8), [вітаміни](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D1%96%D1%82%D0%B0%D0%BC%D1%96%D0%BD%D0%B8), [органічні кислоти](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D1%80%D0%B3%D0%B0%D0%BD%D1%96%D1%87%D0%BD%D1%96_%D0%BA%D0%B8%D1%81%D0%BB%D0%BE%D1%82%D0%B8), [мінеральні речовини](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%96%D0%BD%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%96_%D1%80%D0%B5%D1%87%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D0%BD%D0%B8).

**2.2 Історія про лікарські рослини**

У процесі розвитку людина накопичувала знання про дію та властивості різних рослин власним досвідом, спостереженням за тваринами, дослідницькою діяльністю.

Шість тисяч років тому шумери використовували лікарські рослини у свіжому вигляді, у вигляді порошків та настоянок, використовуючи у якості розчинника воду, вино. Ще у другому тисячолітті до н.е. ассирійці широко користувалися льоном, дурманом, блекотою. Древні єгиптяни користувалися лікувальними властивостями алое, анісу, блекоти, м'яти, рицини та інших рослин, які згадувалися у так званому "Папірусі Еберса", де вони поділялися на послаблюючі, блювотні, кровоспинні.

**2.3 Бесіда з дітьми про лікарські рослини**

* Діти, а ви знаєте якісь лікарські рослини?
* Чим вони корисні?
* Що вони лікують?

Як лікарські рослини на початку  [XXI](http://uk.wikipedia.org/wiki/XXI) століття широко використовуються [звіробій](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B2%D1%96%D1%80%D0%BE%D0%B1%D1%96%D0%B9), [календула](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B0%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D1%83%D0%BB%D0%B0), [ромашка](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D0%BC%D0%B0%D1%88%D0%BA%D0%B0), [деревій](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B2%D1%96%D0%B9), [мати-й-мачуха](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B0%D1%82%D0%B8-%D0%B9-%D0%BC%D0%B0%D1%87%D1%83%D1%85%D0%B0), [шипшина](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B8%D0%BF%D1%88%D0%B8%D0%BD%D0%B0), [обліпиха](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B1%D0%BB%D1%96%D0%BF%D0%B8%D1%85%D0%B0),[подорожник](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B6%D0%BD%D0%B8%D0%BA), [м'ята](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%27%D1%8F%D1%82%D0%B0), [шавлія](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D1%96%D1%8F),[оман](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BC%D0%B0%D0%BD), [журавлина](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D1%83%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B0), [брусниця](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D1%80%D1%83%D1%81%D0%BD%D0%B8%D1%86%D1%8F), [малина](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B0), [кріп](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D1%80%D1%96%D0%BF), [петрушка](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B5%D1%82%D1%80%D1%83%D1%88%D0%BA%D0%B0_(%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B0)), [аїр звичайний](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D1%97%D1%80_%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%87%D0%B0%D0%B9%D0%BD%D0%B8%D0%B9) та багато інших про які ви дізнаєтесь прямо зараз.

**2.4 Презентація про лікарські рослини**

* **Арніка –** настій з неї корисний при виснаженні організму;
* **Лілія водяна –** відвар використовують від зубного болю, а також як заспокійливий, снодійний;
* **Лілія –** лікує при опіках, загоює старі рани. Коли людину кусає отруйна гадюка,рекомендується негайно випити вина, в якому розтерто цибулину лілії, також цей напій оберігає від отруєння грибами;
* **Калина -** збиває температуру, зменшує кровоточивість, заспокоює;
* **Барвінок –** відвар з барвінку дають пити хворим на жовтяницю. Попелом спаленої рослини гоять більмо;
* **Меліса –** засіб який допомагає при закупорках судин мозку, зігріває шлунок і зміцнює печінку;
* **Смородина -**завдяки високому вмісту аскорбінової кислоти вона є перевіреним засобом для боротьби з інфекціями і застудами.
* **Настурція –** настій квітів та листя вживають при простудних захворюваннях, бронхітах;
* **Півонія –** пелюстки квітів прикладають до хворих очей, а серцевину цвіту без пелюсток застосовують при нервових конвульсіях;
* **Рожа, мальви –** настоями пелюсток полощуть простуджене горло;
* **Любисток –** свіжі розім’яті листки прикладають до скроні коли болить голова. Відвар його кореня вживають при захворюваннях нирок, серця, шлунково-кишкового тракту;
* **Подорожник -**  Подорожники мають кровоспинну, протизапальну і ранозагоювальну дію — відомо, що листки цієї рослини прикладають до рани для швидкого загоєння
* **Рута –** їх вживають при захворюваннях серця, підвищеному кров’яному тиску, утрудненому диханні. Також рекомендують її як заспокійливий засіб;
* **Нагідки –** їх вживають при захворюваннях печінки, спазмах шлунку, гіпертонії. Їх вважають добрим засобом від безсоння;
* **Малина -** медицина рекомендує використовувати ягоди і гілки при застуді, грипі, знесиленні після тривалої хвороби, як жарознижуючий засіб. Листки — від кашлю та хвороб горла;
* **Кульбаба –** відвар з кореня вважають добрим протималярійним засобом. Вона має здатність підвищувати опір організму проти інфекції, рятує проти радіації;
* **Кропива –** вживають при простудних захворюваннях, болю в грудях, сухому кашлі, туберкульозі;
* **Чебрець –** чай з ним вживається як заспокійливе, при поганому травленні, вживають як кровоочисний засіб;
* **Деревій –** його відвар п’ють при сильних болях у шлунку, вважають ефективним при дизентерії, кашлі, запалені легень, при головних болях;
* **Часник -** його корисно вдихати при простудних захворюваннях, при ангіні та грипі. Він вбиває бактерії і мікроби. Часник відмінно зміцнює імунітет і використовується для профілактики простудних захворювань.
* **Бузок –** використовують при захворюваннях дихальних шляхів;
* **Верес –** чай застосовують як засіб, що діє заспокійливо;
* **Волошка –** має проти спазматичні властивості. Використовується і як жовчогінне;
* **Ромашка –** використовується лише різновидність ромашки – рум’янок. Заспокоює болі і судороги;
* **Грицики –** використовують в основному плоди при хворобах нирок, печінки, порушеному обміні речовин, легких формах цукрового діабету;
* **Звіробій –** чай його найчастіше використовують для лікування шлункових захворювань;
* **Мати-й-мачуха –** відвар використовують при застудних захворюваннях.

**2.5 Класифікація лікарських рослин**

**Зазвичай лікарські рослини поділяють на наступні категорії:**

* **Офіцинальні лікарські рослини** - рослини, сировина яких дозволена для виробництва лікарських засобів в країні. Ці види лікарської рослинної сировини вказані в [Державному реєстрі лікарських засобів України](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B5%D1%80%D0%B6%D0%B0%D0%B2%D0%BD%D0%B8%D0%B9_%D1%80%D0%B5%D1%94%D1%81%D1%82%D1%80_%D0%BB%D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B7%D0%B0%D1%81%D0%BE%D0%B1%D1%96%D0%B2_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8).
* **Фармакопейні лікарські рослини** - офіцинальні рослини, вимоги до якості лікарської рослинної сировини яких викладені у відповідній статті [Державної Фармакопеї](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B5%D1%80%D0%B6%D0%B0%D0%B2%D0%BD%D0%B0_%D1%84%D0%B0%D1%80%D0%BC%D0%B0%D0%BA%D0%BE%D0%BF%D0%B5%D1%8F_%D0%A3%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B8) або міжнародних фармакопей. Лікарські рослини та лікарська рослинна сировина вивчає один з напрямків фармацевтичної науки [Фармакогнозія](http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B0%D1%80%D0%BC%D0%B0%D0%BA%D0%BE%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D0%B7%D1%96%D1%8F).
* **Лікарські рослини народної медицини** - найбільш широка категорія, більшість рослин в ній відносно погано описано, і відомості про ефективність їх застосування не пройшли необхідної перевірки засобами сучасної фармакології. Тим не менш, багато рослин цієї групи активно використовуються в країнах, де медична допомога недоступна або занадто дорога.

**2.6 Кросворд про лікарські рослини**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Л** | **І** | **Л** | **І** | **Я** |  | | | | |  | |
| **М** | **Е** | **Л** | **І** | **С** | **А** |  | | | | | | |  | |
| **К** | **У** | **Л** | **Ь** | **Б** | **А** | **Б** | | **А** | |
| **Р** | **У** | **Т** | **А** |  | | | | | | | | |
| **Р** | **О** | **Ж** | **А** |  |  |  | | | |
| **Л** | **Ю** | **Б** | **И** | **С** | **Т** | **О** | **К** |  |  | |
| **Ч** | **Е** | **Б** | **Р** | **Е** | **Ц** | **Ь** |  | | |  |  | | | |  | |
| **В** | **О** | **Л** | **О** | **Ш** | **К** | **А** |  | |  | |
| **З** | **В** | **І** | **Р** | **О** | **Б** | **І** | **Й** |  | | | |
|  |
| **Р** | **О** | **М** | **А** | **Ш** | **К** | **А** |  | |  | |
| **К** | **Р** | **О** | **П** | **И** | **В** | **А** |  | | | |
| **С** | **М** | **О** | **Р** | **О** | **Д** | **И** | **Н** | | **А** | |
| **К** | **А** | **Л** | **И** | **Н** | **А** |  | | | | |  | |
|  | | | | | **М** | **А** | **Л** | **И** | **Н** | **А** |  | |  |  | |  |  | |
| **Ч** | **А** | **С** | **Н** | **И** | **К** |
| **П** | **О** | **Д** | **О** | **Р** | **О** | **Ж** | **Н** | **И** | **К** |  | | |

**3. Заключна частина**

**3.1 Підсумок заняття**

Діти, що ви дізналися нового з нашого сьогоднішнього заняття?

Які лікарські рослини ви запам’ятали на нашому занятті?

Чим вони корисні?

Добре, діти, на цьому наше заняття закінчене. До побачення.