

## Лекарственные растения с описанием для детей



И в зарослях лесных,  
В полях, и на лугах,  
Где все для сердца мило,  
Где чистым воздухом так сладостно дышать.  
Есть в травах и цветах  
Целительная сила,  
Для всех умеющих  
Их тайну разгадать.  
(Р. Рождественский)

Когда мы болеем, то не всегда нужно бежать за таблетками в аптеку. Нас окружает много растений, которыми можно лечиться. Растения, которые используются для лечения разных заболеваний, называются **лекарственными**. Какие растения относятся к лекарственным?  
Многие лекарственные растения известны детям с самого детства. Это: одуванчик, ромашка, крапива, подорожник, мать-и-мачеха, ландыши, липа.  
Рассмотрим наиболее известные для детей растения.

## Крапива двудомная

# Крапива



Слово произошло от древнерусского слова «копрена» — шелк. Из крапивы получали волокно и изготавливали ткани.

Раньше крапиву считали средством для изгнания нечистой силы.

В трудные годы крапива очень выручала людей. Ее употребляли в пищу, готовили супы, салаты. Как лекарственное растение известна давно. Народная мудрость гласит: **«Одна крапива заменит семерых врачей».**

Применяют крапиву при воспалении легких, кровотечениях, полощут горло, используют для укрепления волос.

Стебли и листья крапивы покрыты жгучими волосками. Эта особенность растения отражается в **загадках и пословицах.**

С ним возиться, что в крапиву садиться.

Хоть не огонь, а жжется.

Какую траву и слепой узнает?

Растет зеленою стеной,

Ее обходят стороной,

Колючая и злая дива,

А как зовут траву?

*(Крапива)*

## Ромашка аптечная



В поле сестрички стоят,  
Желтые глазки на солнце глядят,  
У каждой сестрички —  
Белые реснички  
(Ромашка)

Название произошло от латинского «*gemma*» — римская, заимствована из польского языка. В литературе ее образ ассоциируется с образом скромной красоты и доброты.

### Описание ромашки

Ромашка аптечная цветет с мая до сентября. Растет повсюду: на полях, у дорог, возле жилища человека.

### Лекарственные свойства ромашки.

Применяют как успокаивающее, противовоспалительное, мочегонное средство.

Отваром ромашки полощут горло, используют как противовоспалительное средство при желудочно-кишечных заболеваниях. Применяют как косметическое средство, отвар ромашки придает светлым волосам золотистый оттенок.

### Как заготавливают ромашку?

Собирают цветы в сухую погоду, сушат в хорошо прогреваемом солнцем помещении, рассыпав тонким слоем на ткани или бумаге.

## Одуванчик лекарственный



Это растение знакомо детям с детства. Кто не любит собирать желтые одуванчики, плести из них венки? Это многолетнее растение семейства сложноцветных.

Цветут долго, образуя за сезон много семян.

Когда цветут одуванчики, кажется, что дети солнышка спустились на землю и покрыли ее красивым ковром.

Одуванчик очень похож на солнышко.

Одуванчик используют давно в лечебных целях. Его называют «эликсиром жизни» не зря: все части растения полезны. И корни, листья, цветы.

Из цветов одуванчика делают варенье, похожее на мед. Из листьев можно готовить весной полезные салаты.

### Салат из одуванчика:

100 г листьев одуванчика; 90 г зеленого лука; 25 г петрушки;  
15 г растительного масла; 1 вареное яйцо; соль, перец по вкусу.

Выдерживаем листья одуванчика в соленой воде 30 минут, измельчаем, добавляем зелень, масло, украшаем вареным яйцом.

Одуванчик обладает потогонным, жаропонижающим и отхаркивающим свойствами.

## Подорожник



Растет у дорог. Его русские названия «подорожник», «попутчик». Еще его называют «порезник», «ранник» — за ранозаживляющие свойства.

В медицине применяются листья для заживления ран, порезов. Также используют при укусах пчел, ос и даже змей. Свежеистолченная масса из листьев подорожника предупреждает появление отека. Используют подорожник при заболеваниях верхних дыхательных путей, при гастрите, заболеваниях желудка.

Семена у подорожника липкие, прилипают к обуви человека, к лапам животных и разносятся на большие расстояния.

Вдоль дорожек его встретишь,  
Ранки ссадины излечишь,  
Сорвешь листочек осторожно.

Кто нас излечит?

*(Подорожник)*

## Мать-и-мачеха

# Мать-и-мачеха



Я знаменита не цветами,

А обычными листьями:

То твердыми, холодными,

То мягкими и темными.

Название растение получило по строению листа. Снизу они белые, пушистые, мягкие, как материнские руки. Сверху зеленые, холодные — как мачеха.

Многолетнее растение, семейства сложноцветных, с прямыми стеблями, покрытыми буроватыми чешуевидными листьями.

На стебле желтые цветы.

Издавна растение использовали как лекарственное. Мать-и-мачеха — медоносное растение. И это первые весенние цветы, которые радуют нас.

### Загадка

Сверху листик гладкий,

Но с байковой подкладкой

*(Мать-и-мачеха)*

У растения используют и цветки, и листья. Применяют при кашле, для укрепления иммунитета, как потогонное средство.

## Иван-чай или кипрей

### Иван-чай



В древности из его стеблей вили веревки, называли его «дикий лен». Хороший медонос. Заваривают его как чай. Используют при болезни почек, как успокоительное средство.

## Пастушья сумка

### Пастушья сумка



Повсюду растет это растение как сорняк. Плод треугольный стручок похож на сумку пастуха.

Настой применяют при кровотечениях.

На пустырях и по дорогам

С соцветьем беленьким сорняк.

Но изучив все его свойства,

Вы, может, взглянете не так.

Кровотеченье остановит,

В Китае он — салат к столу.

Сорняк живуч: семян так много

В плоде, похожем на суму.

*(Пастушья сумка)*



## Мята



Добавляют ее в чай. В мяте много полезных свойств. Приятный аромат, охлаждающий вкус. Настойки из мяты успокаивают.

Вкусен чай и ароматен,

С ней он легок и приятен:

Листочки сорваны, помяты.

Что ты вдыхаешь? — Запах...(*мяты*)

## Календула или ноготки



Что за странные цветки  
Под названьем ноготки?  
Так похожи на ромашки —  
Все в оранжевых рубашках?  
(Календула)

Обладает отхаркивающим, мочегонным, потогенным средством.  
Календулой полоскают горло при стоматитах и ангине.

## Ландыш



Занесен в Красную книгу. Хрупкий, красивый и ароматный цветок. Но будьте осторожны. Ландыш — ядовит.

Ландыш — весьма полезное растение. Из него готовят сердечные и успокоительные капли. В народной медицине ландыш применяют, но нужно советоваться с врачом, потому что он небезопасен.

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

## Зверобой

# Зверобой



Это невысокое многолетнее растение с прямым тонким стеблем. На листьях светлые точки, похожие на дырочки. Растение так и называется зверобой продырявленный.

Эти клеточки хранят эфирные масла.

На веточках — соцветия желтых цветов с бальзамическим запахом.

Цветет зверобой с июня по август. Растет на лугах, полях, по склонам берегов.

Содержит каротин и витамин С. Полезное для человека растение.

Еще его называют «божья трава», лечит от 99 недугов. Почему не 100? Зверобой нельзя применять больным с опухолями.

Настой травы применяют при заболеваниях желудка, для полоскания горла, пьют как чай.

Если что-то заболит,

Даже зверь не устоит.

С какой же травкой пить настой?

С чудо-травкой...

(Зверобой)

## Лопух



Неприхотливое растение, растет повсюду. Просто замечательный сорняк. Дети из его плодов лепят фигурки. Лопух еще называют репейником.

В медицине используют и корни лопуха, и его листья. Из них готовят отвары, настои, экстракты и лечат разные заболевания: гастрит, запоры, геморрой, остеохондроз, стоматит.

Листья лопуха прикладывают к больным суставам. Отваром из лопуха укрепляют волосы.

## Как правильно собирать лекарственные травы?

Сборщики лекарственных растений заготавливают целебные травы. Благодаря наблюдательности людей, народной мудрости, травы применяют для лечения заболеваний. Но травы еще нужно правильно собирать. Детям нужно об этом сказать:

- Ни в коем случае нельзя собирать травы возле дорог, т.к. они впитывают в себя вредные выхлопные газы и пользы от них не будет, только вред.
- Лекарственные растения нужно собирать только в ясную и сухую погоду.
- Нельзя пробовать растения на вкус.
- Каждый вид растений собирают отдельно.
- После сбора растений вымыть руки с мылом.
- Не рвать растения без надобности.

Растения растут повсюду и иногда мы их просто не замечаем, хотя они и имеют большое значение для человека.

Детей нужно учить бережно относиться к природе, ведь без травинки, цветочка, нам будет плохо.

И вот еще одно хорошее **стихотворение о пользе растений**.

### Запоминалочка

В ней перечислены основные свойства растений

Лечит мята невралгию,  
А свекла — гипертонию.  
Земляника гонит соль,  
А шалфей — зубную боль.  
Арбуз кушай при нефрите,  
А бруснику — при артрите,  
Чтобы было больше сил,  
Не забудь про девясил  
Клюква вылечит цистит,  
Редька кашель и бронхит.  
Головную боль — калина,  
А простуду — чай с малиной.  
Печень подлечи рябиной,  
Сердце — мятой и калиной  
Чтоб не ведать диабета,  
Топинанбур ешь все лето,  
Астму вылечи исопом,

Мочевой пузырь — укропом.  
Раны, язвы, геморрой —  
Подорожником промой  
Коль отеки у тебя —  
Хвощ полей и семя льна.  
Мажь мозоли чистотелом.  
А веснушки — тертым хреном,  
Зверобой не забывай,  
Чай с ним чаще потребляй  
Пей шиповника настой,  
Будешь бодрый, молодой.

### **Вывод**

1. Лекарственные растения помогают людям вылечиться от болезней.
2. Из лекарственных растений делают лекарства.
3. Лекарственные растения нужно охранять и не рвать их без надобности.

### *Уважаемые родители!*

Интересно и познавательно можно рассказать детям о полезных лекарственных растениях, которые часто встречаются. Прочитать стихи, отгадать загадки о лекарственных растениях. Дети их запомнят и будут относиться бережно, зная о пользе, которую приносят растения.