

Конкурс «Семейные экологические проекты».

## Номинация

# «Научно-исследовательские и практические работы и проекты»

Автор: Проценко Иван Сергеевич,  
учащийся 2 «В» класса МБОУ СОШ № 5 имени Котова А.А.  
станции Шкуринской

# "Древнейшая аптека"

Руководитель: Прядко Надежда Владимировна, учитель начальных классов  
МБОУ СОШ №5 имени Котова А.А.  
станции Шкуринской, Кущёвского района

Оглавление:

1.Введение. Постановка проблемы. ....	3
2.Поиск информации. ....	4
3.Спросим у взрослых.....	4-6
4.Посмотрим справочник.....	6-11
5.Анкетирование учащихся.....	12-13
6.Заключение.....	13
7. Приложение:.....	14-18
-фото, стихи, загадки.	
8.Список использованной литературы:.....	19

## **1. Введение. Постановка проблемы.**

С наступлением зимы мы стали чаще болеть: появился кашель, насморк, боли в горле. Лекарства пить не любим.

И у меня возникла идея: выздороветь мне помогут лекарственные растения. Я понял, что мне необходимы дополнительные теоретические сведения и решил заняться поиском нужной информации.

Цель данной работы:

-изучить свойства растений,

-уточнить какие лекарственные растения произрастают в нашем дворе и доме и выяснить: могут ли растения заменить лекарства, облегчить состояние человека во время болезни.

В рамках достижения данной цели мной были поставлены следующие задачи:

1. Изучить научную литературу по теме моего проекта.
2. Провести исследование и выяснить, в каких случаях приносят пользу лекарственные растения человеку.
3. На основе исследования сделать соответствующие выводы.

В ходе решения вышеуказанных задач, были использованы следующие методы исследования:

- опрос и наблюдение;
- анкетирование учащихся;

## **2 . Поиск информации.**

Моё исследование началось с посещения библиотеки. Просмотрев книги о лекарственных растениях, я увидел такие, которые есть у нас дома и решил составить план своей работы.

1. Узнать, что такое лекарственные растения?
2. Какие правила сбора и обработки лекарственных растений существуют?
3. Живут ли в нашей станице люди, которые увлекаются лекарственными травами.

## **3 . Спросим у взрослых**

*Что такое лекарственные растения?*

Лекарственные растения - это, пожалуй, самый старый метод лечения. Не только наши прабабушки заваривали чай и делали настои, но и самые первые знахари использовали их в своих настоях. Также хочу заметить, что травы в основном эффективны против несерьезных заболеваний: простуды, коликов в животе, головной боли и подобных. Но для более серьезного анализа болезни и выявления возможных скрытых заболеваний нужно всегда обращаться к врачу.

Я посетил аптеку станицы Шкуринской и узнал, что там продают не только таблетки, но и лекарственные травы, которые растут даже в нашей местности: подорожник, одуванчик, шиповник, пастушья сумка и др.

*Правила сборки лекарственных растений.*



Количество полезных веществ, которые содержатся в лекарственных растениях разные по своему содержанию и может колебаться, поэтому сбор лекарственных растений надо производить в момент, когда в них содержится наибольшее количество полезных веществ. Для каждого вида существует свой календарь сбора лекарственных растений.

Почки следует собирать во время ранней весны, когда они набухают и до момента их распускания. Почки сосны следует срезать с ветки острым ножом, а очень мелкие можно срезать вместе с веткой.

Сбор лекарственных растений должен проходить при сухой погоде и в тот момент, когда сойдёт роса. Только в таких условиях, когда будет производиться последующая сушка, удастся сохранить их натуральный цвет и защитить их от самонагрева. В правилах сбора лекарственных растений говорится, что сбор листьев, обычно, делают перед самым цветением.

Цветки надо собирать, когда они полностью распустятся или у них откроются бутоны. Сбор лекарственных растений надо производить в период их полного цветения или во время их бутонизации. Надо срезать у трав всю надземную часть до уровня нижнего листа. Те растения, у которых лист жёсткий, к примеру, череда или полынь, цветущие верхушки и листья надо собирать отдельно.

Когда полностью закончится процесс созревания и в соответствии с календарём сбора лекарственных растений, собирают семена и плоды. Можно собирать и немного недозревшие, к примеру, шиповник, но в том случае, если плоды начинают осыпаться, становятся мягкими и начинают при полном сборе, мяться. Сочные

плоды надо собирать вечером или утром, потому что днём, при сильной жаре, они очень быстро испортятся.

Правила сбора лекарственных растений для коры имеют некоторые отличия. Кору следует собирать с деревьев, когда наступит процесс повышенного соковыделения и до момента распускания листьев. Технология сбора коры не очень сложная. Надо сделать два надреза ножом в виде полукольца, а затем соединить двумя надрезами вдоль, и сдирать кору по частям. Кору надо снимать с ветвей и со стволов, а у некоторых деревьев, таких как дуб – лишь с ветвей.

*Живут ли в нашей станице люди, которые выращивают лекарственные растения?*

В нашем селе есть семьи, которые увлекаются лекарственными растениями. Так моя бабушка выращивает комнатные лекарственные растения. Она рассказала и показала растения, которые выручают её при недугах. Оказывается, лекарственные растения не только целители здоровья, но и являются шедевром кулинарного искусства.

Правильно приготовленная еда приумножает силу и бодрость, позволяет экономить энергию, необходимую для творческого труда.

#### **4 . Посмотрим справочник.**

С незапамятных времён человек использовал растения для лечения самых различных заболеваний. Лекарственные растения неоднократно прославлялись даже в стихотворной форме. Например, поэма X века «Ода из Мена» описывает лечебные свойства более 100 лекарственных растений. Также известно изречение средневекового учёного, философа и врача Авиценны: «Три оружия есть у врача: слово, растение, нож» Интересные сведения об использовании целебных свойств растений можно найти в памятниках древнейшей культуры – санскритской, древнееврейской, китайской, греческой, римской. Обширный материал о применении лекарственных растений был обнаружен при исследовании папируса, найденного в XIX веке немецким египтологом Георгом Эберсом, - «Книги приготовления лекарств

для всех частей тела». В ней содержится целый ряд рецептов, которые применяли древние египтяне для лечения многих заболеваний. Они использовали различные мази, примочки, микстуры, которые имели сложный состав заболеваний человека. В медицине Древнего Китая можно найти упоминания о многих, которые происходят от порчи «соков организма», поэтому для лечения рекомендовались кровопускания, рвотные и другие средства, в том числе использовалась большая группа лекарств растительного происхождения. «Если посмотреть вокруг взглядом врача, ищущего лекарственные средства, то можно сказать, что мы живём в мире лекарств...», - гласит одна из заповедей древнебуддийской медицины. Научная медицина начинает своё развитие со времён знаменитого врача Древней Греции Гиппократ (460-377 г.г. до н.э.). В своей врачебной деятельности он широко использовал многочисленные растительные препараты. Гиппократом описано 36 видов растений, признанных древнегреческой медициной в качестве лечебных средств. В Древней Руси применение растений для лечебных целей нашло своё отражение в замечательном памятнике древнерусской культуры «Изборнике Святослава» (1073 г.). В этой рукописи много места уделяется описанию растений которыми в то время пользовались для получения лекарственных средств. Для лечения внутренних и наружных заболеваний на Руси охотно использовали прикладывание растений и приём их внутрь (например, прикладывали капусту, лён, горчицу, орешник или пили их соки). Наряду с растительными лекарственными препаратами, русский народ с давних времён применял в лечебной практике мёд. Назначался он в чистом виде и в смесях отваром трав, с маслом, уксусом, салом, пивом, печёным луком и с многими другими веществами. Изучению многовекового опыта народов в использовании растений с лечебной целью в нашей стране придаётся большое значение. Успешное изучение лекарственных растений как источника биологически активных веществ позволило получить и широко внедрить в медицинскую практику целый ряд новых высокоэффективных лечебных препаратов.

## Алоэ.



В какие времена появилось алоэ, невозможно установить. Но известно, что уже в древности алоэ украшали дом, потому что считали его чудодейственным и волшебным. В качестве лекарственного средства алоэ использовали для бальзамирования усопших, а позже использовали алоэ для лечения ран, ожогов и опухолей. Сегодня вниманием современной медицины пользуются средства из алоэ, названные биогенными стимуляторами. Наибольшую известность из них получил водный экстракт листьев алоэ.

А народная медицина издавна применяет алоэ для лечения заболевания дыхательных путей и в качестве укрепляющего организм средства. В рецептах народной медицины рекомендуется смесь из 1,5 литра сока листьев алоэ (растение, перед тем, как срезать, не поливают две недели), 1,25 кг майского меда и 3,5 литра кагора. Смесь помещают в бутылку из темного стекла, настаивают в течение 5 дней в темном месте. Применяют длительное время по 1 чайной ложке 3 раза в день до еды.

Лучшее место для алоэ – солнечное окно. В природе алоэ может достигать 20 метров в длину и цвести желтовато-красными цветами с сильным запахом. В условиях России алоэ почти не цветет, из-за чего его прозвали столетником (цветет один раз в сто лет), размножается стеблевыми отпрысками и семенами. Старые растения алоэ с длинными голыми стеблями можно омолодить. Для этого нужно срезать верхушку алоэ,

подсушить ее в течение 1-2 недель и посадить в чистый влажный песок. Принявшуюся верхушку алоэ затем можно пересадить в горшок.

А вот простые способы применения чудодейственных свойств алоэ в домашних условиях в рецептах народной медицины:

- Свежий сок алоэ пьют при невралгии, радикулите, головной боли, желудочных заболеваниях. Чтобы лекарство было вкуснее, сок алоэ смешивают с сахаром, вином и медом.

- При насморке сок алоэ закапывают в нос по 3 капли в каждую ноздрю.

- Для того, чтобы кожа долго оставалась молодой и красивой, протирайте каждый день перед сном лицо листиком алоэ.

- Можно сделать такую маску из алоэ: 5-10 грамм ланолинового крема соедините с 5-7 граммами сока алоэ и 5-10 граммами растительного масла. Размешайте и теплую маску нанесите массирующими движениями на влажную кожу. Через 10-15 минут снимите маску теплой водой.

- Если кровь идет носом, в течение 15 дней съедайте перед едой по кусочку листа алоэ, длиной 2 сантиметра.

- Этот же рецепт можно применять для укрепления иммунитета.

- А еще алоэ способно заживлять раны. Слегка надрежьте толстый лист алоэ, выдавите гелеобразный сок на больное место. Боль от пореза утихнет, словно по волшебству, а ожог заживет за ночь.

## Каланхоэ.



Каланхоэ перистое - травянистое лекарственное многолетнее растение высотой до 1,2 м. Отнесено к семейству толстянковых. Стебель каланхоэ одревесневший в нижней части, мясистый, прямостоячий, ветвистый.

Листья растения толстые, супротивные, сочные, на концах которых развиваются молодые растеньица. Цветки растения трубчатые, зеленовато-розовые, крупные, собраны в метельчатое соцветие на верхушке. Плод растения состоит из 4 листовок. Лекарственное растение каланхоэ перистое цветет нерегулярно, в феврале – марте, но на втором году жизни.

Наружно сок каланхоэ используется при лечении пролежней, ожогов, трофических язв, незаживающих ран. Для этого на поверхности язвы прикладывают смоченную и сложенную в 4-5 слоев марлевую салфетку. Лекарственный сок растения хорошо себя проявляет при комплексном лечении рожистого воспаления, а также при лечении различных заболеваний и поражений глаз. Его также применяют для лечения гингивитов, стоматитов, заболеваний полости рта, нанося в виде аппликаций на слизистую оболочку полости рта. Лекарственные препараты из каланхоэ применяются при трещинах сосков, в лечении ран промежности, эрозии шейки матки, разрывах после родов.

## Календула



КАЛЕНДУЛА, род трав и полукустарников семейства сложноцветных. Св. 20 видов, главным образом в Средиземноморье; растет на морских побережьях, в зарослях кустарников, на скалах. Возделывают календулу лекарственную (ноготки), используемую как дезинфицирующее и успокаивающее средство, а также как пищевой краситель и декоративное растение.

Однолетнее растение. Цветёт с июня до осени. Как лекарственное растение известно давно. Входит в состав нескольких препаратов. Применяют как внутрь, так и наружно как антисептическое, противовоспалительное, ранозаживляющее средство. В народной медицине календула применяется как успокаивающее средство и при бессоннице. Сбор собирать нужно в период цветения. Сушить в проветриваемом помещении. Хранить в плотных ящиках с бумажной прокладкой. Хранить не более 4 лет.

## Одуванчик.



Многолетнее растение с голыми продолговатыми листьями, с коротким толстым корнем. Цветки с желтым цветом. При созревании приобретает цвет белый и круглую форму головки. При ветре шар разлетается по всему полю. Соприкасаясь с землёй семена срastaются в землю и жизнь одуванчика снова продолжается.

Пользу приносит корень одуванчика и листья, цветки. Из цветка варят варенье. Корень и листья приносят пользу здоровью: желчегонное средство, усиливает работу поджелудочной железы.

## 5. Анкетирование.

Чтобы выяснить многие ли знают о лекарственных растениях и их свойствах, лечатся травами, я провел анкетирование среди своих одноклассников – учеников 2 «В» класса. Опрошено 16 человек.

### Опрос.

1. *Видели ли Вы на улицах нашей станицы лекарственные растения?*
  - дома
  - в центре станицы
  - на улицах станицы
  - в школе
  - нет, не встречали
2. *Есть ли у вас дома лекарственные растения?*
  - да, есть.
  - нет.
  - не знаю
3. *Каких лекарственных растений у вас дома больше: комнатных или уличных?*
  - больше комнатных
  - больше уличных
4. *Пользуетесь ли вы лечебными свойствами растений?*
  - да, пользуемся.
  - нет, не пользуемся
  - иногда
  - часто

Результаты опроса.

На вопрос: «*Видели ли Вы на улицах нашей станицы лекарственные растения?*», были получены такие ответы:

Дома– 6

В центре станицы– 2

На улицах станицы– 7

В школе – 1

На вопрос: «*Есть ли у вас дома лекарственные растения?*», были получены такие ответы:

Да, есть– 10

Нет, нет– 3

Не знаю – 3

На вопрос: «*Каких лекарственных растений у вас дома больше: комнатных или уличных?*», были получены такие ответы:

Больше комнатных– 7

Больше уличных – 9

На вопрос: «*Пользуетесь ли вы лечебными свойствами растений?*» были получены такие ответы:

Да, пользуемся– 6

Нет, не пользуемся– 3

Иногда– 2

Часто– 5

## **6. Заключение**

Таким образом, можно сделать вывод, что вокруг нас очень много лекарственных трав, которые помогают человеку. Большинство моих одноклассников знают о лечебных свойствах самых распространённых растений и как они выглядят. Дома, с помощью родителей используют некоторые из них для лечения.

Работая над проектом, я научился работать на компьютере, проводить опыты, делать выводы.

Я и моя семья узнали очень много о лекарственных растениях. Этот проект помог нам узнать лекарственные свойства растений и их пользу. Теперь мы будем чаще обращаться к народной медицине.

## 7. Приложение.



Ой, я заболел.



Поиск информации.



Бабушка знает всё.



Надежда Михайловна рассказала о свойствах лекарственных растений.



Я заинтересован.

**Загадки**

Листочки — парные,  
Цветки — янтарные,  
Плоды — коварные:  
И лечат, и калечат.

**Зверобой**



1. Растет зеленою стеной,  
Ее обходят стороной,  
Колючая и злая дива.  
А как зовут траву? (Крапива)

2. Он сорняк, он цветок,  
От болезни мне помог.  
Как присяду на диванчик,  
Вспомню желтый... (одуванчик)
3. Шарик нежно-голубой,  
Хоть колючий, но не злой.  
И в букете он не плох.  
Кто такой? (Чертополох)
4. Если что-то заболит,  
Даже зверь не устоит.  
С какой же травкой пить настой?  
С чудо-травкой... (зверобой)
5. Расправит свой ажурный листик  
Король всех трав... (тысячелистник)
6. Вдоль дорожек его встретишь,  
Ранки, ссадины излечишь,  
Сорвешь листочек осторожно.  
Кто нас излечит? (Подорожник)
7. Расцветаю всюду смело,  
И порой бывает так:  
вцепляюсь озверело  
В коз, овец и злых собак. (Репей)
8. Сверху листик гладкий,  
Но с байковой подкладкой. (Мать-и-мачеха)
9. Кто любит меня,  
Тот и рад поклониться,  
А имя дала мне  
Родная земляца.  
(Земляника)
10. Своим венчиком лучистым  
Очень нравишься ты нам,  
Синий глаз на ножке твердой  
Затерялся в колосках.  
(Василек синий)
11. Весной растет,  
Летом цветет,  
Осенью осыпается,

Зимой отсыпается.  
А цветок-то, медок,  
Лечит от гриппа,  
Кашля и хрипа. (Липа)

12. У маленькой елочки  
Колкие иголки,  
Шарики сизые,  
Словно бы в инее.  
(Можжевельник)

13. На пустырях и по дорогам  
С соцветьем беленьким сорняк.  
Но изучив все его свойства,  
Вы, может, взглянете не так.  
Кровотечение остановит,  
В Китае он - салат к столу.  
Сорняк живуч: семян так много  
В плоде, похожем  
на суму. (Пастушья сумка)

14. Чернеет лес,  
теплом разбуженный,  
Весенней сыростью объят.  
А уж на ниточках жемчужины  
От ветра каждого дрожат.  
Природой бережно спеленутый,  
Завернутый в зеленый лист,  
Растет цветок в глуши  
нетронутой  
Прохладен, хрупок и  
душист. (Ландыш майский)

Литература:

И.П. Неумывакин « Алоэ. Мифы и реальность».

Н.И. Мазнев « Энциклопедия лекарственных растений».

[www.travnik-01.ru](http://www.travnik-01.ru)

Большая детская энциклопедия: Биология / сост. К. Люцис. М.: Русское энциклопедическое товарищество. 2000.

Всё о комнатных растениях = The House Plant Expert / Пер. с англ. — М.: Кладезь-Букс, 2008. — 256 с.