

Структурное подразделение государственного бюджетного  
общеобразовательного учреждения Самарской области гимназии  
«Образовательный центр «Гармония» городского округа Отрадный  
Самарской области «Детский сад № 13»

**Беседа с детьми подготовительной  
группы  
«Лекарственные растения Самарской  
области»**

Составил:

воспитатель СП ГБОУ

гимназии «ОЦ «Гармония»

г.о. Отрадный «Детский сад № 13»

Храмкова Светлана Николаевна

**г. о. Отрадный**

## **Беседа «Лекарственные растения Самарской области»**

Лечение целебными травами всегда привлекало человека. Ещё древнегреческий врач Гиппократ использовал 200 лекарственных растений, а древний римлянин Гален, который был авторитетом в медицине вплоть до 19 века, использовал в своей практике более 300 препаратов животного и растительного происхождения. Гален рекомендовал из лекарственных растений извлекать полезные вещества в виде настоев, отваров, настоек и мазей. В русской лекарственной терапии издавна для лечения и профилактики заболеваний применялись фруктовые соки, а также соки многих лекарственных трав и растений. Например: берёзы, крапивы, одуванчика, подорожника, пустырника, мать-и-мачехи и др. Издавна используются и ягоды – земляника, клюква, малина, ягоды калины, рябины и др. Существует мнение врачей, что обогащение организма человека витаминами и минералами эффективнее происходит за счет дополнения к пище плодов ягод, овощей, зелени, произрастающих в той местности, где он проживает. Наш Самарский край очень богат лекарственными травами и ягодами. Существует множество растений, которые широко применяются в народной медицине и сейчас.

**Цель исследования:** изучить лекарственные растения которые произрастают на территории Самарской области и узнать о их свойствах

### **Задачи :**

- расширить представления о лекарственных растениях, об их свойствах и пользе, о правилах сбора, хранении и применении

### **Одуванчик лекарственный**

В качестве лекарственного сырья используют и заготавливают корни одуванчика лекарственного. Заготовку проводят или осенью (октябрь) или весной (апрель).

Препараты одуванчика лекарственного обладают желчегонными, диуретическими, спазмолитическими, отхаркивающими, успокаивающими, снотворными, потогонными, слабительными, свойствами. Также установлены противотуберкулезные, противовирусные, фунгицидные, антигельминтные, антиканцерогенные свойства.

### ***Барбарис обыкновенный***

В лекарственных целях используются плоды, листья, кору и корни растения. Корни барбариса предпочтительнее заготавливать ранней весной или осенью, после созревания плодов.

Препараты барбариса обыкновенного обладают противовоспалительным, седативным, желчегонным, мочегонным свойством.

### ***Ромашка аптечная (лекарственная)***

Для лекарственных целей заготавливают соцветия ромашки аптечной на протяжении всего периода цветения, срывая, когда белые язычковые цветки в корзинках расположены горизонтально.

Ромашка аптечная (лекарственная) проявляет широкий диапазон терапевтических свойств. Она обладает противовоспалительным, антимикробным, обезболивающим, потогонным свойством

### ***Календула лекарственная***

Для лекарственных целей заготавливают цветки ноготков (календулы лекарственной), которые уже полностью раскрылись. За лето проводят несколько сборов.

Календула лекарственная проявляет бактерицидные, противовоспалительные, ранозаживляющие, желчегонные, спазмолитические, седативные, кардиотонические свойства. Её препараты повышают секреторную активность желудка и печени, усиливает желчеобразование, улучшает желчеотделение, уменьшает содержание холестерина и билирубина в желчи.

### ***Черёмуха обыкновенная***

Для лекарственных целей используют плоды, цветки, листья и кору молодых ветвей черёмухи обыкновенной. Заготовку плодов проводят после их полного созревания.

Препараты черемухи обладают противовоспалительным, антибактериальным, вяжущим, мочегонным, потогонным, жаропонижающим, противорвотным, свойствами.

### ***Малина обыкновенная***

Для лечебных целей заготавливают плоды и листья малины. Плоды необходимо собирать в сухую погоду, после того, высохнет роса.

Плоды малины обладают потогонным свойством. Чай из сушеных плодов малины или с малиновым вареньем показан при простудных заболеваниях как потогонное средство.

Сушеные плоды малины входят в состав потогонных, витаминных, противовоспалительных, сборов.

### ***Мелисса лекарственная***

Для лекарственных целей заготавливают листья мелиссы лекарственной. Заготовку проводят до начала цветения, так как в этот период в листьях содержится максимальное количество эфирного масла.

Мелисса лекарственная обладает успокаивающим, спазмолитическим, ветрогонным, противовоспалительным, мочегонным, болеутоляющим свойствами.

### ***Лопух большой***

Корень лопуха, а также листья и плоды лопуха используют в качестве лекарственного сырья. Заготавливают корни растения, которое ещё не цвело (первого года жизни) в сентябре - октябре.

Препараты корня лопуха обладают мочегонными, потогонными, желчегонными, дезинфицирующими свойствами.

### ***Трава чистотел большой***

В качестве лекарственного сырья заготавливают траву чистотела большого во время цветения.

Чистотел обладает спазмолитическим, желчегонным, бактерицидным, мочегонным, слабительным, седативным, обезболивающим свойствами.

### ***Татарник колючий***

Для лечебных целей используют и заготавливают цветочные корзинки и верхнюю надземную часть растения (стебли и листья) в период цветения.

Татарник колючий обладает бактерицидным, кровоостанавливающим, ранозаживляющим, мочегонным, дермотоническим, вяжущим, кардиотоническим свойством, суживают периферические сосуды, увеличивают силу сердечных сокращений, повышают артериальное давление.

### ***Берёза повислая (бородавчатая)***

Для лекарственных целей заготавливают почки, молодые листья, сок (иногда кору) берёзы. Сок заготавливают ранней весной, когда начинается движение сока (весенний "плач"). Почки заготавливают, когда они становятся набухшими, листья - когда они ещё клейкие (апрель - начало мая).

Препараты берёзы обладают мочегонным, желчегонным, противовоспалительным, спазмолитическим, антивирусным, отхаркивающим, ранозаживляющим, противопаразитарным свойствами.

### ***Трава бессмертник песчаный***

Для лекарственных целей используют соцветия (цветочные корзинки) бессмертника песчаного.

Бессмертник песчаный обладает желчегонным, спазмолитическим, противовоспалительным, антибактериальным, диуретическим, кровоостанавливающим, слабым седативным свойствами.

### ***Рябина черноплодная (арония)***

Для лекарственных целей используют плоды аронии черноплодной.

Черноплодная рябина обладает гипотензивным, спазмолитическим, мочегонным, желчегонным, противовоспалительным, капилляроукрепляющим свойствами, а также понижает уровень холестерина в крови, стимулирует систему гомеостаза.

### ***Липа сердцелистная***

Для лекарственных целей используют цветки липы (соцветия с прицветниками).

Цветки липы сердцелистной повышают потовыделение, диурез, увеличивают секрецию желчи и улучшают её отток в двенадцатиперстную кишку, усиливают выделение желудочного сока, немного уменьшают вязкость крови, оказывают лёгкое седативное действие на центральную нервную систему.

### ***Облепиха***

Колючий кустарник с узкими длинными листьями и плодами ярко-оранжевого цвета. Свое название получила из-за большого количества ягод, плотно прилегающих к ветке.

Является очень ценным растением, содержащим целый "букет" витаминов. Такой витаминный состав в растениях встречается очень редко.

О способах лечения облепихой написаны целые книги. Болезни, которые можно вылечить с ее помощью, не перечислить. Препаратами можно вылечить самые различные внутренние хронические заболевания - воспаление желудка, кишечника, колит. При гепатите очень полезен свежий сок.

Облепиховое масло улучшает память, снижает уровень холестерина, защищает от воздействия радиации и препятствует росту опухолей. С его помощью лечат трофические язвы, псориаз, пролежни и ожоги.

### ***Мать - и – мачеха***

Помогает при простудных заболеваниях, бронхитах, бронхиальной астме. Капли из ее отвара вылечат самый сильный насморк.

При раздражении желудка очень полезен теплый, несладкий чай, заваренный из листьев мать-и-мачехи.

При заболеваниях кожи ее прикладывают к фурункулам, нарывам и язвам.

### ***Валериана – лекарственная***

Особым лечебным действием наделен корень этого растения.

Настойки употребляются при слабости организма, бессоннице, стрессовых состояниях, мигрени, тахикардии.

С ее помощью лечатся некоторые заболевания печени и щитовидной железы

### ***Шиповник***

Его плоды - бесценный источник витаминов.

Избавит от авитаминоза, анемии и заболеваний печени.

Поможет при серьезной простуде, бронхите и воспалении легких.

Маслом шиповника можно вылечить серьезное заболевание кожи - псориаз, а женщинам, мечтающим о похудении, с помощью его отвара сделать это будет очень легко

### ***Мята перечная***

Мята очень полезное растение. Но, к сожалению, далеко не каждый человек осведомлен о всех ее полезных свойствах.

Мята поможет при изжоге, всевозможных воспалениях, болях в сердце, при пищевых и алкогольных отравлениях.

Мятное масло устраняет мышечные боли, возникшие после тяжелой физической нагрузки, а так же используется для лечения позвоночника.

Ее отвар снимает зубную боль и зуд от укуса насекомых.

Мятные капли прекратят тошноту и головокружение.

### ***Подорожник***

Неприглядная на вид травка знакома всем с детства. Кто из нас не прикладывал его листик к разбитой коленке?

Это натуральное лекарство, благосклонно подаренное жителям земли природой.

Рекомендуется применять при язве желудка, болях в кишечнике.

Как отхаркивающее средство при бронхите и туберкулезе.

Как укрепляющее средство при дизентерии и поносе.

Наружно - при укусах пчел, фурункулах и открытых ранах.

### ***Медуница лекарственная***

Широко применяется в фитотерапии при заболевании легких и кровохарканье.

Отвар этой травы пьют при головных болях и нервных заболеваниях.

Она улучшает состав крови, лечит почки и мочевой пузырь.

Измельченным сырьем присыпают раны, чтобы остановить кровотечение, а сок медуницы используют в онкологии.

### ***Девясил***

Лечебными свойствами обладают его корневища.

В народе считается, что он может излечить девять самых серьезных заболеваний.

Оказывает большую помощь при желтухе, водянке, задержке мочи, малокровии.

Он полезен при аритмии, варикозном расширении вен и атеросклерозе, рекомендован при импотенции и болезненных месячных.

Укрепит иммунитет и защитит от вируса гриппа

### ***Чабрец***

Чемпион среди пахнущих растений, его запах забыть невозможно. Свежим растением лечат кожные заболевания.

Уменьшает отеки, заживляет раны, снимает боль.

Чай полезен при любом виде кашля, пневмонии и коклюше.

Растирка поможет снять мышечные боли, а ванна восстановит силы и очистит кожу.

### ***Шалфей***

Трава долголетия, способствующая быстрому выздоровлению при многих заболеваниях. Многолетнее растение с многочисленными стеблями. Листья серебристо-зеленого цвета, покрытые легким ворсистым налетом, цветет многочисленными фиолетовыми цветами, собранными в соцветия.

Он незаменим для поддержания хорошего самочувствия. В лекарственных целях используют листья, собранные во второй половине лета.

Улучшает память, помогает бороться с депрессией, повышает работоспособность. Положительно влияет на работу пищеварительной системы, снимает кишечные колики