

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №23»

**Разработка**  
**экологического проекта с детьми старшей группы**  
**Тема: «Аптека Айболита».**

Выполнила:

Голубева Лидия Валентиновна

Воспитатель первой квалификационной  
категории МБДОУ «Детский сад №23»

г. Заволжье Городецкого района

2017 год



**ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ  
ПРОЕКТ**

**«АПТЕКА  
АЙБОЛИТА»**

## **ОБОСНОВАНИЕ:**

В настоящее время в дошкольной педагогике уделяется большое внимание экологическому воспитанию детей. Одно из важнейших условий формирования экологических представлений - непосредственные наблюдения и общение с объектами природы. Это способ воздействия на чувства детей, их сознание, взгляды и представления. Общаясь с природой, дети учатся любить, сопереживать, понимать, что наша Земля не сможет существовать без растений, так как они не только помогают нам дышать, но и лечат от болезней.

Забота о здоровье ребёнка в настоящее время, так же, одна из главных в дошкольном образовании. Одним из средств сохранения и укрепления здоровья, как раз, и являются оздоровительные силы природы.

Наблюдая и рассматривая растения на улице, мы узнали, что самые обычные, растущие в лесу, в поле и даже на пыльной дороге растения, могут помочь здоровью человека. И мы должны беречь и сохранять их, уметь правильно пользоваться их лечебными свойствами.

На территории нашего детского сада, в естественных условиях, произрастает мало лекарственных растений, поэтому мы с детьми решили вырастить их сами.

Вместе с воспитанниками и их родителями был разработан экологический проект «Аптека Айболита».

## **ПАСПОРТ ПРОЕКТА:**

**ЦЕЛЬ:** формировать знания детей о растительном мире, разнообразии трав, о роли растений в оздоровлении и сохранении здоровья человека, ввести в словарный запас понятие «лекарственные травы».

### **ЗАДАЧИ:**

1. Создать условия для ознакомления детей с лекарственными растениями.
2. Познакомить детей с лечебными свойствами растений, произрастающих на территории детского сада, правилами их сбора, применения для оздоровления организма, учить их различать и называть.

3. Развивать любознательность, наблюдательность, сенсорные способности, речь детей.
4. Формировать эстетическое восприятие окружающего мира, экологически грамотное поведение в природе.
5. Включить родителей в процесс экологического воспитания дошкольников.

**РУКОВОДИТЕЛЬ ПРОЕКТА:** воспитатель первой квалификационной категории Голубева Л.В.

**ПРОЕКТ СОЗДАВАЛИ И ПРИНИМАЛИ УЧАСТИЕ:** воспитатели, дети старшей группы, родители.

**ОБЪЕКТ ИССЛЕДОВАНИЯ:** лекарственные растения, произрастающие на территории детского сада.

**ПРОЕКТ ОРИЕНТИРОВАН** на практическую деятельность детей на участке детского сада, который предусматривает разведение на экологической тропе зоны лекарственных трав.

**МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:** территория МБДОУ «Детский сад №23»

**СРОКИ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРОЕКТА:** май-август 2014 года.

**МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ:**

1. Исследовательские (опыты, наблюдения).
2. Наглядные (театральное представление, тактильно–мышечная наглядность).
3. Словесные (беседы, чтение литературы, консультации для родителей, объяснения, указания, словесные инструкции).
4. Ароматерапия.
5. Слушание музыки.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:**

Дети, узнав, как могут обыкновенные растения ближайшего окружения помочь здоровью человека, будут бережнее к ним относиться, научатся узнавать и называть лекарственные растения, будут знать их лечебные свойства, правила сбора. Так же, возникнет мотивация к оздоровлению собственного организма силами природы. У родителей возникнет потребность к созданию в среде, окружающей ребенка условий выращивания лекарственных растений.

# СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТА:

## 1 этап - подготовительный

Работа над проектом началась с ответов на три вопроса:

1. Что мы знаем? (Провели опрос детей: какие знают лекарственные растения, что о них знают, где растут лекарственные растения, что с их помощью можно лечить, как за ними нужно ухаживать).
2. Что мы хотим узнать? (поинтересовались, что бы хотели дети узнать о лекарственных растениях; выявили вопросы, интересующие детей: «Почему бабушка, когда я заболела, заставляет меня пить чай с мятой и малиновым вареньем?», «Почему мама сказала, что ранка быстрее заживет, если к ней приклеить лист подорожника?», «Какая травка помогает, если болит живот?» и др.).
3. Где это можно узнать? ( наметили литературу для изучения, спланировали деятельность, распределили обязанности).

## 2 этап - основной

### СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ:

1. Разведка в царстве лекарственных растений.

Это игра в разведчиков. Маршрут детей проходит через экологическую тропу.

Цель – сформировать представления о новых лекарственных растениях.

2. Письмо лекарственному растению (по выбору детей) на тему: «Давай дружить».  
(Приложение №1)

Цель – определить готовность ребенка помогать природе и заботиться о ней.

Форма проведения данного задания помогает развивать чувство сострадания, сопереживания представителям растительного мира.

3. «Аптечка Айболита»

Цель - составить своеобразную копилку иллюстраций и информации о лекарственных растениях, их назначении; включение родителей в процесс экологического воспитания дошкольников; формирование единой экологически воспитывающей среды.

Дети собирают с родителями информацию о лекарственных растениях, материал для гербария. Вся информация заносится в альбом «Аптечка

Айболита»(Приложение№2), иллюстрируется, собирается гербарий «Лекарственные растения», оформляется подборка детских работ, папка «Это интересно» (Приложение №3).

4. Открытие лесной аптеки в детском саду.

Цель - знакомство с правилами сбора лекарственных трав (Приложение№4). В основном растения будут предложены в качестве ароматного и полезного дополнения к чаю.

5. «Юные помощники природы».

Цикл практических дел в «Аптеке Айболита» высадка и уход за растениями на экологической тропе, экскурсия родителей в царство лекарственных растений, выполнение экологических правил.

Цель – познакомить детей с уходом за лекарственными растениями.

6. Ознакомление с художественной литературой (Приложение №5)

Цель - ознакомление с произведениями художественной литературы экологической направленности.

Чтение легенд, сказок, стихов, загадок о лекарственных растениях.

- Г.Скребицкий «Одуванчик», «Иван-чай», «Иван-да-Марья».
- Н. Павлова «Хитрый одуванчик», «Травка Пупавка».
- Н.Сладков «Крапивное счастье».
- Стихи: Ю.Могутин, Н.Ермакова, В.Рождественский, М.Найденова, Н.Коваленко.
- П.А.Синявский «Сказка про лекарственные растения».
- Загадки о лекарственных растениях.

7. Беседы по экологии (Приложение№6):

Цель - обогащение детей знаниями, побуждение в детях желания беречь природу.

Прогулка «Что цветет летом?», беседа «Ромашка – лекарственное растение», «Праздник юных любителей природы», консультация для родителей «Природа и нравственное воспитание».

8. Дидактические игры (Приложение №7):

«Найди, о чем расскажу», «Я знаю», «Четвертый лишний», «Какого растения не стало», «Выбери нужное», «Приготовь лекарство»,«Съедобное – несъедобное», «Чудесный мешочек», «Доктор Айболит», «Да – нет».

### 9. Опыты и поисково –исследовательская деятельность (Приложение №8)

Цель: развитие критичности мышления, желание находить истинные причины явлений экспериментальным путем.

- «На участке ищем полезные растения».
- «Где лучше посадить растения?»
- «Наблюдаем за мать-и-мачехой».
- «Высадка мяты».

### 10. Продуктивная деятельность:

«Ромашки на лугу» - рисование в сочетании с объёмной аппликацией.

Цель: учить детей передавать характерные особенности ромашки: жёлтые серединки, белоснежные густые лепестки, листочки, похожие на маленькие елочки.

«На лугу» - рисование.

Цель: учить детей передавать в рисунке впечатления от экскурсии на луг.

### 11. Слушание музыки.

Цель: Формирование основ музыкальной культуры для детей.

- Ю.Антонов « Не рвите цветы».
- П.И. Чайковский «Цикл времена года», «Вальс цветов».
- Ю.Чичков «Волшебный цветок», «Это называется природа».
- М. Протасов «Одуванчики».

## **3 этап – итоговый**

Праздник «Зеленые помощники»(Приложение №9).

Цель: систематизировать и закрепить знания детей о лекарственных растениях нашего края.

Презентация альбома «Аптечка Айболита», гербария «Лекарственные травы», выставка детской продуктивной деятельности.

## **ДОСТИГНУТЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:**

В ходе работы над проектом предполагаемые результаты были достигнуты: мы обобщили и обогатили опыт детей в сфере экологического воспитания путем применения научных методов и приемов. Мы собрали материал о лекарственных растениях нашего края. Родителями совместно с детьми была оформлена книга по лекарственным растениям «Аптечка Айболита» с иллюстрациями, гербарием.

В период работы над проектом дети обогатили словарь и пополнили словарный запас, если к началу работы над проектом дети знали 3-4 названия лекарственных растений, то к концу – более 10. В ходе экспериментальной деятельности у детей развивали воображение, мышление, сформировали навыки элементарной исследовательской деятельности. Научились работать с некоторыми видами природного материала. Познакомились с растениями и научились передавать свои чувства в рисунках и поделках из природного материала.

## **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. Бондаренко Т.М. Экологические занятия с детьми 6-7 лет.- Воронеж.: ТЦ «Учитель», 2002.
2. Елкина Н.В., Мариничева О.В. Учим детей наблюдать и рассказывать: Популярное пособие для родителей и педагогов.- Ярославль.: «Академия развития», 1997.
3. Иванова А.И. Методика организации экологических наблюдений и экспериментов в детском саду: Пособие для работников дошкольных учреждений.- М.: ТЦ Сфера, 2007.
4. Кравченко И.В, Долгова Т.Л. Прогулки в детском саду.- Москва.:ТЦ «Сфера»,2009.
5. Организация экспериментальной деятельности дошкольников: Методические рекомендации / Под общ. Ред. Прохоровой Л.Н./.- М.: АРКТИ, 2004.
6. Скорлупова О.А. Занятия с детьми старшего дошкольного возраста по теме «Цветущая весна. Травы».- Москва, 2006.
7. Николаева С.Н. Воспитание экологической культуры в дошкольном детстве.- М.: Новая школа, 1995.
8. Шорыгина Т.А. Зеленые сказки.- Москва.: «Прометей Книголюб», 2003.



# **ПРИЛОЖЕНИЯ**

**ПРИЛОЖЕНИЕ №1**

# *Письма лекарственным растениям*

«Ты очень красивый цветок, потому что ты – ландыш. Я очень хочу с тобой дружить. Ты не бойся, я не буду тебя топтать, а буду только смотреть глазками, а еще буду тебя поливать». *Саша Саловов*

«Одуванчик, ты похож на солнышко, а оно теплое и ты теплый. Я тоже зимой не мерзну. Давай с тобой будем друзьями? Каждое утро я буду с тобой здороваться, мама моя тоже будет». *Рома Савкин*

«Ты очень жгучая - крапива, наверно у тебя мало друзей. А вот если мы будем с тобой дружить, ты перестанешь «кусаться». *Семен Колпаков*

«Давай дружить с тобой – сирень. Ты такая разноцветная, красивая и нарядная, а еще ты пахучая. Я никогда не буду ломать твои ветки, и ты не будешь плакать». *Артем Чекомасов*

«Мне сказала бабушка, что ты – подорожник лечебный, можешь лечить раны, а я очень часто падаю с велосипеда. Ты будешь лечить мои болячки, а я буду тебя поливать». *Женя Пресняков*

«Мне очень ты нравишься одуванчик, ты желтый, а потом белый и летаешь. Я хочу с тобой дружить». *Артем Белов*

«Очень- очень хочу дружить с тобой, ромашка. Ты такая красивая, я тебя не буду рвать, потому что тебе будет больно». *Алеша Золотухин*

# Аптечка Айболита

**Цели:** Продолжать знакомить детей с разнообразием трав; ввести в словарный запас понятие “целебные травы”; знакомить с местами их произрастания, целебными свойствами; воспитывать бережное отношение к природе, развивать мышление.

## *Замечательное богатство природы – лекарственные растения!*

В лесу, в поле и даже на пыльной дороге растут лекарства в большом количестве. Повсюду животные, птицы, люди могут найти помощь у природы.

В старину говорили: “На каждую хворь найдётся своя трава”. С издавна люди научились определять, какие травы могут помочь при недугах, болях, болезнях. Веками подтверждено, что многие травы обладают лечебными свойствами и поэтому их называют “целебными”. Много лет подряд люди передавали своим потомкам знания о лечебных растениях. Составляли толстые книги: «Травники», «Цветники», «Зельники». По названиям этих книг можно догадаться об их содержании. За много лет народные лекари накопили множество знаний о полезных свойствах растений.

В настоящее время насчитывается около 600 видов растений, используемых в медицине. В современных аптеках можно увидеть разнообразные травы, настойки, таблетки и микстуры из трав. Лекарственные растения – важнейший источник производства медицинских препаратов. Около половины всех лекарств готовят из растений.



*Рассмотри и запомни эти цветы,  
В них столько тепла и земной  
красоты!  
Все, человек, что тебя окружает,  
Любит и лечит тебя, охраняет.  
Листок подорожника ты не топчи,  
Ссадину, рану ты им залечи.  
Ты заболел, а аптека закрыта.  
Банка с малиной мамой открыта.  
Это варенье, оно же лекарство,*

*Быстро уходит болезни коварство.  
Мята поможет в зимние дни,  
Летом ее засуши, сохрани.  
В зимнюю стужу чай завари,  
Выпей его и спи до зари.  
Вот зверобой и ромашка с ним рядом.  
Смотрят цветы на тебя нежным  
взглядом.  
Ты, человек, их понимай,  
Пользуйся ими, не обижай.*

*Коваленко Н.Д.*



## **КАЛЕНДУЛА** *Солнце на клумбе*

Золотая серединка,

И лучи идут кругом.

Это, может быть, картинка?

Солнце в небе голубом?

*Название этого растения напрямую связано с его историей и своеобразным поведением цветка. Еще древние римляне заметили, что ярко-желтые цветки, сами похожие на солнце, поворачиваются вслед за ним, распуская свои лепестки, словно стрелки на циферблате часов. А в тени цветок собирает лепестки в кучку. Вот почему календулу называли цветком солнца, солнечным циферблатом и невестой лета. Было замечено также, что растение извещает о начале дня и ночи как своеобразный календарь, отсюда и произошло название *calendae*, что в переводе с латинского языка означает «первый день месяца».*

Этот цветок легко узнать среди тысячи других. Он выделяется своей яркой окраской и нежными лепестками. словно россыпи маленьких солнц, горят на зеленой лужайке кустики махровых ноготков – так называют в народе календулу. Где только не встретишь этот цветок! Календула широко распространена в европейской части России, на Украине, в Белоруссии, на Северном Кавказе. Она растет в умеренно теплом и теплом климате, поэтому растение можно встретить и в Южной Европе, и в Малой Азии – вплоть до Ирана.

Высота кустиков от 10 до 70 см. Это густо опушенное растение со своеобразным сильным запахом. Стебель растения прямостоячий и сильно разветвленный, поэтому календулу и называют кустиками. Из одного растения получается несколько десятков целебных соцветий. Стебель ребристый, покрыт очень жесткими и короткими волосками. Корень у календулы тоже стержневой и разветвленный. Он никогда не используется ни в пищу, ни для лечения. Целебными и полезными являются только

цветки, иногда листья со стеблем. Листья у календулы светло-зеленые и очередные. Нижние листья сильно отличаются от верхних. Они удлинённые, черешковые с цельным краем, а верхние – более мелкие, сидячие и продолговатые. Цветки сидят на самых верхушках стеблей и собраны в соцветия – корзинки диаметром 4–5 см. Листочки очень нежные, густо опушенные короткими волосками, покоятся на плоском голем цветоложе. Если рассматривать цветочные корзинки вблизи, то можно заметить, что краевые цветки длинные (2–3 см), они расположены в несколько рядов и имеют развитый пестик и изогнутую завязь, а срединные цветки более короткие (всего 0,5 см), трубчатые, пятизубчатые, с недоразвитым пестиком и пятью тычинками. Плоды у календулы очень крупные, выпуклые, с шипами. Снаружи они выглядят как серпы и достигают длины 3 см, а сами семена похожи на большие крючки около 1 см. Цветет календула с середины лета до поздних осенних заморозков – легкие морозы ей не страшны. Уже в середине лета созревают плоды, поэтому урожай цветков и плодов можно собирать на протяжении длительного времени.

В народной медицине особой популярностью издавна пользовались настои календулы. Настой календулы применяли при заболеваниях печени и желчного пузыря, желтухе, заболеваниях селезенки, спазмах желудка, при камнях в мочевом пузыре, при кашле, гипертонической болезни, сердечных неврозах, золотухе, рахите. А наружно настоем использовали еще чаще. С его помощью залечивали раны, порезы, язвы. Настоем календулы полоскали рот и горло дети и взрослые, им лечили молочницу и кашель у детей, применяли в виде клизм для лечения проктитов и парапроктитов у взрослых.

Самое ценное в растении – цветки, обладающие большим набором целебных свойств. Поэтому именно из этой части календулы делали настои и настойки, мази и кремы. Они были подручным средством при любой хворобе.

Календула практически не имеет побочных действий и противопоказаний, а аллергические реакции крайне редки.

## **ЗВЕРОБОЙ** *Ивановская трава*



Цветок этот дорогу окаймляет  
Узкой, ярко-жёлтой полосой.  
Сердце мое радует, пленяет,  
Он своею солнечной красой.  
Не догадались? Тогда ещё слушайте  
подсказку.

Выйду на дорогу полевою,  
В воздухе разлит душистый зной.  
Замечтаюсь, наклонюсь, сорву я  
Зверобоя венчик золотой.

*Народное название «Ивановская трава» связано с тем, что зверобой начинает цвести в Иванов день, а название «Иванова кровь» — с легендой о смерти Иоанна Крестителя.*

*Царь Галилеи Ирод заключил Иоанна Крестителя в темницу за то, что Иоанн обличил Ирода в прелюбодеянии и сказал, что он не должен был жениться на Иродиаде — жене своего брата. Иродиада возненавидела Крестителя и, втайне желая его погубить, всячески настраивала Ирода против пророка. Ирод же боялся Иоанна, считая его святым и прислушиваясь к его проповедям, но в то же время страшился народного гнева, если с Иоанном случится что-то недоброе. Однако Иродиада сумела выждать момент. По случаю своего дня рождения Ирод давал пир приближенным. Коронным номером программы была пляска дочери Иродиады — красавицы Саломеи. Растроганный и восхищенный царь Ирод сказал девице, что исполнит любое ее желание. Саломея, посоветовавшись с матерью, попросила голову Иоанна Крестителя. Царю не понравилась эта просьба, но слово было дано при таком количестве свидетелей, что отступить было невозможно. И вынужден был Ирод послать оруженосца с приказанием принести голову Крестителя на блюде, что и было исполнено. Но пока палач нес на блюде голову пророка во дворец, на землю упало несколько капель крови, и на том месте выросла трава, впитавшая кровь*

*Иоанна. Это трава зверобоя. Листья и лепестки венчика зверобоя содержат ярко-красный пигмент, похожий на кровь.*

Зверобой - это многолетнее травянистое растение высотой до 90 см. Распространен он в лесной полосе европейской части. У зверобоя прямой, ветвистый стебель, довольно высокий, листья небольшие, светло-зелёные, имеют продолговатую форму. Цветы золотисто-жёлтые, пятилепестковые, собраны в соцветия, похожи на метёлочки.

Расцветает растение в конце июня и цветёт до конца августа. Травянистое растение зверобой, растёт на сухих солнечных полянах, опушках, на лесных вырубках, вдоль полевых тропинок, в светлых дубравах, в золотых сосняках, в березняках, где деревья растут далеко друг от друга. России, в Западной Сибири, на Кавказе, в Казахстане и Средней Азии, растёт на водораздельных и пойменных лугах, в светлых разреженных лесах, на вырубках, полянах, опушках, обочинах грунтовых дорог.

Так чем же полезен зверобой? Недаром в старину зверобой называли лекарством от 99 недугов: мазь со зверобоем лечит раны, если пьёшь чай с отваром зверобоя, то твой организм надёжно защищается, укрепляется. Зверобой заживляет раны, останавливает кровь, уничтожает глисты, снимает боль в желудке, успокаивает нервы. Вот какой он, зверобой. Зверобой - одно из немногих цветковых растений, дающих сырьё для производства эффективных антибиотиков; препарат "Новоиманин" применяют при лечении ран, ожогов, язв, абсцессов, флегмон, отитов, ринитов, гайморита. В народной медицине из зверобоя получают эффективное ранозаживляющее средство, настаивая свежие цветки в течение двух-трех недель на подсолнечном или хлопковом масле. В старину зверобой считался волшебным растением. В сельской местности, набивая детям матрацы, к соломе обязательно добавляли богородскую траву, чтобы ребенку снились сладкие сны, и зверобой, чтобы запах этого растения ограждал ребенка от испуга во сне. А взрослые парни и девушки гадали на стеблях зверобоя. Скрутят его в руках и смотрят, какой сок появится: если красный, значит любит, если бесцветный — не любит. Старики считали, что зверобой отгоняет злых духов, болезни и предохраняет человека от нападения диких зверей.

Траву и цветки зверобоя издавна использовали для окрашивания шерсти и тканей в красный цвет. Надземные части растения пригодны для дубления кож. Трава зверобоя употребляется в пищевой промышленности как пряно-вкусовая приправа.



## ТЫСЯЧЕЛИСТНИК

Каждый лист разбит на дольки.

Подсчитай-ка, долек сколько?

Тут легко со счета сбиться.

У кого желанье есть

Дольки снова перечесть?



Тысячелистник обыкновенный знают многие, поскольку он распространен широко. Тысячелистник растет в лугах, луговых степях, зарослях кустарников, на опушках, в разреженных лесах, на обочинах дорог и у заборов, на пустырях и свалках, по насыпям и в карьерах, местами образует заросли. Цветет он с июня по август.

Это многолетнее травянистое растение с прямостоячими стеблями высотой до 50 см, в верхней части нередко ветвящимися. Листья дважды-трижды перисторассеченные, в общем очертании ланцетные или линейные. Цветки мелкие, с белым или розовым венчиком, собраны в небольшие соцветия-корзинки, которые в свою очередь сгруппированы в щитковидные общие соцветия.

В медицине используется надземная часть растения в фазе цветения: верхушки стеблей, листья, многочисленные соцветия-корзинки. В тысячелистнике содержатся эфирное масло (до 0,8%), горькие и дубильные вещества, каротин, витамин С, микроэлементы, органические кислоты, смолы. Используют тысячелистник в виде настоев, экстрактов и других форм лекарств.

Препараты тысячелистника чаще всего употребляют как кровоостанавливающие средства при легочных, желудочно-кишечных, геморроидальных, маточных, носовых кровотечениях. Свойство тысячелистника останавливать кровотечения было известно людям издавна, отсюда и народное название этого растения - "крававник". Нередко листья тысячелистника прикладывают к ранам, а долго незаживающие раны смачивают соком, отжатым из листьев.

Не менее популярен тысячелистник как средство, улучшающее деятельность пищеварительных органов. Его настой пьют для возбуждения аппетита, а также при

гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, заболеваниях печени. Надземная часть тысячелистника - компонент многих лекарственных сборов (чаев), продаваемых в аптеках - аппетитных, желудочных, слабительных.

## ШАЛФЕЙ



«Священная трава», «трава долголетия», «чудо - трава» – конечно же, это все о шалфее. Так называют шалфей не случайно, это растение является всенародным любимцем и активно применяется в лечебно-оздоровительных и косметических целях, а также используется в кулинарии.

Шалфей – это многолетнее растение-полукустарник, с зеленовато-серыми листочками, ветвистыми стебельками и фиолетовыми соцветиями шарообразной формы, обладающими резким приятным ароматом. Растёт у нас всюду на лугах. Собирают в начале цветения. В июне-июле он зацветает светло-фиолетовыми, собранными в рыхлые колосовидные верхушечные соцветия, цветками. Листья шалфея имеют сильный запах и горьковато-пряный вкус. В них содержится большое количество эфирных масел, алкалоиды, флавоноиды, дубильные вещества, смолы, витамины Р, РР, горечи, органические кислоты. У некоторых стран их применяют в пищу, как пряность к мясу, холодным закускам, рису, пирогам. В период бутонизации собирают его листья и верхушки стеблей, которые в

высушенном виде используют в традиционной и народной медицине, косметике.

Повторно собирают сырье после отрастания растений.

Лечебные свойства шалфея известны издавна, их использует как научная, так и народная медицина. Шалфей лекарственный известен своими целительными свойствами, оказывающими лечебное воздействие на весь организм. В лечебных целях применяются листья шалфея, содержащие алкалоиды, эфирное масло, дубильные вещества, органические кислоты и множество других полезных свойств. Листья шалфея – это настоящая кладовая здоровья. Они оказывают дезинфицирующее, противовоспалительное, вяжущее и кровоостанавливающее действие. Шалфей оказывает противовоспалительное, дезинфицирующее, вяжущее, болеутоляющее, отхаркивающее, мочегонное, ветрогонное, противогнилостное действие.

Не менее ценным является и эфирное масло шалфея, оказывающее бактериостатическое, противовоспалительное и расслабляющее действие на организм, а также подавляющее потливость. В медицине настой лекарственного шалфея применяется для ингаляций и полосканий при ангинах, гингивитах, стоматитах, острых респираторных болезнях, поражениях полости рта и лечения пульпитов. Наружно настой применяется в виде ванн при возникновении экземы, псориаза, при нейродермите, обморожениях, ожогах, ранах и облысении. В виде спринцеваний и ванн при вагинитах и других гинекологических заболеваниях. В форме аппликаций при ревматизме, воспалениях и заболеваниях суставов, при остеохондрозе, остеоартрозе, а также при радикулите. Незаменим шалфей при гастритах и язвах желудка, заболеваниях почек, печени и многих других болезнях. Очень полезен для организма шалфейный чай, который рекомендуется регулярно употреблять для профилактики различных заболеваний.

## РОМАШКА АПТЕЧНАЯ

*Ромашки, ромашки,  
Белые рубашки  
Желтые колечки.  
Прибежали к речке  
За руки взялись - и вот  
Дружно водят хоровод.*



И если случится тебе простудиться,  
Привяжется кашель, подыметя жар,  
Придвинь к себе кружку, в которой дымится  
Слегка горьковатый душистый отвар.  
Поласкай ромашкой рот и зубная боль пройдет.

Ромашка лекарственная, или аптечная. Есть травы, которые лечат не одну болезнь и оказывают благотворное влияние на весь организм. К таким травам относится ромашка аптечная (лекарственная). Ее желательно иметь в каждом доме, особенно, если в нем есть маленькие дети или люди пожилого возраста. Все вылечит красивый цветок, что покачивается на лохматом стебельке. В качестве лекарственного растения ромашку аптечную применяли врачи Древней Греции и Рима, и в античном мире ее очень ценили. Постепенно о лечебных действиях ромашки забыли, и только в начале XX века она вновь приобрела почитателей среди медиков и населения.

Ромашка аптечная — невысокое однолетнее травянистое растение. У нее длинный голый и сильно ветвистый стебель с перисторассеченными нитевидными листьями. Цветочные корзинки выпуклые, с пустым внутри цветоложем, в отличие от других видов ромашки. Цветет ромашка лекарственная с мая по октябрь, за это время урожай цветков можно собрать несколько раз. Встречается на обочинах дорог, пустырях, огородах, садах, полях и других местах. В диком виде ромашку аптечную можно встретить в предгорьях и лесостепях Алтая, Кузнецкого Алатау, в Сибири, Прибалтике, лесостепях Восточного Забайкалья, реже — в Средней Азии, в предгорьях Джун-гарского Алатау, Тянь-Шаня и на Памиро-Алае. В связи с введением

в культуру она расселилась во многих местах и часто встречается по обочинам дорог, около жилья, в поселках (как сорное растение), на пустырях, залежах.

Ромашка полезна во многих случаях, в первую очередь при простудах. Ромашка уймёт боль, успокоит, укрепит ваши силы. Лечебное действие ромашки лекарственной связано с наличием эфирного масла. В цветочных корзинках ромашки лекарственной содержится эфирное масло, горечь, слизи и другие полезные вещества.

Чай из ромашки с медом дают детям на ночь - сон будет крепким.

Если вы поранились - можно промыть рану настоем из ромашки, чтобы смыть микробов.

Если случится тебе простудиться, появится кашель, поднимется жар,

Придвинь к себе кружку, в которой дымится

Слегка горьковатый, душистый отвар.

Ромашка аптечная давно зарекомендовала себя как хорошее вяжущее, противовоспалительное, антимикробное, болеутоляющее средство. Оказывает обезболивающее, антисептическое, заживляющее и восстанавливающее действие. Улучшает процесс пищеварения, а иногда помогает при аллергических заболеваниях. Ванны из ромашки полезны грудным детям. Настой полезно пить и пожилым людям. Применяют ее при гастритах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, при болях и спазмах в желудке.

Ромашка лекарственная широко применяется и в косметологии. В качестве лекарства используют цветочные корзинки, которые собирают в мае - августе. Настоем из травы ромашки лекарственной (аптечной) моют голову для укрепления волос и придания им мягкости, блеска и красивого цвета. При ополаскивании светлых волос настоем или отваром из соцветий ромашки, придает волосам красивый золотистый оттенок; для укрепления корней волос целесообразно сочетать ромашку аптечную с травой крапивы - настоем втирают ежедневно в кожу головы.

Кто часто умывается крепким напаром ромашки, у того кожа делается бархатистой, нежной, исчезают прыщи. Ромашкой можно промывать мелкие ранки и царапинки на коже. Антисептические свойства этого цветка очень сильны. Ванны из ромашки применяют при потливости ног.

## МЯТА ПЕРЕЧНАЯ



Душистей мяты травы не сыскать. Узнают её больше не по внешнему виду, а по запаху. Стоит понюхать мохнатую веточку или растереть в ладони один её листок, как приятный, свойственный этому растению запах обдаст вас и пряностью, и благоуханием, и каким-то лёгким холодком, подолгу незабываемым. О том, что мята является древнейшим пряно-ароматическим растением, свидетельствует упоминание о ней в притче Евангелия от Матвея: «Горе вам, книжники и фарисеи, лицемеры, что даете десятину отмяты, аниса и тмина, и оставили важнейшее в законе: суд, милость и веру, сие надлежало делать, и того не оставлять». Здесь имеется в виду, что за малым нельзя забывать о главном. Эта выдержка подтверждает такую широкую распространенность мяты, что десятая часть урожая ее включалась в подати. Высоко ценилась мята в Древней Греции и Ртме. Аромат мяты служил добрым признаком. В Риме считалось, что мятный запах поднимает настроение и способствует оживленной застольной беседе, поэтому пиршественные залы обрызгивали мятной водой, столы натирали мятными листьями, а гостям предлагали венки из мяты. Считалось, что аромат мяты возбуждает работу мысли, поэтому римский историк Плиний Старший постоянно носил на голове венок из свежей зелени мяты, рекомендуя делать это и своим ученикам. Обычай этот дожил до средних веков.

Разных мят много, они широко и обильно встречаются в умеренном поясе Старого и Нового Света. Однако в культуре преимущественно используют мяту перечную. Она обладает исключительно сильным запахом и охлаждающим вкусом. Последнее свойство легло в основу её прозвища – холодянка.

Корневище у мяты ползучее – на сырых почвах сильно заглубляться нет надобности. Стебель невысок, распростёрт, с опушёнными побегами. Листья у перечной мяты чуть продолговатые, с заострённой верхушкой, к веткам крепятся короткими черешками. Мята имеет самые незамысловатые цветки. Мелкие, с колокольчатыми чашечками цветки эти волосисты и собраны в круглые мутовки. Цветёт мята с июня по сентябрь. Размножается мята с помощью семян (они у неё мелкие, коричневые, сохраняют всхожесть 2-3 года) и вегетативно – от корневищ и черенков. Рассаживаемые обрезки ползучих корневищ способны пускать новые побеги. Мята растение неприхотливое. Листья для сушки рвут, когда мята в цвету. Сушат в тенистом месте. Хранят продолжительный срок в плотно закупоренных банках и коробках.

Листья мяты – отменная пряность к столу. Молодые листья перечной мяты едят в салатах, десертах. Мята используется для отдушки ликёров, настоек, водок. В кондитерском деле она используется при выпечке пряников. Щепотка порезанной или истёртой душистой травы прибавит освежающий вкус любому блюду – мясному, рыбному, мучному, овощному, фруктовому. А как аппетитен настоянный на мяте хлебный квас! Кладут ароматную зелень также в борщ, а вместе с сыром и в вареники.

Многочисленны и полезные для здоровья свойства мяты. Она унимает изжогу и отрыжку, заметно помогает пищеварению, недаром говорят, что она «холодит во рту, но разогревает кишечник». В народной медицине слыла раньше неплохим ветрогонным и потогонным средством. Наваром из мятной травы облегчали спазмы желудка, унимали понос. В мятном отваре крестьяне купали своих детей от рахита и золотухи.

Из мяты добывают эфирное масло, используемое для лекарственных и хозяйственных нужд. Мятное масло входит в состав лекарств, обладающих антисептическими, успокаивающими, противосудорожными и болеутоляющими свойствами. Мятные зубные пасты, ряд сортов душистого мыла, мятная жевательная резинка своей освежающей силой также обязаны этой траве.

## ИВАН - ЧАЙ

Когда на просеке в июльский зной  
Проходишь ты меж кочками и пнями,  
Кипрея лепестки перед тобой  
Мелькают, словно розовое пламя.  
Когда в лесу наткнешься невзначай  
На море лепестков в цветочной пыли,  
Ты скажешь: "А ведь это иван-чай,  
Его когда-то наши предки пили".



Жил в одной русской местностей паренек Иван. Любил он ходить в красной рубахе и большую часть времени проводил на опушке среди цветов и кустарников. А жители села, увидевшие красный цвет среди зелени, говорили: «Да это Иван, чай, ходит».

И так к этому привыкли, что и не заметили отсутствия в селе Ивана и стали говорить: «Да это Иван, чай!» - на неожиданно появившиеся у околицы алые цветы. Так и прижилось за новым растением название иван-чай.

А растение преподнесло ещё один сюрприз. Собрались жители однажды на праздник. Гуляли аж да вечера, стало холодно, и женщины решили вскипятить воды. В костер наряду с дровами пошли и высокие стебли иван-чая, листья с которого попали в кипящий котел. Попробовали отвара, а отвар приятный, освежающий. Листья иван-чая с тех пор служат для приготовления чайного напитка, и называется такой чай копорским, по названию села Копорье под Петербургом, где это случилось.

Иван-чай – это многолетнее травянистое растение, до 1,5 м высоты. Стебель прямостоячий, густо облиственный. Листья ланцетные, короткочерешковые, очередные. Цветки крупные, пурпурно-розовые, в густой верхушечной кисти. Плод — коробочка, стручковидная, длинная, семена снабжены летучкой с хохолком. Цветет с июня до сентября, плоды созревают с июля.

Растет в изреженных лесах, на вырубках, просеках, гарях, лесных опушках, полянах, среди кустарников, по залежам, железнодорожным насыпям, вдоль дорог, часто встречается на выработанных зарастающих торфяниках. Произрастает обильно по всей области, обычно куртинами, часто образует заросли. Распространен почти по



всей территории Алтая.

В лекарственных целях используют траву, листья, цветки растения, которые заготавливают во время цветения.

В народной медицине иван-чай применяется при: запорах, головной боли, а также как вяжущее, смягчительное, обволакивающее и ранозаживляющее; отвар) (в виде полосканий при ангинах; внутрь при гастритах, колитах, кровотечениях, малокровии, острых респираторных заболеваниях.

Отвар и настой иван-чая противовоспалительное, вяжущее, смягчительное, потогонное, седативное, противосудорожное, при желудочно-кишечных заболеваниях, гастритах, колитах, язвах желудка и кишечника, нарушении обмена веществ, анемии, головной боли, скрофулезе, бессоннице, цинге, гонорее, сифилисе, как стимулирующее сердечную деятельность средство.

Наружно – для промывания ран, язв; припарки – как болеутоляющее при отитах, ушибах, артралгиях; порошок – для лечения инфицированных ран.



## **СИНЮХА ОБЫКНОВЕННАЯ**

Синюха голубая в нашей стране встречается во всех регионах. Обитает синюха на лугах, в степях, среди кустарников, на опушках, полянах, по окраинам болот. Это многолетнее травянистое растение с коротким корневищем и отходящими от него многочисленными тонкими придаточными корнями. Стебель прямой, неветвящийся, высотой до 1 м. Листья непарноперистые, состоят из 15-25 мелких продолговатоланцетных заостренных листочков. Цветки с голубым (редко белым) венчиком диаметром до 1,5 см собраны в ветвистое метельчатое соцветие, которым

заканчивается надземный побег. Плод - шаровидная многосемянная коробочка. Цветет синюха в июне-июле, плоды созревают в августе-сентябре.

Распространена синюха голубая в лесной в лесостепной зонах Европейской части России и Сибири. Растет на опушках, полянах, горных лугах, среди кустарников. Синюха голубая введена в культуру как лекарственное растение.

Лекарственным сырьем служат корневища с корнями. Выкапывают корневища с корнями лопатами осенью, в августе сентябре. Их отряхивают от почвы, промывают в воде, обрезают от остатков листьев и стеблей и сушат любым способом. Сухое сырье можно хранить 3 года.

Синюху применяют в виде настоя или отвара как отхаркивающее средство при острых и хронических бронхитах, абсцессах и воспалении легких, туберкулезе. Установлено, что синюха обладает также успокаивающим действием и значительно понижает возбудимость центральной нервной системы. В этом отношении она в несколько раз превосходит валерьяну. Поэтому настой и отвар ее можно принимать как успокаивающее лекарство, в частности при бессоннице.

## **ПУСТЫРНИК**



**Народные названия:** сердечное золото, львиный хвост.

Многолетнее растение, достигающее в высоту примерно 1 м. Из короткого корневища образуется несколько прямостоячих ветвистых жестких стеблей - четырехгранных, бороздчатых, внутри полых, часто красновато-фиолетовых. Листья

на черешках расположены супротивно, дланевидно-рассеченные; однако верхние - лишь трехлопастные. Листья густо опушены, по краям пильчатые. Мелкие бледно-красные двугубые цветки собраны в ложные мутовки. Цветет с июля по август. Никто не может с точностью сказать, является ли родиной этого растения Восточная Европа или Средняя Азия. В Европе оно распространено почти повсеместно; растет возле заборов и изгородей, по опушкам лесов и деревенским улицам, на пустырях и сухих лугах.

**Используемые части:** цветущая надземная часть. В аптечных сборах не должны содержаться грубые, одревесневшие части стеблей. Траву собирают во время цветения, при этом не следует брать грубые нижние части. Сушат в связках, подвешивая их на воздухе в тени. Применяется, как укрепляющее, оживляющее, возбуждающее, действенное средство против страха и беспокойства, но также и против глистов, чувства тяжести в области желудка и ослизнения - так характеризует народная медицина это целебное растение. Вдобавок к этому пустырник считается и средством от зоба.

Препараты пустырника сходны по действию с препаратами ландыша и валерианы лекарственной, однако по своему действию значительно превосходят их, особенно при лечении сердечно-сосудистых неврозов и других сердечных заболеваний. Настой и настойка пустырника нормализуют сердечный ритм, увеличивают силу сердечных сокращений, обладают седативным, гипотензивным (снижают артериальное давление), спазмолитическим и легким мочегонным действием.

Незаменимы препараты пустырника при кардиосклерозе, повышенной нервной возбудимости, неврастении, бессоннице, чувстве напряженности и вегетососудистой дистонии. Применяют пустырник и при таких серьезных заболеваниях, как эпилепсия, болезнь щитовидной железы. Трава пустырника входит в состав успокоительного чая, применяемого при нервном возбуждении и бессоннице.

Наружно назначают препараты пустырника для заживления ран, поскольку они обладают антибактериальным и противовоспалительным действием.

**ДЕВЯСИЛ** Народные названия — девясил, дивосил, дикий подсолнух.



Встречается почти по всей Украине, чаще на Правобережье, особенно в Лесостепи. В Карпатах отсутствует. Изредка встречается в горной части Крыма. Растет на влажных местах по долинам рек и балкам, на лугах, болотах, в зарослях кустарников, на лесных опушках и полянах, по берегам небольших рек и ручьев, в местах выхода почвенных вод. Основные заросли сосредоточены в Подолии (Тернопольская, Хмельницкая, Винницкая, север Одесской области) и Буковине (Черновицкая область). Запасы сырья довольно большие, однако в связи с осушением избыточно увлажненных площадей они уменьшаются.

Девясил - многолетнее травянистое растение семейства астровых высотой 1-2 м. Корневище короткое, мясистое, толстое, чаще многоглавое. Корни немногочисленные, толстые. Стебель бороздчатый, волосистый. Листья очередные, черешковые, крупные, верхние - мелкие, снизу густоопушенные, бархатисто-войлочные, сверху - жесткоколючие. Цветет в июле - сентябре. Цветки золотисто-желтые, собранные в немногочисленные корзинки. Плод - продолговатая, четырехгранная, бурая семянка. Созревает в августе - октябре.

Лекарственным сырьем служат корни и корневища. При заготовке их выкапывают, отряхивают от земли, обрезают надземную часть и тонкие корешки, промывают в

холодной воде, нарезают на куски длиной 10-20 см и на несколько частей вдоль. Почерневшие, отмершие и поврежденные вредителями корни отбрасывают. Сырье провяливают 2-3 дня на открытом воздухе и сушат в теплом, хорошо проветриваемом помещении или сушилке при температуре не выше 40°C, раскладывая слоем не более 5 см. Хранят в мешках, деревянной или стеклянной таре до 3 лет.

С лечебной целью используются корневища с корнями. Девясил высокий обладает противовоспалительным, желчегонным, отхаркивающим и слабым мочегонным действием, замедляет перистальтику кишечника и его секреторную активность и в то же время повышает выведение желчи в двенадцатиперстную кишку, что в сочетании с антисептическим эффектом положительно сказывается при лечении органов пищеварения. Клинически доказано, что препарат *алантон*, полученный из девясила, усиливает кровообращение в слизистой оболочке желудка, ускоряет процесс заживления язв, увеличивает количество связанной соляной кислоты и уменьшает содержание пепсина, что положительно сказывается на течении болезни.

Алантон повышает аппетит, способствует увеличению массы тела, особенно у ослабленных больных.

# Это интересно

## ТРАВА-ПУТЕШЕСТВЕННИЦА

Подорожник называют травой-путешественницей. Это неприхотливое растение смогло объехать весь белый свет. «След белого человека» — так индейцы называли подорожник, семена которого вместе с переселенцами из Европы пересекли океан и попали в Америку. Всюду, где появлялись пришельцы, выростала эта травка. Поселился подорожник и в Африке, и в Австралии.

*Материал собран семьей Алеши Золотухина.*

## ЛИЛИЯ ДОЛИН

Ландыш майский — широко известное лекарственное растение, входящее в фармакопеи многих стран.

Название: дано Карлом Линнеем по древнему латинскому названию ландыша лилия долин.

Из истории: один из первых весенних цветов, ландыш у древних германцев был посвящен Остаре, богине восходящего солнца и провозвестнице весны. С приходом христианства Остаре сменила Пречистая Дева. В большинстве преданий, связанных с ландышами, речь идет не столько о радости, связанной с приходом весны, сколько о печали, навеянной очертаниями цветка и красным цветом плодов.

По одной легенде, ландыш так оплакивал уходящую весну, что раненное горем сердце окрасило кровью его слезы; по другой, ландыш вырос из капель крови св. Леонарда, израненного в битве со страшным драконом. По христианскому сказанию, цветы выросли из слез Богородицы, когда она оплакивала распятого сына; в Древней Греции считали, что это капли пота богини охоты Артемиды, спасавшейся от преследования фавнов. По древнерусской легенде появление ландыша связано с морской царевной Волховой. Слезы царевны, опечаленной тем, что Садко отдал свое

сердце земной девушке Любаве, падая на землю, проросли прекрасным и нежным цветком — символом чистоты, любви и грусти.

*Материал собран семьей Ромы Савкина.*

### «СЕСТРА МИЛОСЕРДИЯ»

Цветок этот в народе зовут сестрой милосердия. О целебных свойствах ромашки известно с давних времен. Утешит в беде, поднимет больного, порадует ароматным букетом — вот она какая, ромашка. Стоит посреди поляны в белом чепчике, словно предлагает в фаянсовой чашечке спасительную настойку. Аптечную ромашку можно узнать по запаху, он напоминает аромат яблок. Если в лесу, у костра вас начнут одолевать комары — бросьте пучок ромашки в огонь, вмиг исчезнут.

*Материал собран семьей Димы Чугунова.*

### «ИВАНОВСКАЯ ТРАВА» - ЗВЕРБОЙ.

Народное название «Ивановская трава» связано с тем, что зверобой начинает цвести в Иванов день, а название «Иванова кровь» — с легендой о смерти Иоанна Крестителя.

Царь Галилеи Ирод заключил Иоанна Крестителя в темницу за то, что Иоанн обличил Ирода в прелюбодеянии и сказал, что он не должен был жениться на Иродиаде — жене своего брата. Иродиада возненавидела Крестителя и, втайне желая его погубить, всячески настраивала Ирода против пророка. Ирод же боялся Иоанна, считая его святым и прислушиваясь к его проповедям, но в то же время страшился народного гнева, если с Иоанном случится что-то недоброе. Однако Иродиада сумела выждать момент. По случаю своего дня рождения Ирод давал пир приближенным. Коронным номером программы была пляска дочери Иродиады – красавицы Саломеи. Растроганный и восхищенный царь Ирод сказал девице, что исполнит любое ее желание. Саломея, посоветовавшись с матерью, попросила голову Иоанна Крестителя. Царю не понравилась эта просьба, но слово было дано при таком количестве свидетелей, что отступить было невозможно. И вынужден был Ирод послать оруженосца с приказанием принести голову Крестителя на блюде, что и было

исполнено. Но пока палач нес на блюде голову пророка во дворец, на землю упало несколько капель крови, и на том месте выросла трава, впитавшая кровь Иоанна. Это трава зверобоя. Листья и лепестки венчика зверобоя содержат ярко-красный пигмент, похожий на кровь.

*Материал собран семьей Артема Чекомасова.*

## КРАПИВА ДВУДОМНАЯ

Русское название происходит от древнерусского слова коприна — шелк. Из крапивы получали волокно для выработки тканей. Долгое время крапива в этом качестве пользовалась известностью у разных народов и даже специально выращивалась на полях.

Крапиве как прядильному растению посвящена одна из самых поэтических сказок Андерсена «Дикие лебеди». По словам доброй волшебницы, принцесса Элиза могла только одним способом спасти своих братьев — диких лебедей: сплести для них кольчуги из стеблей крапивы. Однако за все время работы она не смела произнести ни одного слова, в противном случае вся ее работа была бы напрасной. Кроме того, волшебной силой обладала только та крапива, которая росла на кладбище. Желание спасти братьев было таким сильным, что никакие обстоятельства — ни разлука с любимым мужем, ни смерть — не могли заставить ее ни заговорить, ни даже сказать одно слово в свое оправдание. Не теряя ни одного дня, она продолжала плести кольчуги, а когда не хватало крапивы, ходила за нею ночами на кладбище. За это она была обвинена в колдовстве и осуждена на казнь. Уже по пути к месту казни в последний момент она успевает накинуть на диких лебедей кольчуги из крапивы, и все лебеди превращаются в прекрасных принцев. И только у младшего, которому Элиза не успела доплести рукав, остается вместо руки лебединое крыло. Так Элиза волшебной силой крапивы и силой своей любви спасла братьев.

У русского народа крапива пользовалась известностью как верное средство против нечистой силы — ведьм и русалок. Поэтому на Ивана Купала по хлевам вешали пучки крапивы. По народному поверью, русалки и ведьмы больше всего боятся осины и крапивы. Следующее за Троициным днем воскресенье называют «Русальным заговеньем» или «Крапивным заговеньем». В этот день для защиты от русалок принято было стегать друг друга крапивой.

*Материал собран семьей Артема Белова.*



## ЛОПУХ

Русское название «лопух» произошло от древнерусского «лоп» — лист, растение получило его из-за широких листьев. Даже само слово «лопух» приобрело нарицательное значение и в разговорной речи применяется ко всем растениям с крупными листьями, а также к людям простоватым, которых ничего не стоит обмануть. В этом отразилось представление о лопухе как о самом обычном растении, которое можно встретить под любым забором и в каждой канаве. И, кажется, что нет ничего проще лопуха. А между тем уже в древности его отличали как лекарственное растение. В своей работе «Materia medica» его упоминает Диоскорид. Из летописей известно, что в лекарственных целях широко использовал лопух врач Александра Невского.

*Материал собран семьей Карины Быковой.*

# *Правила сбора лекарственных растений.*

1. Лекарственные растения могут заготавливать и делать из них лекарства только взрослые. Дети могут только помогать.
2. Хорошо знать лекарственное растение и отличать его от ядовитых растений.
3. Собирать растения лучше в сухую погоду, утром, после того как высохнет роса.
4. Нельзя собирать растения в городе и вблизи дороги. В этих растениях накапливаются вредные вещества, которые выбрасывают в воздух автомобили.
5. Сорванные растения складывать в широкую корзину, чтобы не помять их, а то
6. выделится сок.
7. Сушить растения нужно в тени, а не на солнце.
8. Нельзя при сборе топтать соседние растения, нельзя рвать растения с корнем
9. и рвать все до последнего.
10. Не рвать растения, которые занесены в Красную Книгу. Почему? (Ответы детей).

*Произведения*  
*для*  
*чтения детям*

# Стихи

Лес, луг, поле - сказочные царства!  
Здесь кругом растут лекарства!  
В каждой травке, в каждой ветке -  
И микстура и таблетки.  
А зачем и как лечить, мы вас можем  
научить.

## Лесной чай

Не хочется мне чаю с печеньем, с  
пирожным.  
Я снова скучаю о чае таежном:  
С душицей, с дымком, с земляничным  
листом,  
Заваренным в медном большом котелке.  
Чтоб сосны шептали, и птицы кричали,  
О чем-то своем, на лесном языке.  
(Ю. Могутин)

Мать-и-мачехи цветы, вы ровесники  
весны,  
Вы расселись на дорожках, на красивых  
тонких ножках.  
Нарисованы вы в книжках, вас не  
топчут ребяташки.  
Так цветите, расцветайте, весну

красную встречайте!  
(Н. Ермакова, п. Горноправдинск)

Путника друг, подорожник, скромный,  
невзрачный листок.

Ты на порезанный палец влажной  
заплаткою лег.

Путника друг, подорожник, многим из  
нас невдомек,  
Что отыскалось лекарство тут же, на  
тропке, у ног.

(В. Рождественский)

## Золотая ромашка

На синем лугу распустилась ромашка.  
Какая на ней золотая рубашка!  
Я глаз от нее отвести не могу. Да это же  
солнце на синем лугу!

(М. Найденова)

## Календула

Золотая серединка,  
И лучи идут кругом.  
Это, может быть, картинка?  
Солнце в небе голубом?

Прибежали к речке.  
За руки взялись - и вот  
Дружно водят хоровод.

И если случится тебе простудиться,  
Привяжется кашель, подымет жар,  
Придвинь к себе кружку, в которой  
дымится,  
Слегка горьковатый душистый отвар.

## Иван-чай

Когда на просеке в июльский зной,  
Проходишь ты меж кочками и пнями,  
Кипрея лепестки перед тобой.  
Мелькают, словно розовое пламя.  
Когда в лесу наткнешься, невзначай,  
На море лепестков в цветочной пыли,  
Ты скажешь: "А ведь это иван-чай,  
Его когда-то наши предки пили

\*\*\*

Лес не только для нашей забавы,  
Он – богатство нашей страны.  
Все деревья в нем, ягоды, травы  
Нам на пользу, друзья, возвращены.  
Луга июльские – чудо простое,  
Синее, белое и золотое.

Травы лечебные, травы целебные!  
Нет на земле бесполезной травы!  
Все растения надо знать,

## Зверобой

Цветок этот дорогу окаймляет  
Узкой, ярко-жёлтой полосой.  
Сердце мое радуется, пленяет,  
Он своею солнечной красой.  
Не догадались?  
Тогда ещё слушайте подсказку.  
Выйду на дорогу полевую,  
В воздухе разлит душистый зной.  
Замечтаюсь, наклонюсь, сорву я  
Зверобоя венчик золотой.

## Тысячелистник

Каждый лист разбит на дольки.  
Подсчитай-ка, долек сколько?  
Тут легко со счета сбиться.  
У кого желанье есть  
Дольки снова перечесть?

## Ромашка

Ромашки, ромашки,  
Белые рубашки  
Желтые колечки.

Их беречь и охранять.  
Ведь из трав лесного царства  
Люди делают лекарства.

## Лекарственные травы

Рассмотри и запомни эти цветы,  
В них столько тепла и земной красоты!  
Все, человек, что тебя окружает,  
Любит и лечит тебя, охраняет.  
Листок подорожника ты не топчи,  
Ссадину, рану ты им залечи.  
Ты заболел, а аптека закрыта.  
Банка с малиной мамой открыта.

Это варенье, оно же лекарство,

Быстро уходит болезни коварство.

Мята поможет в зимние дни,

Летом ее засуши, сохрани.

В зимнюю стужу чай завари,

Выпей его и спи до зари.

Вот зверобой и ромашка с ним рядом.

Смотрят цветы на тебя нежным  
взглядом.

Ты, человек, их понимай,

Пользуйся ими, не обижай.

*Коваленко Н.Д.*

# Загадки о лекарственных растениях

Кисть ягоды прекрасная,  
Жёлтая иль красная,  
Я достать её боюсь -  
О шипы уколуюсь.  
Но уважаю с детства  
Сердечное средство.  
(*Боярышник*)

Семена, как коготки,  
Жёлто-красные цветки.  
От горла помогают,  
Кто же их не знает.  
(*Календула*)

Сидит на палочке,  
В красной рубашке,  
Брюшко сыто,  
Камешками набито.  
(*Шиповник*)

Спроси телёнка и барашка –  
Цветка вкусней на свете нет.  
Ведь не случайно  
Красной кашкой  
Его зовут за вкус и цвет.  
(*Клевер*)

Такого модника, как этот,  
Ещё не видела земля,  
Он очень любит среди лета,  
В пуховой шапке щеголять.  
(*Одуванчик*)

Поранил ты в походе ногу,  
Усталость не даёт идти –  
Нагнись: солдатик у дороги  
Готов помочь тебе в пути.  
(*Подорожник*)

Нам запах свежести лесной,  
Приносит поздней весной  
Цветок душистый, нежный,  
Из кисти белоснежной.  
(*Ландыш*)

Был рыжий Ванёк,  
Кудрявый паренёк,  
Стал седой, белобрысый,  
Ветер дунул - глядь, лысый.  
(*Одуванчик*)

Обожжёт без огня,  
И тебя и меня,  
А живёт у плетня.  
(*Крапива*)

Трава сродни петрушке,  
И с зонтом на макушке,  
Нужна та травка пекарю,  
А также и аптекарю.

*(Тмин)*

Вышли в поле пастушки,  
За спиной у них - мешки,  
А мешочки-котомочки,  
На тугой тесёмочке.

*(Пастушья сумка)*

Горькая травка,  
К животу поправка,  
И сама душиста,  
И метёт чисто.

*(Полынь)*

Кисть ягоды прекрасная,  
Жёлтая иль красная,  
Я достать её боюсь -  
О шипы уколуюсь.  
Но уважаю с детства  
Сердечное средство.

*(Боярышник)*

Семена, как коготки,  
Жёлто-красные цветки.  
От горла помогают,  
Кто же их не знает.

*(Календула)*

Поранил ты в походе ногу,  
Усталость не даёт идти –  
Нагнись: солдатик у дороги  
Готов помочь тебе в пути.

*(Подорожник)*

Растет зеленый кустика,  
Дотронешься — укусит.

*(Крапива)*

Посмотри, какой цветок!  
Как вплести его в венок?  
В шапке беленькой стоит,  
А подуешь – улетит.

*(Одуванчик)*

Золотые огоньки,  
Белые воротники.

*(Ромашка)*

Тонкий стебель у дорожки.  
На конце его – сережки.  
Лечит ранки и ожоги,  
Этот лекарь у дороги.

*(Подорожник)*

Нарядные платица, желтые брошки,  
Ни пятнышка нет на красивой одежке.

*(Ромашки)*

Белые горошки на зеленой ножке.

*(Ландыш)*



На зеленом шнурочке

Белые звоночки.

*(Ландыш)*

На зеленой хрупкой ножке,

Вырос шарик у дорожки.

*(Одуванчик)*

Рос шар бел, ветер дунул - улетел.

*(Одуванчик)*

Есть один такой цветок,

Не вплетешь его в венок,

На него подуй слегка,

Был цветок, и нет цветка.

*(Одуванчик)*

Путник часто ранит ноги,

Вот и лекарь у дороги.

*(Подорожник)*

Стоит в саду кудряшка - белая рубашка.

Сердечко золотое, что это такое?

*(Ромашка)*

Шел я лугом по тропинке,

Видал солнце на травинке.

Но совсем не горячи солнца белые лучи.

*(Ромашка)*

Нам запах свежести лесной

Приносит поздней весной

Цветок душистый, нежный

Из кисти белоснежной.

*(Ландыш)*

Был рыжий Ванёк,

Кудрявый паренёк,

Стал седой, белобрысый,

Ветер дунул - глядь, лысый.

*(Одуванчик)*

Обожжёт без огня

И тебя и меня,

А живёт у плетня.

*(Крапива)*

Трава сродни петрушке

И с зонтом на макушке,

Нужна та травка пекарю,

А также и аптекарю.

*(Тмин)*

Вышли в поле пастушки,

За спиной у них - мешки,

А мешочки-котомочки

На тугой тесёмочке.

*(Пастушья сумка)*

Горькая травка,

К животу поправка,

И сама душиста,

И метёт чисто.

*(Полынь)*

Кисть ягоды прекрасная,  
Жёлтая иль красная,  
Я достать её боюсь -  
О шипы уколуюсь.  
Но уважаю с детства  
Сердечное средство.  
*(Боярышник)*

Семена, как коготки,  
Жёлто-красные цветки.  
От горла помогают,  
Кто же их не знает.  
*(Календула)*

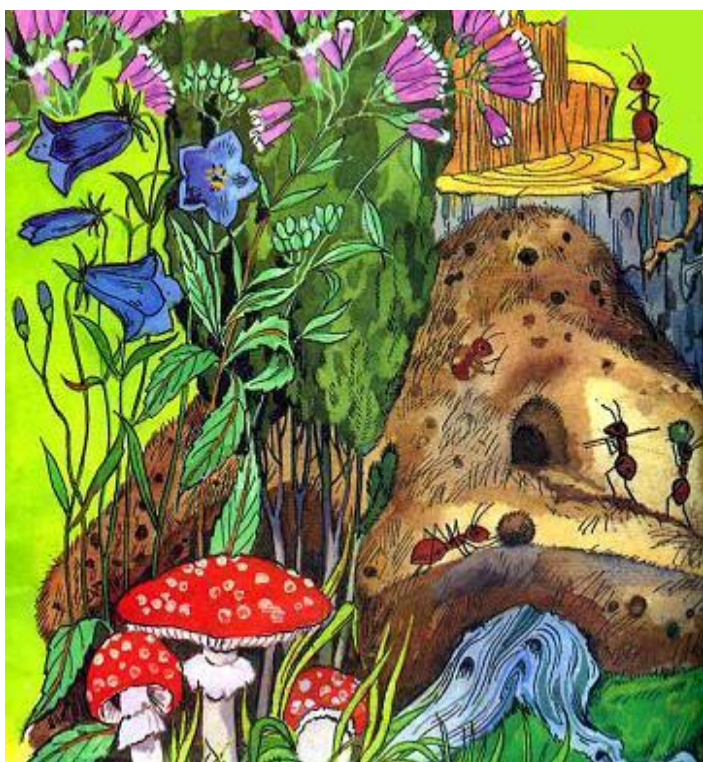
Поранил ты в походе ногу,  
Усталость не даёт идти –  
Нагнись: солдатик у дороги  
Готов помочь тебе в пути.  
*(Подорожник)*

*Автор: П.А.Синявский*

*Художники: Ю.Кладиенко, Т.Морковкина*

## **«Сказка про лекарственные растения»**

Эту сказку про лекарственные растения однажды я услышала в лесу, когда решила немного отдохнуть после долгого похода за грибами. Ко мне на рукав приземлилась Божья Коровка в нарядном платье, и на ушко поведала интересную историю. Кстати, эта история не только интересная, но и полезная, она рассказывает о некоторых растениях, которые можно использовать при болезнях. Надеюсь, что первое знакомство с такими растениями будет полезно и Вам, дорогие дети, тоже. Итак, садимся поудобнее, слушаем сказку и смотрим на картинки.



В роще вырос можжевельник,  
И в тени его ветвей -  
Появился муравейник,  
Поселился муравей.



Он из дома спозаранку выбегает с  
веником,  
Подметает всю полянку перед  
муравейником.  
Замечает все соринки,  
Начищает все травинки,  
Каждый куст, каждый пенёк,  
Каждый месяц, каждый день.



А, однажды, муравьишка  
Подметал дорожку.  
Вдруг упала с ёлки шишка,  
Отдавила ножку.



От волнения сова перепутала слова:  
Где же "Скорощъ помая"?  
Где же "Скорощъ помая"?  
Где же "Скорощъ помая", спасите  
насекомое!



Звери бросились гурьбой  
За лекарственной травой.  
Рвут аптечную ромашку,  
Собирают зверобой.



Вот из чащи, на опушку,  
Пробирается медведь -  
Он решил Медвежье Ушко  
На опушке посмотреть.



Зайцы заячьей капустой  
Муравья приводят в чувство,  
Если б жил в той роще лев -  
Предложил бы львиный зев.



На спине у ёжика  
Листья подорожника.  
Он больному обещает:  
От компресса - полегчает!  
И другое средство, тоже,  
Предлагает муравью:  
Вдруг укол тебе поможет?  
Я иголку дам свою!



Все больного навещают,  
Все больного угощают:  
Кто морошкой, кто черникой,  
Кто сушёной земляникой.  
Даже волк помочь не прочь.  
Думал – думал, как помочь?...  
К муравейнику повез  
Волчьих Ягод целый воз.  
Но заметила сорока,  
Что от волка мало прока,  
И спешит по просеке -  
С новостью на хвостике:  
- Я, друзья, не ябеда,  
Только Волчья Ягода,  
Даже если мытая -  
Очень ядовитая.



А потом, девчонки-пчелки,  
Притащили мёд в бочонке.  
Ничего, что тяжело,-  
Лишь бы другу помогло!

Муравей пощиплет травку,  
И попьёт Цветочный мед.  
Значит, дело на поправку  
Обязательно пойдет.  
Все лесные витамины,  
От брусники до малины,  
Принесли ему друзья.  
Ведь Зеленая аптека -  
Лечит даже человека,  
А не только мура





# *Нина Михайловна Павлова*

## Травка Пупавка

Подул весенний ветерок, и все травки обрадовались, что можно поболтать. Болтать они могли, только когда их качал ветерок.

- Смотрите, смотрите! - зашелестели травки. - Кто это там вырос, прямо на дорожке?

И они качнулись низко-низко, чтобы получше разглядеть.

А там, посреди дорожки, росла низенькая, толстенькая травка Пупавка с листочками, как ниточки.

- Дурочка, дурочка, - шелестели травки, - зачем ты тут выросла?

- А мне здесь нравится.

- А когда затопчут, понравится, понравится, понравится?

Травка Пупавка обиделась, что её дразнят, и перестала разговаривать. Молчит и пахнет. Молчит и пахнет. Она была очень душистая.

Дядя Репейник её пожалел и сказал:

- Не беда! Затопчут - отрастёшь снова. Так всегда делал мой дедушка. Он жил у окошка, где продавали квас. Сколько туда приходило ног!

А дядя Одуванчик сказал:

- И моя бабушка делала то же. Она жила на площадке, где ребята каждый день танцевали.

- Не каждый умеет отрастать, - сказал Мак. Посмотрел на травку Пупавку и покачал головой...

На дворе стало очень тепло, и все травки зацвели. Зацвели кто как мог. И стали хвастаться своими цветами.

- Мои цветы - как солнышко, - сказал дядя Одуванчик. - И, когда дети на них смотрят, они улыбаются.

- И мои похожи на солнышко, - сказал Мак. - Вот таким красным-красным оно бывает иногда по вечерам. Может, когда сердится, что его рано укладывают спать.

А дядя Репейник вздохнул. Его цветы походили только на кисточки, которыми мылят лицо, когда бреются.

Все травки показывали друг другу свои цветы. И тут вспомнили про низенькую, толстенькую травку Пупавку.

- Покажи-ка, покажи-ка твои цветы! - зашелестели травки.

А её цветы были маленькими зелёными шишечками. Она их и показала:

- Вот у меня какие!

- Смотрите, смотрите! Вот так цветы! Вот так цветочки!

Травка Пупавка обиделась, что её дразнят, и перестала разговаривать. Молчит и пахнет. Молчит и пахнет. Дядя Репейник и дядя Одуванчик стали её утешать:

- Не беда! Зато уж на такие цветочки никто не позарится.

- И ты нисколечко не подурнеешь, когда они отцветут, - сказал Мак.

На дачу, к которой шла между травками дорожка, приехали дачники: дачница, дачник, маленький дачник и дачная собачка.

- Смотрите, смотрите, сколько ног! - зашелестели травки.

А дачники прошли прямо посреди дорожки, где росла травка Пупавка. Дачная собачка наступила на неё лохматой лапой, маленький дачник сандалией, дачница - каблуком, а дачник - огромной ботиночной подошвой.

И, когда они прошли, травка Пупавка уже не стояла, а лежала.

- Затоптали, поломали! - зашелестели травки. - Теперь прощай, травка Пупавка!

И вдруг они услышали её голос:

- Нет, не "прощай"! Мне даже ни чуточки не больно.

И вскоре она встала как ни в чём не бывало.

И листики - зелёные ниточки - остались невредимыми.

И даже цветочки - маленькие шишечки - не примялись.

- Вот это так листочки! - сказал дядя Репейник.

- Вот это так цветочки! - сказал дядя Одуванчик.

- Просто не верится, - сказал Мак.

Все травки были очень рады, что травка Пупавка жива и здорова. И в этот день её никто не дразнил.

У дяди Одуванчика цветы стали пушистыми шариками.

Налетел ветерок, и травки зашелестели:

- Смотрите, смотрите, как летят дети дяди Одуванчика!

Они летели всюду над травой и улетали за забор и даже за речку.

Ветерок качал головку Мака, и оттуда через дырочки выпрыгивали крошечные дети Мака. И падали на землю кто куда.

- Как хорошо, что дует ветерок! Мы так его ждали! - шептали травки.

Только дядя Репейник ждал не ветерка, а дачную собачку. И, когда она пробежала мимо, прицепил к её хвосту колючую корзинку. В ней сидели его ребяташки.

Дачная собачка выбежала за калитку и стала ловить свой хвост. Вот вцепилась в колючую корзинку и оторвала. А оттуда так и посыпали дети дяди Репейника.

А дядя Репейник смотрел и улыбался. Весь день летали и сыпались семена. Травки были очень заняты. Они отдохнули только к вечеру, когда прошёл маленький дождик.

Тут они вспомнили, что ещё не видали деток травки Пупавки.

А она была рада, что о ней позабыли. Её дети были очень простенькие, да ещё после дождя почему-то стали липкими. Липкими-липкими, точно их вытащили из капли мёда. Травка Пупавка боялась, что такие никому не понравятся. И она отгадала.

- Ну и дети! - зашелестели травки. - Ну и деточки! Прилипли к маме, и никак от них не отвяжешься! Вот так детки! Что же ты станешь с ними делать?

Но травка Пупавка обиделась за деток и перестала разговаривать. Молчит и пахнет. Молчит и пахнет. Дядя Репейник и дядя Одуванчик её пожалели. Но взглянули ещё раз на её липких ребяташек и ничего не сказали.

А Мак только улыбнулся.

Опять шёл дождь. И когда он прошёл, из дачи выбежал маленький дачник и побежал по дорожке к калитке. Травка Пупавка прижалась к земле под его сандалякой. Потом он побежал по другой дорожке, через огород. А потом уже бегал в палисадник и собирал дождевых червей на всех дорожках.

Подул ветерок и прогнал последние тучи. Травки обрадовались и начали болтать. Вдруг они заметили, что травка Пупавка облысела. Облысела, как дядя Одуванчик. Ни одного-то на ней семечка!

- Где же твои детки-прилипалки, куда они девались? - зашелестели травки.

Но лысая травка Пупавка улыбалась и молчала.

- Верно, их смыло дождём? Тебе под корешок смыло? Ну и тесно же будет расти им весной!

- Нет, - ответила травка Пупавка, - совсем не будет тесно. Теперь всё очень-очень хорошо. И как я рада, что выросла посреди дорожки!

Травки очень удивились и ничего не поняли.

А дядя Репейник и дядя Одуванчик спросили у травки Пупавки по секрету, где её дети.

И она им сказала.

А весной об этом секрете узнали все, потому что по всем дорожкам выросли маленькие травки Пупавки. И у калитки, и по дорожке через огород, и по всем дорожкам в палисаднике. Везде-везде, где после дождя бегал прошлым летом маленький дачник, вылезли маленькие травки Пупавки.

## Хитрый одуванчик

Хитрый одуванчик рос вместе с другими одуванчиками, среди красной кашки и колосков на краю тропинки. Он дружил с колосками и всё о чём-то с ними шептался, когда они к нему наклонялись. Со своими братьями-одуванчиками хитрый одуванчик болтать не любил. А братья жили между собой очень дружно, пока не наступила пора расставаться со своими ребятами-семенами.

Они жили у одуванчиков прямо на головах, и это было очень удобно и красиво: все ребята вместе и сидят на голове спокойно, аккуратно пушистым шариком.

У каждого ребёнка-семечка была своя пушинка вроде раскрытого зонтика, чтобы держаться в воздухе и летать по ветру.

И вот ребята подросли и надо было им где-то устраиваться жить своим домом.

Тут-то одуванчики-родители и заспорили, кто из них сумеет раньше отправить в полёт своих детей, кто скорее облетит, да так, чтобы начисто - до последней пушинки.

Спорили, спорили, и каждый кричал:

- Я облечу первый, я!

- Я, я!

- Я, я, я!

Только хитрый одуванчик ни с кем не спорил. Пошептался с колосками и замолчал. А другие одуванчики не успокоились, пока не увидели мальчишку, который бежал им навстречу. Тут они сразу перестали спорить и стали приставать к мальчишке:

- Подуй на меня!

- На меня, меня!

Только хитрый одуванчик почему-то молчал. Мальчишка посмотрел на пушистые шарики сердито-пресердито и сказал:

- Не хочу на вас сегодня дуть, не буду! Я нашёл в бане мыло, и всё утро пускал мыльные пузыри. Из меня уж давно весь воздух выдулся.

Сказал и убежал, ни на кого не подув.

Одуванчики приуныли. Но вдруг видят, что по тропинке им навстречу бежит собака.

Тут они стали к ней приставать:

- Вильни, вильни хвостом, сбей с меня пушинки!

- С меня, с меня!

- С меня, с меня, с меня!

Только один хитрый одуванчик почему-то молчал. Собака посмотрела на пушистые шарики сердито-пресердито и сказала:

- Не хочу вилять хвостом, не буду. Сегодня приехал мой хозяин, и я от радости всё утро виляла хвостом, и он у меня совсем увилялся.

Сказала и убежала, не сбив ни одной пушинки. Одуванчики чуть не заплакали. Но тут прилетел ветерок. Подул, раскачал их высокие стебельки, сбил с голов пушистые семена, подхватил их и понёс за пригорок.

Когда ветер стих, одуванчики огляделись. Ну, кто больше всех облетел? У всех появились лысинки. Счастливыцы облысели наполовину. Но совсем-совсем наголо, до последней пушинки облетел только один одуванчик - хитрый одуванчик, который дружил с колосками. Тут все стали к нему приставать:

- Скажи мне, что ты сделал?

- Мне скажи, мне!

- Мне, мне, мне!

А хитрый одуванчик засмеялся и сказал:

- Теперь-то уж я всем расскажу свой секрет. Я сговорился с колосками, с моими друзьями, что, как только подует ветер, каждый из них хлопнет меня по макушке своей метёлочкой. И вот видите?

Да, всем было видно, что на стебельках хитрого одуванчика осталось только по белой пуговке.

Жёлтый, белый, лиловый

Был такой хороший весенний день, что даже навозному жуку захотелось приподнять свои пыльные крылья и полетать, посмотреть, есть ли что-нибудь на свете лучше родной широкой, залитой солнцем дороги. И, увидев попрыгунью-кобылку, он спросил, где она живёт.

- На весёлом жёлтом лугу, - сказала кобылка. - Там цветут свербига, одуванчики и лютики. Как блестят лепестки у лютика! В них видишь мордочку другой кобылки. Знаешь, как это бывает, когда глядишь в воду.

- Я прилечу к тебе и посмотрю, - сказал навозный жук.

И он стал собираться. Но, по привычке, всё копался и копался. И прокопался очень долго. А когда полетел, то не нашёл жёлтого луга. И при встрече пожаловался кобылке.

- Ах, - сказала кобылка, - да ведь луг-то теперь не жёлтый, а белый! Там цветут купырь, ромашка, дрёма и подмаренник. Какие мелкие цветочки у подмаренника! Заберёшься между ними - и точно облако вокруг тебя. А как пахнет!

- Я прилечу к тебе и понюхаю, - сказал навозный жук.

И он стал собираться. Но, по привычке, всё копался и копался. И прокопался очень долго. А когда полетел, то не нашёл белого луга. И при встрече пожаловался кобылке.

- Ах, - сказала кобылка, - да ведь луг-то теперь не белый, а лиловый! Там цветут колокольчики и короставник, полевая герань и мышиный горошек. Какие забавные усики у мышиноного горошка! Он цепляется ими за травинки. И на нём так славно качаться!

- Качайся на здоровье! - сказал навозный жук. - А я больше туда не полечу. Уж не расцветут ли там завтра чёрные цветы? Нет, я предпочитаю свою родную дорогу. Навоз - всегда навоз, и пыль - всегда пыль. А серый цвет для глаза всего приятнее.

## *Г.Скребицкий*

### Одуванчик

У больших проезжих дорог, у лесных малых тропинок, в зеленых широких лугах, даже у самых порогов деревенских домов цветут одуванчики.

Все знают эти простые цветы, похожие на маленькое солнце с золотыми лепестками-лучами. Все лето цветут одуванчики, а созревшие их семена собраны в легкий пушистый шарик. Дунешь на шарик - поплывут, полетят в воздухе легкие летучие семена. Потому и называется цветок "одуванчик".

Весь день, пока светит солнце, следом за солнцем поворачивают одуванчики золотые свои головки. Вечером, когда скроется солнце, одуванчики свертывают свои лепестки и засыпают.

Всю ночь крепко спят одуванчики. Только с восходом солнца они просыпаются, как бы радостно улыбаясь, широко раскрывают золотые свои лепестки. В солнечный летний день золотую кажется лесная поляна, на которой растут и цветут одуванчики.

## Иван-чай

На глухих лесных вырубках пышно цветет иван-чай. Точно высокие праздничные свечи, малиново-красным огнем горят островерхие шапки красивых и пышных цветов. В густых зарослях цветущего иван-чая можно спрятаться с головою.

Там, где цветет иван-чай, обычно скрываются глухаринные и тетеревиные выводки. С шумом и хлопаньем вылетают из зарослей тяжелые птицы.

Ягодами и грибами пахнет на лесных старых вырубках, где летом пасутся лоси, изредка бродят медведи.

Рядом с цветущими зарослями иван-чая густо разросся непролазный малинник. Спелыми душистыми ягодами облеплены тонкие ветки, согнувшиеся под тяжестью спелой малины.

## Иван-да-Марья

У высокой муравьиной кучи на лесной светлой полянке ковром рассыпались знакомые лесные цветы.

Бегают по земле под цветами шустрые муравьи, тащат в свой общий дом сухие еловые хвоинки, мертвых комаров и жучков. Приглядишься хорошенько множество больших и малых дорог, троп и тропинок протоптали в высокой траве под цветами трудолюбивые муравьи.

Почти все лето цветут эти желто-лиловые лесные цветы. Поставишь на стол букетик скромных цветов и, глядя на них, отчетливо вспоминаешь лес, зеленую лесную опушку, муравьиную высокую кучу и хлопотливых, проворных муравьев.

Я очень люблю эти простые цветы. Они напоминают мне счастливое далекое детство. Так хорошо, просто и ласково они называются иван-да-марья.

## *Н.Сладков*

### Крапивное счастье

Выросла на краю поляны Крапива. Поднялась над травами и смутилась. Цветы вокруг красивые и душистые, ягоды вкусные. Одна она бесталанная: ни вкуса приятного, ни яркого цвета, ни сладкого запаха!

И вдруг слышит Крапива:

- Не велико счастье красивым-то быть! Кто ни увидит - сорвёт... - Это белые ромашки прошептали.

- Думаете, душистым быть лучше? Как бы не так! - прошелестел Шиповник.

- Хуже всего быть вкусной! - покачала головкой Земляника. - Всяк съест норовит.

- Вот так так! - удивилась Крапива. - Выходит, что самая счастливая тут я? Меня ведь никто не трогает: не нюхает, не срывает.

- Мы завидуем твоей спокойной жизни! - хором пропели цветы и ягоды.

- Как я рада, как я счастлива! - крикнула Крапива. - Как мне хорошо, - добавила она задумчиво. - Расту - не обращают внимания, цвету не нюхают, засохну - и не вспомнят...

И вдруг Крапива всхлипнула:

- Будто меня и не было совсем, будто я и не жила! Пропади пропадом такое крапивное счастье!

Цветы и ягоды внимательно слушали Крапиву. И больше никогда не жаловались на свою беспокойную жизнь.



# Беседы

## «Ромашка - лекарственное растение»

**ЦЕЛЬ:** дать детям понятие о свойствах лекарственной травы «Ромашка». Развивать экологическое мышление на основе представлений о «царстве» лекарственных растений. Формировать умение и желание активно защищать и любить природу.

**ХОД:**

*(В группу приходит Старичок - Лесовичок).*

**ЛЕСОВИЧОК:** Здравствуйте, гости и детвора, иду к вам с самого утра,  
А зовут меня Лука! Решил я вас с собой позвать,  
Чтоб про цветы вам рассказать.

Сегодня мы отправимся в сказочное путешествие на лесную полянку с разными цветами. Итак, в путь!

*(Дети берутся за руки и под музыку идут по кругу).*

**ЛЕСОВИЧОК:** Вот, остановка. Мы пришли к лесу. *( На лесной полянке разложены картинки с изображением полевых цветов)*

Сколько здесь цветов: ромашка,  
Лютик едкий, клевер-кашка.  
Что еще? Гвоздика, смолка,  
Колокольчик, хвощ как елка,  
А еще? Подорожник,  
Васильки, граммофончики - вьюнки.  
Еще много разных травок  
У тропинок, у канавок.  
И красивых, и душистых,  
Разноцветных и пушистых.

Ох, и, правда, сколько на поляне цветов! А вы знаете, как они называются?

*(Ответы детей).*

А как их можно назвать одним словом?

ДЕТИ: Полевые цветы.

ЛЕСОВИЧОК: А что за знак весит?

ДЕТИ: Нельзя рвать цветы, собирать их в букеты. Букеты можно составлять только из садовых цветов.

ЛЕСОВИЧОК: А мы и не будем их рвать, лучше поиграем в игру.

**Игра - пантомима: «Я цветок»**

Вы просто как настоящие цветы. Я хочу вам рассказать, что цветами можно не только любоваться.

*Ведь лес, как сказочное царство!*

*Здесь кругом растут лекарства!*

*В каждой травке, в каждой ветке -*

*И микстура и таблетки.*

*А зачем и как лечить,*

*Я могу вас научить.*

Рассаживайтесь, поудобнее, на полянке, и угадайте, о каком растении я загадаю вам загадку:

Стоит в лесу кудряшка - белая рубашка,

В середине золотая, кто она такая?

*(РОМАШКА)*

*(Лесовичок показывает детям полевую ромашку, рассматривает вместе с ними листья, цветы. Дети при рассматривании рассказывают что листья у ромашки похожи на елочку, цветки маленькие и их много, пахнут летом и солнцем, затем сравнивает полевую ромашку с садовой, дети называют отличия (листья большие, цельные, цветок один и крупный, нет такого приятного запаха как у полевой ромашки)).*

ЛЕСОВИЧОК: Ребята, а вы знаете, что полевая ромашка лечебный цветок?

Поласкай ромашкой рот и зубная боль пройдет.

Чай из ромашки с медом дают детям на ночь - сон будет крепким.

Если вы поранились - можно промыть рану настоем из ромашки, чтобы смыть микробов.

Если случится тебе простудиться,

Появится кашель, поднимется жар,

Придвинь к себе кружку, в которой дымится

Слегка горьковатый, душистый отвар.

**ЛЕСОВИЧОК:** *(приглашает ребят подойти к столику, на котором разложены засушенные цветки ромашки)* Ребята, потрогайте и понюхайте ромашку собранную и засушенную мной *(дети трогают, перебирают пальцами засушенную ромашку, нюхают её, рассказывают, на что похож запах)*.

**Лесовичок:** А сейчас, ребята, возьмите по щепотке засушенной травы, несите её в чайник, мы зальем её кипятком и сделаем лечебный отвар (Лесовичок заваривает принесенную детьми траву и дает им её попробовать). Я думаю, вы запомните лекарственное растение РОМАШКА и прошу вас выложить на полянке маленькие ромашки.

*(Конструирование из отдельных деталей. Дети выкладывают ромашки, любуются)*.

**ЛЕСОВИЧОК:** А теперь вам пора обратно в путь-дорогу. До новых встреч!

Любите цветы, леса, простор полей,

Всё, что зовется Родиной твоей.

До - свидания, приезжайте в гости я расскажу вам ещё много интересного.

Дети прощаются с Лесовичком и возвращаются в детский сад.

## **«Старый подорожник»**

**ЦЕЛЬ:** Дать детям понятие о свойствах лекарственной травы «Подорожник». Развивать экологическое мышление на основе представлений о «царстве» лекарственных растений. Формировать умение и желание активно защищать и любить природу. Вспомнить и закрепить знания детей о лекарственных растениях.

**ХОД ЗАНЯТИЯ:**

Дети заходят в группу и видят, что там кто-то сидит. Это лесовик.



Увидев детей лесовик здоровается с ними и рассказывает им о письме которое прислала ему Красная Шапочка, читает письмо: «заболела бабушка, она простыла, плохо спит, кашляет, у неё температура и наверное ангина...».

**ЛЕСОВИЧОК:** Ребята, вы уже знаете несколько лекарственных растений (на стенде расположены картинки с изображением

лекарственных растений, дети рассматривают их, находят знакомые). 16

Как помочь бабушке Красной Шапочке?

Дети: Мы знаем, что от плохого сна и простуды поможет ромашка, от ангины - калина (рассказывают, как из какой части растений приготовить лекарство).

ЛЕСОВИЧОК: Молодцы! Но в письме Красная Шапочка пишет, что у её бабушки кашель. А как его лечить, мы не знаем. Но я знаю, кто может нам помочь. Давайте пойдём по лесной тропинке к старому подорожнику, он много знает, он поможет нам. Итак, в путь!

**Физкультминутка «Тропинка в лес»** - дети по лесной тропинке идут к старому подорожнику (сказочная картинка).

- Вот он - тонкий стебель у дорожки, на конце его сережки.

На земле лежат листки - маленькие лопушки.

Дети и лесовик здороваются с подорожником, объясняют, за чем они пришли к нему.

ПОДРОЖНИК:

Я невзрачный цветок подорожник, расту у  
Российских дорог.

Дороги спешат за курганы, дорогам конца не  
видать

И важно, что путникам раны умею я врачевать.

Листок оторви осторожно и жгучую боль  
утоли

Я невзрачный цветок подорожник расту у  
дороги в пыли.

(Дети рассматривают подорожник (живой)).

ПОДРОЖНИК:

От ушибов и порезов

Лучше средства не найти

Привяжи мои листочки

Перестанет кровь идти (показать карточку).



Если пчелка нападет

Сделай из листа повязку

Сразу боль тогда пройдет.

И бабушке Красной Шапочки я помогу от кашля: возьмите мои засушенные листья - понюхайте, они пахнут свежей травой. Пусть Красная Шапочка сделает из них отвар и даст его бабушке.

ДЕТИ И ЛЕСОВИЧОК: Спасибо, тебе подорожник!

ЛЕСОВИЧОК: Ребята, давайте нарисуем ромашку, калину и подорожник и отправим в письме Красной Шапочке, пусть она лечит бабушку. А нам пора по домам. До скорых встреч!

## ***Беседа о лекарственных растениях.***

ЦЕЛЬ: закрепить умение узнавать и называть лекарственные травы (5-6 наименований). Расширить знания о пользе и применении лекарственных растений. Закрепить правило поведения при сборе лекарственных растений.

ХОД БЕСЕДЫ:

*(Дети сидят полукругом, перед ними доска с картинками лекарственных растений, на столах – гербарий).*

ВЕДУЩИЙ - КОЛОБОК.

Здравствуйте, ребята! Я катился по полям, лугам, дорогам. Собрал много лекарственных растений, а как они называются, не знаю. Помогите мне, *(на колобке приколоты растения из гербария)*. Колобок снимает с себя мать-и-мачеху.

КОЛОБОК: Что это за растение?

ДЕТИ: Мать-и-мачеха

КОЛОБОК: а вы знаете, почему оно так называется?

ДЕТИ: у него с одной стороны листочек тёплый - мать, а с другой холодный - мачеха, как в сказке "Крошечка Хаврошечка". Она была злая.

КОЛОБОК: Отчего же эта травка, которая раньше всех появляется?

ДЕТИ: Да, она самый первый весенний цветок, а лечат им кашель.

КОЛОБОК: припоминаю, её так и называли дедушка с бабушкой: кашель. Верно, вспомнил.

А что это за цветок, похожий на мать-и-мачеху?

ДЕТИ: Одуванчик.

КОЛОБОК: а кто знает, как его бабушка с дедушкой называет?

Если дети не знают, колобок объясняет.

"Одуван". *(Дети должны объяснить почему. Если не смогут, Колобок подсказывает).*

КОЛОБОК: А зачем он нужен?

ДЕТИ: Из его цветов варят первое варенье или иначе "майский мёд"

КОЛОБОК: Молодцы, всё знаете. А листья одуванчика пригодятся?

ДЕТИ: Из листьев делают салат. В нём много витаминов.

КОЛОБОК: Надо попробовать. Ну а это что за растение, маленькие лопушки?

ДЕТИ: Подорожник.

КОЛОБОК: Слышал такое название. Он, наверное, растёт вдоль дороги. Чем же он полезен?

ДЕТИ: Лечит наши раны, когда мы падаем или порежемся.

КОЛОБОК: Надо попробовать. Сейчас как уколюсь или порежусь. Нет, не буду.

Лучше другую травку вам покажу. Что это?

ДЕТИ: Крапива.

КОЛОБОК: Ой, боюсь, ужалит. От неё - то какая польза?

ДЕТИ: Из крапивы щи варят и голову настоем крапивы моют.

КОЛОБОК: А мне дедушка рассказывал, что из неё раньше ткань делали и шили рубашки и штаны, а рыбаки даже паруса делали.

А вот это растение похоже на "лошадиный хвост" никто не знает что это?

Если дети не знают, то Колобок вспоминает бабушкин рассказ о хвоще. Им его бабушка лечила, когда у него болело горло.

А чем ещё горло поласкают?

ДЕТИ: Ромашкой.

КОЛОБОК: Верно, и про этот цветок мне бабушка рассказывала. А вот, ещё растение, похожее на гусиные лапки. Это когда я объелся зелёных ягод и у меня болел живот, бабушка мне давала пить эту траву. Запомнили.

Теперь давайте поиграем, а потом я ещё чего-нибудь расскажу.

***Игра "Одуванчик"***

КОЛОБОК:

Дождик поливает, солнышко пригревает, одуванчики на поляне растут  
*(дети встают)*

Ветер налетел, стал дуть на одуванчик,  
*(дети раскачивают поднятыми вверх руками)*

Ветер подул еще сильнее,  
*(дети разбегаются в разные стороны на носочках)*

Вдруг с головок одуванчиков полетели белые лёгкие парашютики  
*(дети приседают)*

Там, где упали парашютики, снова будут расти одуванчики.  
*(дети встают)*

КОЛОБОК: Лето пройдет, цветы отцветут, а мы бодем - то осенью то зимой,

когда цветочков уже нет. Поэтому, летом запасают лекарственные растения.

Только собирать их надо правильно:

1. нельзя рвать много растений, а то на следующий год они не вырастут на этом месте.
2. нельзя пробовать ягоды, корневища и плоды: можно отравиться.
3. после сбора лекарственных растений следует тщательно вымыть руки, т.к на руках много пыльцы, грязи.

КОЛОБОК: До свидания, ребята. Не забудьте, про наш разговор, помните о нём и расскажите родителям.

# Дидактические игры и упражнения

«НАЙДИ, О ЧЕМ РАССКАЖУ» - найти лекарственное растение по перечисленным признакам. (Карточки-картинки с изображением лекарственных растений; гербарий лекарственных растений).

Воспитатель описывает растение или загадывает загадку ребенку.

Ребенок находит описанное растение на картинке или в гербарии.

«ЧУДЕСНЫЙ МЕШОЧЕК» - узнать лекарственное растение по запаху, выделить и назвать характерные признаки растения, найти его на карточке-картинке или в гербарии.

Воспитатель выставляет на стол мешочки, заполненные сухими лекарственными растениями. Рядом раскладывает карточки-картинки с их изображением. Один из играющих берет один из понравившихся мешочков, нюхает, затем описывает лекарственное растение, по его мнению, находящееся там, ищет картинку с изображением этого растения. После этого проверяют, правильно ли определил ребенок растение, заглянув в мешочек.

«ДОКТОР АЙБОЛИТ» - найти карточки с изображением болезни, которую можно вылечить одним из предложенных лекарственных растений. Закреплять названия лекарственных растений.

Ребенок в роли Доктора Айболита. На столе перед доктором Айболитом разложены лекарственные растения. Воспитатель показывает ему (доктору Айболиту) картинку с изображением животного или человека с симптомами какой-либо болезни (кашель, рана, температура, зубная боль и т.д.). Ребенок ищет карточку с изображением лекарственного растения и рассказывает, как с его помощью можно вылечиться.



«ДА – НЕТ» - развивать умение анализировать, расширять словарный запас.

На все вопросы ведущего можно отвечать только словами «да» или «нет». Водящий выйдет за дверь, а мы договоримся, какое (растение) мы ему загадаем. Он придёт и будет нас спрашивать, где растёт это растение, какое оно, от какой болезни помогает. Мы ему будем отвечать только двумя словами.

ИГРА С МЯЧОМ «Я ЗНАЮ» - закреплять названия растений ближайшего окружения. Дети становятся в круг, в центре – воспитатель с мячом. Воспитатель бросает ребёнку мяч и называет объект природы (деревья, лекарственные растения, садовые цветы, полевые цветы, ягоды, грибы и т.д.) Ребёнок, поймавший мяч, говорит: «Я знаю пять названий ...» и перечисляет.

«ЧЕТВЕРТЫЙ ЛИШНИЙ» - учить объединять растения по определенным признакам, вычленять лишнее.

«КАКОГО РАСТЕНИЯ НЕ СТАЛО» - развивать внимание, закреплять названия лекарственных растений.

«ВЫБЕРИ НУЖНОЕ» - учить, на основе названного признака, определять растение.

«ПРИГОТОВЬ ЛЕКАРСТВО» - закреплять знания о строении растения, формировать умение правильно использовать полезные травы (знать, у какого растения какую часть надо использовать для приготовления лекарства, и в какое время года, чтобы не нанести ущерб природе).

«СЪЕДОБНОЕ - НЕСЪЕДОБНОЕ» - закрепить знания детей о съедобных и ядовитых растениях.

# *Цикл наблюдений за мать – и - мачехой*

ЦЕЛЬ: Закреплять представления об особенностях строения (стебель покрыт чешуйками и пушком, цветок круглый, желтый, листья округлые, с поверхностью различной по цвету и на ощупь) и развития (сначала цветет, затем растут листья) мать-и-мачехи. Вызвать эмоциональный отклик на общение с объектами живой природы. Воспитывать потребность в природоохранной деятельности.

ХОД НАБЛЮДЕНИЯ:

- Ребята, сегодня я приглашаю вас навестить одно знакомое нам растение на участке детского сада. Послушайте и скажите, о каком растении идет речь: у него необыкновенные листья, с одной стороны они гладкие ярко-зеленые, с другой стороны – мягкие, покрытые белыми волосками. Полюбуйтесь, как красиво. На проталинах, среди редкой весенней зелени яркими пятнышками сверкают золотые корзиночки мать-и-мачехи. Цветов так много, что они видны издалека – желтые яркие, будто маленькие фонарики зажгла весна.

- Вы очень много узнали про мать-и-мачеху, пока она гостила у нас в зимнем саду. И если вы были внимательны, то без труда выполните задание, которое я вам приготовила. У меня есть карточки, из которых я предлагаю вам собрать модель роста и развития мать-и-мачехи:

- Вспомните, что первым появляется у мать-и-мачехи?

- Что происходит с бутонем? Какого цвета появляется цветок у мать-и-мачехи?

- Посмотрите внимательно, на цветки. Куда они смотрят? Что будет, когда ночью солнышко скроется?

- Так происходит только ночью, как вы думаете? Еще в древности люди заметили, что мать-и-мачеха может предсказывать погоду: перед дождем и похолоданием «звездочки» цветка «гаснут», закрываются.

- Какое чудесное превращение происходит с цветком мать-и-мачехи?

- Обратите внимание на полянку, все ли цветы мать-и-мачехи выглядят одинаково?

- Как вы думаете, почему так происходит?

- Что в последнюю очередь появляется у мать-и-мачехи?

- Какую особенность листьев мать-и-мачехи вы знаете?

- Мать-и-мачеха – замечательное растение. Ранней весной он удивляет и радует нас своим появлением, а летом заботится о нашем здоровье. Дело в том, что из листьев и цветков этого растения заваривают чай и пьют от простуды. Но не каждый знает о его пользе, и поэтому очень часто его срывают, чтобы полюбоваться, но быстро выбрасывают, потому что даже в вазочку его не поставишь – слишком маленький у него стебелек. Срывать растение не нужно.

Ребята, может быть, у вас есть какие-нибудь предложения, как мы можем защитить мать-и-мачеху?

### НАБЛЮДЕНИЕ 1 «*Необычный гость*»

ЦЕЛЬ: Дать детям знания об особенностях строения мать-и-мачехи в начале цикла развития растения: цветок круглый, желтый; стебель покрыт чешуйками и пушком, он без листьев.

Побуждать детей радоваться первым весенним цветкам, развивать наблюдательность.

Воспитывать интерес к миру растений родного края.

#### ХОД НАБЛЮДЕНИЯ:

- Ребята, посмотрите, какой сегодня замечательный, теплый день. Вся природа оживает и радуется вместе с нами приходу весны.

- Какие изменения происходят в природе весной?

- Сегодня у нас необычный гость - весенний первоцвет. Он появился совсем недавно на проталинке и потянулся навстречу теплым солнечным лучам. Вот он, полюбуйтесь. (Дети рассматривают мать-и-мачеху, пересаженную в горшок).

- Вы узнали это растение?

- Какие части растения вы сейчас видите?

- Посмотрите внимательно на цветок.
- Какой он формы? Какого цвета? Как вы думаете, на что похожи цветы мать-и-мачехи?
- Рассмотрите стебель. Какого он цвета? Осторожно проведите по нему пальчиком, какой он на ощупь?
- Рассмотрите, что делает его таким?
- Подумайте, для чего они нужны растению?
- Мать-и-мачеха – самый первый из первоцветов. Этот маленький хрупкий цветок не страшится весенних заморозков и приглашает весну вступить в свои права.

Выглянул цветочек

В полутьме лесной –

Маленький разведчик

Посланный весной.

Пусть еще над лесом

Властвуют снега,

Пусть лежат под снегом

Сонные луга,

Пусть на спящей речке

Неподвижен лед,

Раз пришел разведчик,

И весна придет.

## **НАБЛЮДЕНИЕ 2 «Влияние условий произрастания на развитие растений мать-и-мачехи»**

**ЦЕЛЬ:** Продолжать знакомить детей с мать-мачехой. Учить устанавливать причинно-следственные связи и зависимости растений от условий произрастания. Развивать наблюдательность, умение сравнивать, анализировать, делать выводы. Воспитывать интерес к самостоятельным наблюдениям за знакомым растением.

**Предварительная работа:**

- Ребята, помните необычного гостя, который недавно появился у нас в зимнем саду? Мы с вами говорили, что цветы мать-и-мачехи похожи на маленькие солнышки. Интересно, а сама мать-и-мачеха очень любит солнце? Как вы думаете? Попробуйте

объяснить свою точку зрения. Для того чтобы выяснить, кто из вас прав, можно провести опыт: одно растение мы оставим на ярком солнце, а другое уберем в тень, и завтра увидим, что произойдет.

#### ХОД НАБЛЮДЕНИЯ:

- Ребята, какой опыт мы решили провести с вами вчера? Что хотели узнать?
- Рассмотрите растения и скажите, что произошло с мать-и-мачехой?
- Как вы думаете, почему это произошло?
- Где любит расти мать-и-мачеха в природе?
- Догадайтесь, что происходит с мать-и-мачехой в то время, когда солнца нет: ночью или в пасмурный день?
- Предлагаю результаты опыта занести в дневник наблюдений.

#### НАБЛЮДЕНИЕ 3 «*Удивительные превращения из желтого в белый*»

ЦЕЛЬ: Уточнить представления детей о последовательности роста и развития растения (после цветов появляются плодики с семенами).

Развивать познавательное отношение к окружающей природе. Вызывать эмоциональный отклик на общение с объектом живой природы. Воспитывать наблюдательность.

#### ХОД НАБЛЮДЕНИЯ:

- Ребята, посмотрите внимательно на мать-и-мачеху. Какие изменения произошли с растением за последнее время?
- Да, произошло удивительное превращение: цветок из желтого солнышка превратился в маленькое белое облачко. А что это за белое облачко, как вы думаете? На месте цветка появились семена. Рассмотрим их.
- Опишите, что вы видите?
- Как вы думаете, что находится внутри этого плодика?
- Догадайтесь, для чего плодику нужны пушинки?
- А сейчас я предлагаю вам превратиться в эти удивительные первоцветы, которые яркими желтыми пятнами светятся по оврагам, откосам и полянкам, радуя нас после долгой и суровой зимы.

Дети выполняют пластический этюд: Появившись на полянке, вы раскрываетесь навстречу солнечным лучикам, греетесь на теплом весеннем солнышке. Потом закрываетесь на ночь и засыпаете, чтобы на следующее утро вновь порадоваться солнцу. И так день за днем. Но вот прошло время, в цветочках созрели семена, спрятанные в маленькие плодики с белыми пушинками. Они уже давно готовы покинуть родное растение. Подул легкий ветерок и закружил, понес вас по воздуху далеко-далеко. Потом ветер стих, и все семена приземлились, кто куда, отдохнули и начали прорастать. Появилось новое растение мать-и-мачехи.

- Расскажите, какое удивительное превращение мы сегодня с вами наблюдали?

- Предлагаю отметить изменения, произошедшие с мать-и-мачехой в дневнике наблюдений.

# Итоговое мероприятие

## Праздник "Зеленые помощники"

### ЦЕЛЬ:

- закреплять знания детей о лекарственных растениях нашего края;
- закреплять навыки бережного и доброго отношения к природе;
- доставить детям радость от участия в общем празднике.

### МАТЕРИАЛ:

- фонограммы (*звуки леса, песни о растениях*),
- картины природы (*для оформления*),
- гербарий "Лекарственные растения нашего края" (*для игры*).

### ХОД ПРАЗДНИКА:

*(Дети под музыку выходят на участок детского сада, где их встречает Лесовичок)*

ЛЕСОВИЧОК: Здравствуйте, дорогие ребята! Сегодня у нас с вами праздник, посвященный лекарственным травам. Мы с вами узнаем, как же могут помочь обыкновенные травы здоровью человека.

Здесь в зарослях лесных, где все для сердца мило,  
Где чистым воздухом так сладостно дышать,  
Есть в травах и цветах целительная сила,  
Для всех умеющих их тайну разгадать...  
*(В. Рождественский)*

### ЛЕСОВИЧОК:

Человек еще издавна заметил, что животные среди множества растений выбирает только те, которые помогут им излечиться. Человек начал изучать эти растения и их свойства. На Руси таких людей называли "травниками". Изучив лекарственные свойства растений, они заносили их в особую книгу. Так появились знания о лечебных свойствах растений, которыми мы сейчас пользуемся.

Наш сегодняшний праздник проходит под девизом "Все горы высокие будут исхожены, все тайны природы будут раскрыты".

*(Звучит фонограмма "Звуки леса". Выходит Фея Леса).*

ФЕЯ ЛЕСА:

Когда тыходишь в лес  
Где все нам с детства мило,  
Где чистым воздухом приятно так дышать  
Есть в травах и цветах  
Целительная сила,  
Для всех, умеющих их тайну разгадать.

ЛЕСОВИЧОК:

Лес, как сказочное царство,  
Там кругом растут лекарства,  
В каждой травке, в каждой ветке-  
И микстура, и таблетки.  
Ну, а чем и как лечить,  
Мы вас можем научить.  
Все целебные растения  
Знаем мы без исключения.

ФЕЯ ЛЕСА:

С некоторыми из них мы сейчас познакомимся.  
Стоит в лесу кудряшка-  
Белая рубашка,  
В середине - золотая,  
Кто она такая?

Под музыку появляется Ромашка

РОМАШКА:

Это я, Ромашка. Ромашка - это название переводится как "милая простота". Давным-давно я приехала к вам из далекой Америки. Раньше я была обыкновенным сорняком.

ЛЕСОВИЧОК:

Милая ромашка, а чем ты полезна?  
Ромашка: Если случится тебе простудится.  
Появится кашель, поднимется жар.  
Придвинь к себе кружку, в которой дымится  
Слегка горьковатый, душистый отвар.

ФЕЯ ЛЕСА:

Тонкий стебелек у дорожки,  
На конце его сережки.  
На земле лежат листки-  
Маленькие лопушки.  
Нам он как хороший друг,  
Лечит ранки ног и рук.  
Под музыку появляется Подорожник



ПОДОРОЖНИК:

Это я, Подорожник.

ФЕЯ ЛЕСА:

Существует легенда о том, как были открыты целебные свойства подорожника. Лежат на дороге две змеи, греясь на солнышке. Вдруг из-за поворота выехала телега. Одна змея успела уползти, а другая нет. Люди остановились и увидели, как та змея, которая уползла, принесла раненой листик подорожника, и через некоторое время они вместе скрылись с глаз.

ПОДОРОЖНИК:

С названием простым и тревожным,  
Зовущим за отчий порог,  
Невзрачный цветок – подорожник,  
Растет у российских дорог.  
И важно, что путникам раны  
Умеет цветок врачевать.  
Листок оторви осторожно  
И жгучую боль утоли.  
Невзрачный цветок - подорожник  
Да как же растешь ты в пыли?

ЛЕСОВИЧОК:

Дорогой подорожник, а чем ты полезен? еще?

ПОДОРОЖНИК:

Если вдруг зуб заболел, глаз воспалился, пальчик порезал, сердце болит, беги ко мне срочно. Я помогу!

ФЕЯ ЛЕСА:

А сейчас я загадаю загадки про лекарственные растения, живущие в моем лесу.

ОТГАДЫВАНИЕ ЗАГАДОК

Листик с глянцем,

Ягодки с румянцем,

А сами кусточки - не выше кочки.

*(Брусника)*

Хоть куст у него зеленый

Вас ранить готов,

Там красные таблетки

Развешены на ветке,

И всем готово помочь он от разных бед.

*(Шиповник)*

Был рыжий Ванёк,

Кудрявый паренёк,

Стал седой, белобрысый,

Ветер дунул - глядь, - лысый.

*(Одуванчик)*

Поранил ты в походе ногу,  
Усталость не даёт идти –  
Нагнись: солдатик у дороги  
Готов помочь тебе в пути.

*(Подорожник)*

Растет зеленый кустику,  
Дотронешься — укусит.

*(Крапива)*

Шел я лугом по тропинке,  
Видел солнце на травинке.  
Но совсем не горячи солнца белые лучи.

*(Ромашка)*

Семена, как коготки,  
Жёлто-красные цветки.  
От горла помогают,  
Кто же их не знает.

*(Календула)*

Нам запах свежести лесной,  
Приносит поздней весной  
Цветок душистый, нежный,  
Из кисти белоснежной.

*(Ландыш)*

ЛЕСОВИЧОК: Спасибо тебе, Фея Леса за интересные загадки. Но что-то заскучили мы с ребятами. Давайте танцевать да песни распевать.

ПЕСНЯ «ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ТРАВЫ»

УПРАЖНЕНИЕ «ПРОГУЛКА ПО ВОЛШЕБНОМУ ЛЕСУ»

ЛЕСОВИЧОК: Стой, посмотри, что ты делаешь?

МАЛЬЧИК: Я? Гуляю! А что?

ЛЕСОВИЧОК: Оглянись и посмотри, что ты натворил!

МАЛЬЧИК: Ну и что? Они все равно некрасивые, да и кому они нужны?

*(Мальчик хочет уйти с поляны, но тут с ним начинают происходить разные неприятности: он натер ногу; порезал руку; начал чихать, кашлять; у него заболела голова и т.д.)*

Лекарственные растения приходят к нему на помощь.

МАЛЬЧИК: Большое вам спасибо! Я не знал, что растения бывают такими полезными.

ТАНЕЦ «ВАЛЬС ЦВЕТОВ»

ФЕЯ ЛЕСА:

У меня есть интересные картинки, давайте-ка, поиграем в игру.

ИГРА «КТО СКОРЕЕ СОБЕРЕТ КАРЗИНКУ»

*(Детям раздают разрезные картинку с различными лекарственными растениями).*

ЛЕСОВИЧОК: А у меня тоже есть игра!

ИГРА «УЗНАЙ РАСТЕНИЕ»

ФЕЯ ЛЕСА:

Молодцы, ребята! Мы сегодня с вами много узнали о пользе растений. И я хочу дать вам наказ, который вы должны помнить. Тогда природа будет вам благодарна!

Ты, дружок,

Смотри, не подкачай!

Правдивым быть и добрым обещаю!

Не обижай ни птахи, ни сверчка!

Не покупай для бабочки сачка!

Люби цветы, леса, простор полей-

Все что зовется Родиной твоей!

ЛЕСОВИЧОК: а на прощанье мы вам приготовили угощенье – травяной чай и вкусное варенье. Угощайтесь на здоровье!

Фея Леса и Лесовичок прощаются с детьми, уходят.