Методические рекомендации для воспитателей по организации работы тематической тропинки

«Природа –лекарь»

как условие формирования экологической культуры дошкольников

Подготовила Кукора И . М

«Чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные: заменить их нельзя ничем»

Академик Н. Амосов.

Цель: познакомить с лекарственными травами родного края и областью их применения

Задачи:

1. Развитие речи обучающихся, кругозора, познавательного интереса.
2. Воспитание бережного отношения к природе родного края.
3. Воспитание интереса к народной медицине, прививать основы здорового образа жизни.

Формы и методы работы с детьми, на тропинке могут быть разнообразными. Например: проведение комплексных занятий, закрепление материала, знакомство с природными объектами, игры, театрализованные занятию практическая деятельность, исследовательская работа. При организации работы с детьми следует учитывать объекты, которые есть на каждой из точек. Во время походов и экскурсий по экологической тропе можно проводить и это будет эффективно различные меры.

Дети дошкольного возраста проявляют огромный интерес к природе. Нет ни одного объекта или явления, к которому они оставались бы равнодушными. Задача воспитателя - развивать и направлять этот интерес, учить детей внимательно наблюдать за явлениями живой и неживой природы, воспитывать деятельную любовь к ней, умение заботиться о растениях. Постоянное наблюдение невозможно без организации в ДОУ развивающей природной среды, которая выступает фактором экологического воспитания дошкольников. Формы организации, методы и приемы ознакомления с природой самые разнообразные, выбор их зависит от воспитательно-образовательных задач, возраста детей, условий произрастания растений. Так в нашем детском саду было организованна тропинка «Природа –лекарь», где дети знакомятся с лекарственными растениями, их характерными особенностями, полезными свойствами. У детей развивается познавательный интерес - они охотно участвуют в наблюдениях. Наблюдая, как из семечка вырастает растение, узнавая, как оно может помочь своими целебными свойствами, ребенок учится

беречь и любить природу, видеть ее красоту и неповторимость, понимать значимость лекарственных растений для человека. Приобретенное в детстве умение узнавать в простой травке под ногами лекаря и помощника ведет к активизации познавательной деятельности, расширяет знания детей.

Перечень лекарственных растений нашего огорода и их целебные свойства

Объекты для наблюдения.

Ромашка аптечная - обладает успокаивающим, противовоспалительным, антимикробным, обезболивающим действием. Применяют для улучшения аппетита, воспалении горла, десен.

Подорожник – обладает противоспалительным, ранозаживляющим, обезболивающим действием. Применяют при заболевании органов дыхания, свежие листья прикладывают к ранам, порезам.

Смородина черная – применяют для лечения желудочно-кишечных заболеваний, сердечнососудистой системы, для поднятия иммунитета.

Календула лекарственная – обладает противоспалительным, бактерицидным, ранозаживляющим действием. Используют при лечении ран, порезов, для полосканий при воспалении дыхательных путей.

Мята перечная - обладает спазмолитическим, болеутоляющим, антисептическим действием. Улучшает аппетит, снимает нервное возбуждение.

Крапива двудомная.

Русское название происходит от древнерусского слова коприна – шёлк. Из крапивы получали волокно для выработки тканей.

У русского народа крапива пользовалась известностью как верное средство против нечистой силы – ведьм и русалок.

Известна она как пищевое растение. Из её листьев готовят супы, салаты. Не один раз благодаря своей питательности она выручала народ в тяжёлые годы испытаний

Как лекарственное растение крапива известна давно. Рекомендуют её при воспалении лёгких, кровотечениях, нарывах, ранах.

«Одна крапива заменит семерых врачей», - говорит народная мудрость.

Применяют её как ранозаживляющее, при застарелом кашле рекомендуют отвар корней крапивы в сахарном сиропе.

Настой из листьев крапивы используют для полоскания горла при ангине, а так же для укрепления волос.

Стебли и листья крапивы покрыты множеством жгучих волосков.

Ромашка аптечная.

Русское название произошло от латинского «romona» - «римская» и заимствовано из польского языка. В литературе её образ ассоциируется с образом скромной красоты, отзывчивости, доброты и стойкости.

На Карпатах существовало поверье, что весной, едва пригреет солнышко, снежинки со склонов гор превращаются в ромашки, а в начале зимы ромашки

Ландыш (Convallaria majalis L.) относится к семейству спаржевых, нуждается в охране, принадлежит к роду многолетних трав. Ландыш майский произрастает в Северной Америке и Евразии, в лесах. Его можно встретить в европейской части СНГ, кроме Крайнего Севера. Произрастает в поймах рек, между кустарниками, во всех лесах.

Ландыш представляет собой лекарственное средство, но при этом каждая часть цветка является ядовитой. С 16 века культивируется в качестве декоративного цветка. Цветки белого цвета с сильным и приятным запахом изящно свешиваются, собраны в поникающей кисти, в мае раскрываются. Цветение длится 15-20 дней.

Тонкое подземное корневище возле верхушки оснащено несколькими низовыми листьями небольшого размера и бледного оттенка; они полускрыты в почве. За этими листками находится два крупных, цельных широколанцетных листа. Между этими листьями наверху корневища располагается крупная почка. Плодом является оранжевая ягода с семенами практически шаровидной формы. Высота растения 25-30 см.

Ландыш **не цветёт первые 2-3 года**. Лишь потом на корневище появляется почка, которая даёт весной побег.

Растение является очень ценным для срезки и зимней выгонки. Кроме того, ландыш является особенно ценным лекарством для лечения сердечно-сосудистой системы.

Цикорий

Цветёт цикорий долго — с конца весны до середины осени. Встречается на лугах, пустырях, опушках, у дорог и жилья.

Народные названия: придорожная трава, синий цветок, дозорный дорог, ждущее растение. Давайте поразмышляем, за что цикорий получил свои народные названия? (Ответы детей). Украинцы называют цикорий «Петрів батіг». Батіг — это такой кнут. По легенде, Апостол Пётр согнал прутиками насекомых-вредителей с хлебных колосьев, после чего бросил их на обочину у поля. Из этих прутиков и вырос цикорий. Оттого, будто бы и растёт он с тех пор возле дорог.

А свое научное название «цикориум» растение получило от двух греческих слов - «иду» и «нетронутое место, поле». И действительно, цикорий в основном растет на окраинах полей.

превращаются в снежинки.
Лекарственные свойства.
Ромашка – древнейшее и популярное у многих народов лекарственное средство. Считалось, что ромашка по нежности действия недалека от розы.
В русской медицине она пользовалась особой любовью об этом говорят её народные названия: маточная трава, румяна, купальница. Применяют её как успокаивающее, мочегонное, противопростудное средство.
Наружно для полосканий при заболевании полости рта. Цветки ромашки также применяются как противовоспалительное средство при желудочных заболеваниях, обладает противоаллергическим действием.
Цветки ромашки применяются в косметике для придания светлым волосам золотистого оттенка.

Подорожник большой.

(семижильник, порезник, попутник, ранник)
Русское название «подорожник», «попутчик» связано с местообитанием его у дорог.
Другая группа названий «порезник», «ранник» - даны растению за ярко выраженные ранозаживляющие свойства.
В легенде эти свойства были открыты так. Однажды две змеи грелись у дороги. Вдруг из-за поворота выехала повозка. Одна змея успела уползти с дороги, другую переехало колесо телеги. Люди, сидящие в телеге, увидели, что невредимая змея вскоре вернулась с листком подорожника, которым исцелила пострадавшую. Этот случай и подтолкнул людей на использование подорожника для лечения ран.
Лекарственные свойства.
В народной медицине листья подорожника применяются в виде свежеистолченной массы при длительно незаживающих ранах и язвах.
Применяют его и при заболевании верхних дыхательных путей.
В народной медицине используются листья и трава подорожника при заболевании желудочно-кишечного тракта, гастрита.
Наружный слой оболочки семян слизистый и липкий. Прилипая к обуви человека, копытам и лапам животных, переносятся на далёкие расстояния. Полагают, что именно таким образом подорожник попал в Америку, прилипнув к обуви первых переселенцев. Везде, где поселяются белые люди, вскоре появляется подорожник. Интересно, что его листья накапливают меньше токсических веществ, чем другие растения, живущие вдоль оживлённых трасс.

Черемуха обладает фитонцидными свойствами и принимает активное участие в оздоровлении атмосферы.Ее летучие фитонциды в первые же минуты убивают мошек,мух,комаров,слепней.
Можно занести цветущую ветку в закрытую комнату примерно на полчаса, потом открыть окна и двери для создания сквозняка – все комары и мухи немедленно покинут помещение. Поэтому черемуху справедливо называют **санитаром.**

Но необходимо знать, что лекарственные растения могут заготавливать и делать из них лекарства только взрослые. Дети могут только помогать.

Правила сбора лекарственных растений

1. Хорошо знать лекарственное растение и отличать его от ядовитых растений.
2. Собирать растения лучше в сухую погоду, утром, после того как высохнет роса.
3. Нельзя собирать растения в городе и вблизи дороги. Почему, как вы думаете? (Ответы детей). Растения там отравлены ядами из выхлопных труб транспорта.
4. Сорванные растения складывать в широкую корзину, чтобы не помять их, а то выделится сок.
5. Сушить растения нужно в тени, а не на солнце.
6. Нельзя при сборе топтать соседние растения, нельзя рвать растения с корнем и рвать все до последнего. Почему? (Ответы детей).
7. Не рвать растения, которые занесены в Красную Книгу.

Экскурсии по тропинке проводятся в разные времена года со всеми возрастными группами. Педагоги большое внимание уделяют ознакомлению детей с правилами поведения в природе , ее охране и заботе о ней.

В процессе бесед, наблюдений и проведении элементарных опытов дети учатся понимать, насколько тесно природные компоненты связаны между собой, и как живые организмы зависят от среды обитания. Такой подход позволяет подвести детей к элементарному пониманию проблемы взаимоотношений человека с окружающей средой и последствий деятельности людей.