1. **Зеленая аптека.**
2. Познавательная программа, викторина.
3. Цели и задачи:

* углубить знания учащихся о лекарственных расте­ниях;
* сформировать навыки по сбору лекарственных растений, умения отличать ядовитые растения от неядовитых;
* познакомить детей в игровой форме с немедицин­скими способами лечения простудных заболеваний.
* расширять кругозор в области лекарственных растений.
* воспиты­вать бережное отношение школьников к собственному здоро­вью.

1. Оборудование: презентация, коллекция лекарственных растений, рисунки. Костюмы участников.

**Ведущий 1**. Даже в самых древних памятниках письменности, есть указания на использование человеком целебных свойств растений. Тайной лечебных трав владели в Древнем Египте, Индии, Китае, Греции и Риме, применяли растения для лечения и на Руси. На Ру­си лечение травами известно давно, этим занимались знахари, колдуны. Наибольшее развитие лечение травами получило при Петре I, когда стали создаваться «аптекарские огороды».

Человека изучавшего свойства растений на Руси называли «травниками». От какого слова образовано это название? (Ответы детей.) Изучив лекарственные свойства растений, травники заносили их в особую книгу. Так появились знания о лечебных свойствах растений, которыми мы пользуемся и сейчас. Из известных сейчас на Земле 500 тысяч видов растений более 12 тысяч составляют лекарственные, целебные свойства которых используются в современной научной медицине. (слайд 4)

**Ведущий 2** **ЗЕЛЁНАЯ АПТЕКА**

Если кто-то простудился,

Голова болит, живот.

Значит, надо подлечиться,

Значит, в путь - на огород.

С грядки мы возьмём микстуру,

За таблеткой сходим в сад,

Быстро вылечим простуду –

Снова будешь жизни рад.

Одуванчик, подорожник,

Василёк, шалфей и мята –

Вот «зелёная аптека»

Помогает вам, ребята!

**Ведущий 3**. (слайд 5)

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.

Нужно только не лениться,

Нужно только научиться

Находить в лесу растения,

Что пригодны для лечения.

**Ведущий 4**. Давайте более подробно познакомимся с некоторыми лекарственными растениями. Как вылечить простуду без лекарств.

**Ведущий. 1**

Стоит в лесу кудряшка - белая рубашка, В середине золотая. Кто она такая?

*Появляется Ромашка.* (слайд 6)

**Ромашка**. Это я - Ромашка. Ромашка переводится как «милая простота». Родина моя - Америка. Давным-давно как сорняк я попала вместе с зерном в трюм пароходов, затем по­ехала по железной дороге. В вагонах были щели, и мои семена рассеялись вдоль дороги. А вскоре склоны её покрылись мягкой и ароматной травкой. Так я попала в Россию.

**Ведущий 2**. Милая Ромашка, а чем ты полезна?

**Ромашка.** Если случится тебе простудиться,

Появится кашель, поднимется жар,

Придвинь к себе кружку, в которой дымится

Слегка горьковатый душистый отвар.

*Предлагает отвар.*

*Под музыку появляется Подорожник.* (слайд 7)

**Подорожник**. Это я - Подорожник. Существует легенда о том, как были открыты мои целебные свойства. Лежали на до­роге две змеи, грелись 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 листок подорожника, и через некоторое время они вме­сте скрылись из виду.

С названьем простым и тревожным,

Зовущим за отчий порог,

Невзрачный цветок - подорожник

Растет у российских дорог.

Дороги спешат за курганы,

Дорогам конца не видать,

И важно, что путникам раны

Умеет цветок врачевать.

Листок оторви осторожно

И жгучую боль утоли...

Невзрачный цветок подорожник

Растёт у дороги в пыли.

**Ведущий 3**. Дорогой Подорожник, а чем ты ещё полезен?

Подорожник. Если вдруг зуб заболел, глаза воспалились, сердце болит, дёсны кровоточат - беги ко мне срочно. Я помогу!

*Под музыку появляются Шиповник, Мать-и-мачеха.*

**Ведущий 4**. Вы кто такие? Зачем к нам пришли?

**Растения вместе**. Мы пришли к своим друзьям. Мы тоже лекарственные растения.

**Шиповник**. Где-то в чаще дремучей, (слайд 8)

За оградой колючей,

У заветного местечка

Есть волшебная аптечка.

Там красные таблетки

Развешаны на ветке.

Меня зовут царём кустов

За цвет и запах моих цветков.

Хоть куст мой зелёный

Вас ранить готов,

Но я помогу всем больным

И тем, кто здоров.

**Ведущий 1**. Но как ты, Шиповник, можешь помочь?

**Шиповник**. Пейте для профилактики мой настой. Он очень вкусный и полезный, в нём содержится витамин С. И то­гда гриппом вы болеть не будете

.*Мать-и-мачеха выходит вперед.*

**Мать-и-мачеха**. Сверху листик гладкий, но с байковой подкладкой.

**Ведущий 2** . Знаем! Ты - Мать-и-Мачеха!

**Мать-и-мачеха.** Если кашель вас замучил, воспаленье началось, (слайд 9)

Подружись со мной скорее, обещаю: всё пройдёт!

**Ромашка**. Как хорошо, что все вместе мы собрались на этой полянке! Давайте танцевать.

*Танцуют все растения, а на полянке появляется девочка. Она гуляет, не замечая, как топчет растения, толкает их.*

**Ведущий** 3. Стой! Посмотри, что ты делаешь!

**Девочк**а. Я? Гуляю! А что?

Ведущий 3. Оглянись и посмотри, что ты натворила!

**Девочка**. Ну и что? Они все равно некрасивые, да и кому они нужны!

*Хочет уйти с полянки, но тут с нею начинаются неприят­ности: натёрла ногу, начала чихать, кашлять, заболела голова, поднялась температура. Появляется мама девочки и поёт на мотив песни из м/ф «Бременские музыканты».*

**Мама**. Что ты, доченька моя, побледнела?

Иль головка у тебя заболела?

Надо, надо обратиться к врачу...

**Девочка**. Ой, к врачу я не хочу!

*Появляется доктор Пилюлькин.*

**Мама.** Осмотрите мою дочь вы внимательно.

И поставьте ей диагноз обязательно.

Ну, а я ее потом полечу...

**Д е в о ч к а.** Ятаблеток не хочу!

**Пилюлькин.** Здравствуйте, ребята!

Что случилось?

Что болит?

Есть и йод, и вата, и пилюли!

**Девочка**. Боли, доктор, в голове,

Помогите, доктор, мне.

Не хочу я даже сладость -

Вот какая везде слабость!

**Пилюлькин.** Сейчас осмотр проведу,

Чем смогу - тем помогу,

Ручки слабые, ножки тоже.

Так. На что это похоже?

Ну-ка рот открой пошире:

Раз, и два, и три, четыре.

Зубы все пока на месте.

Посоветуемся вместе...

*Советы-реплики от ребят.*

1. Надо дать ей таблетки! (слайд 10\_
2. В нос закапать из пипетки!
3. Надо выпить порошок!
4. Антибиотиков мешок!
5. Надо дать ей микстуру!
6. Справку дать от физкультуры!

**Пилюлькин**. Нет, ребята, в этом вы совершенно не правы!

Ваши знания видны,

Но таблетки ей вредны!

Организм ваш молодой –

Сам он справится с бедой.

Только чуда вы не ждите –

Себе сами помогите;

А помощников не счесть!

Травы лечащие есть!

Отвари и пей, когда

Подойдёт к тебе беда.

**Пилюлькин**. А ещё, девочка,

Баня с паром, кипятком,

Веником и лежаком!

**Девочка.** Нет! Сегодня я уже купалась!

Без ушей чуть не осталась!

**Пилюлькин**. Нет так нет! (слайд 11)

Тогда скорей

Чая с мёдом ты попей!

Иль с вареньем из малины,

Или с соком из рябины.

У природы есть секрет,

Как быть здоровым много лет.

**Девочка**. Вот спасибо, доктор, вам!

Каждый должен думать сам,

Как здоровье сохранить

И болезни победить.

Простите меня, пожалуйста, растения, ведь всё это от моего незнания!

*Лекарственные растения приходят к девочке на помощь, у неё всё перестаёт болеть.*

**Ведущие 4** проведем практикум. (слайд 12-13) Демонстрация способов лечения и профилактики:

- *ингаляция* (отвар из трав или картофельный отвар с до­бавлением масел): по пояс раздеться и укрыться полотенцем так,

чтобы не только дышать, но и прогреть грудную клетку, а потом обязательно принять тёплый душ;

1. *пропаривание* в воде с горчичным порошком: лучше па­рить руки, а не ноги, а чтобы это не было скучно, положить в таз игрушки;
2. *витаминный салат*из лука.

**Ведущий 4**. Чтобы вы все не только посмотрели и послу­шали, но и запомнили, возьмите с собой рецепты, которые под­скажут, как ещё можно лечиться без лекарств.

*Раздаёт с Пилюлькиным взрослым и детям отпечатанные рецепты.*

**Ведущий 1**. Не забывайте, что все лекарства «зелёной апте­ки» применяют только по назначению врача. Для того чтобы лекарственное растение при заготовке не потеряло своих лечеб­ных свойств, необходимо соблюдать определенные правила. (слайд 14 15)

**Памятка сборщика**

*правил по сбору лекарственных растений. (Одно верно назван­ное правило оценивается в 1 балл.)*

ПАМЯТКА СБОРЩИКУ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

1. Лекарственные растения собирают в солнечную, сухую погоду: листья и стебли - во время цветения, цветы - в начале цветения, плоды - в период полного созревания, корни - осе­нью.
2. Нельзя собирать пыльные, грязные, больные растения.
3. Не собирают растения около дорог и промышленных предприятий.
4. Нельзя брать лекарственные растения в рот, так как мно­гие из них ядовиты.
5. Нельзя растения выдёргивать, их нужно срезать ножом. Корни надо выкапывать.
6. Сушить лекарственные растения нужно без промедления в хорошо проветриваемом месте.
7. Лекарственные растения можно самим выращивать на огородах и пришкольных участках. Это, например, ромашка, шалфей, валериана, тысячелистник, пустырник.
8. В природе встречаются растения, которые нельзя нюхать, брать в рот, рвать. Они ядовиты!
9. Растительные яды в малых дозах используются как лекар­ство.

Ведущий. Очень часто некоторые растения мы видим в первый раз, некоторые из них могут быть ядовитыми; для того чтобы обезопасить себя, запомните три правила:

**Незнакомые растения НЕЛЬЗЯ:**

1. рвать
2. нюхать
3. брать в рот

**Ведущий 2** Может быть ребята, вы знаете, какие части используют в растениях для лечебных целях? (слайд 16-20)

1. Одуванчик ле­карственный
2. Ромашка аптеч­ная
3. Подорожник большой
4. Чистотел боль­шой
5. Тысячелистник обыкновенный

**ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ (ответ)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Растение | Какую часть используют | | Применение в медицине |
| 1. Одуванчик лекарственный | | Лист Корень | Содержит много витаминов, улучшает аппетит, лечит ожоги, выводит вредные вещества, лечит заболевания желудка |
| 2. Ромашка аптечная | Цветки | | Противовоспалительное средст­во, полоскание и промывание ротовой полости, волос |
| 3. Подорожник большой | Листья | | Заживляет раны, помогает при ушибах |
| 4. Чистотел большой | Надземную часть | | Лечение кожи, туберкулёза |
| 5. Тысячелистник обыкновенный | Надземную часть | | Кровоостанавливающее, зажив­ление ран |

**Ведущий 3.** Викторина Полезные свойства растений

*Командам раздаются карточки с изображением растений, задается вопрос. Необходимо поднять карточку с изображени­ем того растения, о котором идёт речь. (За каждый правиль­ный ответ -1 балл.)*

**Вопросы:**

1. Порошок из корней, какого растения используют для улуч­шения аппетита? *(Одуванчик лекарственный.)*
2. Настой из листьев, какого растения используют для при­жигания бородавок? *(Чистотел большой.)*
3. Это растение используют для остановки кровотечения. *(Тысячелистник обыкновенный.)*
4. Если вас укусила пчела или вы поранили ногу, лист, какого растения вы используете? *(Подорожник большой.)*
5. У вас болит горло, - какое растение вы будете использо­вать для полоскания рта? *(Ромашка аптечная.)*
6. Из листьев этого растения готовят салат. *(Одуванчик ле­карственный.)*
7. Это растение используют для приготовления чая, который обладает успокаивающим действием. *(Ромашка аптечная.)*

**Ведущий 4**. Многие растения, которые растут у нас на ого­роде, обладают лечебными свойствами.

*Необходимо отгадать загадки, назвав растение, о котором идет речь. (Один верный ответ - 1 балл.) Изображения расте­ний закреплены не стенде.*

**Загадки:**

Эти разные листочки  
Лечат сердце, лечат почки.  
Улучшают аппетит,  
Боль прогонят, где болит.  
Быстро смывают веснушки,

И лысины нет на макушке. *(Петрушка.)*

. Этот плод - аптека наша,  
Из него полезна каша,  
Семечки - деликатес,

И глистам - противовес.

Диетическое блюдо -

От болезней всех, как чудо! *(Тыква.)*

Овощ этот очень крут!  
Убивает всех вокруг.  
Помогут фитонциды  
От оспы и чумы,

И вылечить простуду

Им тоже сможем мы! *(Лук.)*

5. В бордовых корнеплодах  
Лекарство от запоров.  
Давленье понижает

И кровь оздоровляет.

Салат от ожиренья,

А сок - от воспаленья. *(Свёкла.)*

Листья - будто кружева,  
Украшенье для стола.  
Повышают аппетит,  
Придают здоровый вид.  
Круглый год лечение,

И всё от воспаления. *(Укроп.)*

Ведущий 4. Если хочешь быть здоров,

Обойтись без докторов

-Ешь почаще лук, чеснок,

Ведь от них большущий прок!

Если ты поранил ногу,

Не тревожься, не реви,

Подорожник на подмогу

Ты к себе скорей зови!

Молодцы, ребята! Мы сегодня много рассказали, поиграли. *Я* надеюсь, что наше встреча не пройдёт бесследно для вас. Вы обо всём, что запомнили, расскажете дома родителям. А о чём вам хочется рассказать? *(Ответы детей.)*

Лекарственные растения можно собирать в природе, это - целая наука, их можно купить в аптеке. *Демонстрируется коллекция лекарственных растений.*

Приложение Презентация. Коллекция лекарственных растений*.*