

## Педагогический проект «В мире лекарственных растений»

**Гаврильева Оксана Павловна,**

учитель русского языка и литературы МОБУ «Хатасская СОШ  
имени П.Н. и Н.Е. Самсоновых», г. Якутск

*С давних времён растения активно применялись различными народами для лечения болезней. Интерес к лекарственным растениям повышается с каждым годом. Это объясняется тем, что лекарственные препараты из растений наиболее безопасны и обладают слабо выраженным побочным влиянием. Все выдающиеся мыслители и педагоги прошлого придавали большое значение природе, как средству воспитания детей. Я.А. Каменский видел в природе источник знаний, средство для развития ума, чувств и воли. К.Д. Ушинский был за то, чтобы «вести детей в природу», чтобы сообщать им всё доступное и полезное для их умственного и словесного развития.*

### Цель проекта:

- обогатить знания детей о лекарственных растениях родного края;
- показать их значение для здорового образа жизни людей;
- расширить языковой запас по теме «В мире лекарственных растений».

### Задачи:

- расширить представления детей о лекарственных растениях, об их свойствах и пользе, о правилах сбора, хранении и применении;
- развивать познавательную активность, в процессе формирования у детей представлений о лекарственных растениях;
- развивать экологическое мышление в процессе исследовательской, творческой деятельности детей;
- повысить интерес детей к экологическому образованию и к экологии в целом;
- воспитывать бережное отношение к родной природе, к своему здоровью;
- составить картинный словарь лекарственных растений;
- оформить календарь сбора и хранения лекарственных растений;
- создать книгу рецептов лекарственных растений;
- научить правильно собирать и хранить лекарственные растения;
- создание школьной стенгазеты в компьютерном варианте.

**Новизна исследования** заключается в том, что разработана методическая модель языкового лагеря, направленного на развитие речи через деятельностный подход в условиях двуязычия республики Саха (Якутия), которая представляет собой теоретически и методически обоснованную форму работы, целесообразность которой проявляется в её результатах.

### Основными методами исследования

являются изучение литературы, определение видов лекарственных растений, сбор лекарственных трав, сушка, хранение, фотографирование, работа на компьютере, работа со словарями.

**Теоретическая значимость исследования** состоит в том, что описан видовой состав лекарственных растений на территории с. Хатассы.

**Практическая значимость исследования** заключается в освоении методики сбора лекарственных растений в соответствии со сроками заготовки, оформлении календаря сбора и хранения лекарственных растений, в изготовлении гербариев с целью составления списка видов лекарственных растений на территории с. Хатассы, в составлении картинного словаря и книги рецептов лекарственных растений.

**Апробация работы.** Основные положения и результаты исследования разработаны и экспериментально проверены на базе МОБУ «Хатасская СОШ имени П.Н. и Н.Е. Самсоновых ГО «город Якутск».

**Участники:** учащиеся 5–7-х классов.

### Раздел I. Требования к уровню подготовки учащихся

**Видовой состав лекарственных растений на территории с. Хатассы ГО «город Якутск».**

В окрестностях села Хатассы лекарственные растения встречаются на лесных полянах и опушках, по берегам озёр и на вырубках, в долине реки Лена и в сопках. Все травы мы собирали вдали от автомобильных дорог в местности «Алаас», на Табагинской сопке и на острове «Улуу». В процессе сбора мы узнали, что в окрестностях нашего

села растут такие лекарственные растения как берёза, сосна, лиственница, боярышник, шиповник иглистый, чёрная смородина, красная смородина, бузина, черёмуха обыкновенная, малина, богородская трава, брусника, вероника седая, ветреница лесная, герань луговая, горошек мышиный, земляника, кровохлебка лекарственная, одуванчик лекарственный, пижма обыкновенная, подорожник большой, полынь горькая, тысячелистник обыкновенный, полынь горькая, иван-чай, курильский чай, подмаренник настоящий.

Наблюдения позволили нам распределить виды лекарственных растений, произрастающих в окрестностях села Хатассы по жизненным формам (табл. 1).

Видовой состав лекарственных растений Села Хатассы исследован пока не полностью. И изучение будет продолжено.

Используя книгу «Лекарственные растения Якутии» под редакцией Б.И. Иванова, мы описали лекарственные растения, которые произрастают на пришкольной территории с. Хатассы ГО «город Якутск».

### **Тысячелистник обыкновенный — *Achillea millefolium* L**

Семейство сложноцветные — Compositae (Asteraceae).

Многолетнее травянистое растение с ползучим, шнуровидным корневищем, от которого отходят подземные побеги. Стебли прямые, высотой 20–80 см, пушистые. Пластинка листа ланцетовидная, продолговатая, длиной 3–15 см, шириной 0,5–3 см, снизу с точечными железками, дважды или трижды не до самого основания перисторассечённая с многочисленными (15–30) значительно отставленными первичными долями, имеющими 9–15 зубчатых долек. Общий стержень листа плоский, с узкой каймой. Корзинки собраны на верхушке стебля в щетинки. Обёртки продолговатые, яйцевидные, тупые, гладкие или слегка опушенные, с перепончатым, нередко буроватым краем. Язычковых цветков 5, они белые, редко

розовые, тычиночных цветков 14–20, они обоеполые. Завязь нижняя, одногнездная. Семянки плоские, продолговатые серебристо-серые, длиной 1,5–2 мм. Цветёт с июня до конца лета.

## **Раздел II. Методика сбора лекарственных растений**

Лечебное действие растений тем эффективнее, чем полнее сохранено природное сочетание действующих начал.

Растение и их части можно собирать только незагрязнённых местах. Следует избегать сбора трав вблизи или 100 м от дороги.

При сборе трав выбирают растения, не поражённые болезнями или вредителями. Большое значение при сборе лекарственных растений имеют фаза вегетации и время суток.

Собирают травы во время цветения в хорошую сухую погоду, когда растения обсохнут от дождя и росы. Лучше всего собирать лекарственные травы с 8 до 9 и с 16 до 17 часов. Лекарственные корни обычно моют, их можно собирать при росе или в дождь.

Корни растений обычно моют, поэтому их можно собирать при росе или в дождь.

При сборе лекарственных растений следует ориентироваться на сроки сбора (приложение № 1).

Собирают только те части, в которых накапливается максимальное количество биологически активных веществ.

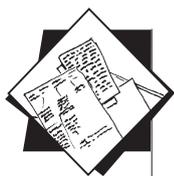
Ранней весной собирают набухшие, но ещё не растрескавшиеся почки. Тогда же собирают кору деревьев. Для этого используют молодые ветки, на ветке делают два продольных разреза, соединяют их кольцевыми надрезами на расстоянии 20–30 см и снимают кору в виде желобков. Сушат кору на чердаках, в хорошо проветриваемых помещениях.

Листья собирают в период бутонизации или цветения растений, заготавливают без черешков. Сушку производят как

Таблица 1

Распределение видов лекарственных растений по жизненным формам

№	Жизненная форма	Число видов	
		Абсолютное	%
1	Дерево	3	11%
2	Трава	17	61%
3	Кустарник	7	28%
	Всего:	27	100%



на воздушных сушилках, так и на огневых.

Травы заготавливают в начале цветения, однолетние растения с тонкими корнями заготавливают целиком.

Цветки и соцветия собирают в начале цветения. Соцветия срезают с цветоножкой не длиннее 1–3 см., ощипывают и обрывают цветоножки. Сушат немедленно.

Плоды и семена заготавливают при полном созревании. Корни, корневища, клубни, луковицы собирают в период отмирания надземных частей.

Сушить следует так, чтобы прямые солнечные лучи, роса, дождь не попадали на сырьё. На солнце можно сушить лишь плоды, семена, корни с корневищами. Сушильные помещения должны хорошо проветриваться. Их оборудуют простейшими стеллажами, на которые натянута марля.

Каждый вид сырья сушится отдельно. На 1 квадратном метре раскладывают от 1,5–2 кг свежесобранных листьев, цветков; до 3–4 кг травы, плодов, корней. Два раза в день сырьё перемешивают.

Лекарственные растения развешивают на вешалках или связывают шпагатом в пучки по 3–5 см.

При сушке сырья на огневых сушилках соблюдают определённые температурные режимы:

- 35–40 °С — сырьё, содержащие эфирные масла;
- 50–60 °С — содержащие гликозиды, алкалоиды, дубильные вещества;
- 80–90 °С — с высоким содержанием витамина С.

Хранить сырьё необходимо в сухих, чистых, хорошо проветриваемых помещениях.

В целях **сохранения** определённых видов растений необходимо придерживаться следующих правил:

1) оставлять на обсеменение часть цветков, плодов, а также целые растения в шахматном порядке;

2) не собирать редкие и исчезающие лекарственные растения.

### **Раздел III. Сбор гербариев, составление картинных словарей и календаря сбора и хранения лекарственных растений**

Мы собирали растения для гербариев с целью составления списка видов лекарственных растений на территории с. Хатассы.

**Методика сбора гербариев** включает в себя:

- описание правил сбора гербариев растений;
- описание оборудования и техники работы с ним;
- правила выбора растений для гербария;
- правила процедуры сбора;
- правила высушивания;
- правила монтирования;
- правила хранения гербариев,

При оформлении календаря сбора и хранения лекарственных растений мы опирались на книгу отличника здравоохранения, жительницы села Баяга Таттинского улуса Клары Петровны Токумовой «Целебная сила природы».

При составлении картинных словарей лекарственных растений мы разделили растения на три группы: деревья, кустарники, травы. Получилось три словаря:

- 1) картинный словарь лекарственных растений (кустарники и кустарнички);
- 2) картинный словарь лекарственных растений (деревья);
- 3) картинный словарь лекарственных растений (травы).

В словарной статье кроме фотографии и названий включены статьи о лечебных свойствах лекарственных растений. Например:

#### ***Применение и лечебные свойства***

Препараты герани применяют в народной медицине как вяжущее, при женских болезнях, дизентерии, желудочно-кишечных заболеваниях, при лечении злокачественных опухолей, респираторных инфекциях, волчанке, болезни бери-бери, ревматизме, бессоннице, эпилепсии. В Средней Азии отвар корней применяют при кровохаркании, как вяжущее, гемостатическое, запирающее. В тибетской медицине герань Власова используется при пневмонии, при лечении глазных болезней, экземе. Свежий сок растения — при болезнях ушей. Можно свернуть листочек в виде трубочки и заложить в ухо на ночь. Очень эффективен настой герани при отложении солей любой локализации (остеохондрозе, мочекаменной болезни).

В эксперименте препараты листьев герани оказывают ингибирующее действие на опухоли.

#### ***Приготовление***

Для **настоя** берут 20 г листьев и цветков, заливают кипятком, настаивают на водяной кипящей бане 15 мин, охлаж-

дают 45 мин, процеживают, доводят до 200 мл. Принимают по 2 ст. ложки 2–4 раза в день.

Для **отвара** 15 г корней заливают 180 мл кипятка, настаивают на водяной бане 30 мин, охлаждают 10 мин, процеживают, доводят до 180 мл. Принимать

следует по 1 ст. ложке 3 раза в день после еды.

Свежий **сок** цветков и листьев герани в замороженном виде применяют для массажа лица, особенно для женщин от 50 лет и дальше. Разглаживаются морщины, и улучшается цвет кожи. 📷

## Календарно-тематический план

### 1 неделя.

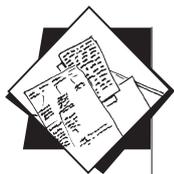
**Тема: «Как правильно собирать, хранить лекарственные растения?»**

Дни недели	Содержание
Понедельник	Организационный сбор. Знакомство. Деление на творческие группы. Беседа о лекарственных растениях родного края. Составление календаря сбора и хранения лекарственных растений
Вторник	Беседа «Как собирать растения для гербария?» Знакомство с компьютерными программами <a href="http://fotorama.tk/collage">fotorama.tk/collage</a> ; <a href="http://fotolab.ga">fotolab.ga</a> ; <a href="http://photoshop.camtasia.com.ua">photoshop.camtasia.com.ua</a> ; <a href="http://fotor.com">fotor.com</a> . Сбор трав для гербария и для хранения. Фотографирование. Выработка алгоритма работы на якутском, русском языках
Среда	Сбор трав для гербария и для хранения. Составление презентаций по группам «Лекарственные деревья», «Лекарственные кустарники», «Лекарственные травы». Защита на русском и якутском языках
Четверг	Сбор трав для гербария и для хранения. Составление картинного словаря лекарственных растений. Защита на русском и якутском языках
Пятница	Сбор трав для гербария и для хранения. Оформление коробок для лекарственных растений
Суббота	Выставка, подготовка презентации и защита своих работ, комментирование своих действий. Анализ недели: чему научились, что узнали, что получилось, что не получилось. Подвижные игры на свежем воздухе

### 2 неделя

**Как делать гербарий?**

Дни недели	Содержание
Понедельник	Посещение библиотеки. Что такое гербарий? Работа в Интернете. Оформление гербария
Вторник	Оформление гербария. Оформление коробок для лекарственных растений. Комментирование своих действий на русском и якутском языках
Среда	Работа над книгой рецептов. Комментирование своих действий на русском и якутском языках
Четверг	Работа над книгой рецептов. Комментирование своих действий на русском и якутском языках
Пятница	Защита своих работ: обоснование выбора, комментирование своих действий. Анализ недели: чему научились, что узнали, что получилось, что не получилось
Суббота	Экскурсия на природу. Купание. Фотографирование пейзажа и отдельных предметов: дерева, реки, неба, воздуха, травы, погоды, насекомых, птиц, животных



### 3 неделя.

#### «Летние каникулы + компьютер = школьная газета»

Понедельник	Беседа об экскурсии. Обмен впечатлениями. Анализ фотографий. Презентация школьной газеты. Знакомство с рубриками и жанрами газетных статей. Составление общего плана газеты: что будет в нашей газете?
Вторник	Интервью. Обучение брать интервью. Индивидуальные задания – интервью «Как ты проводишь каникулы?» по телефону, при личной беседе с ребятами и руководителями других лагерей. Оформление своей работы в программе Word на компьютере
Среда	Проблемная статья. Обучение написанию проблемной статьи. Выбор проблемы. Опрос отдыхающих, родителей, руководителей. Написание статьи, редактирование. Оформление своей работы в программе Word на компьютере
Четверг	Фоторепортаж. Обучение фотографированию, навыкам фоторепортажа. Выбор темы. Фотографирование. Оформление своей работы в программе Word на компьютере
Пятница	«На досуге» Составление кроссвордов, викторин, загадок, смешных историй. Оформление своей работы в программе Word на компьютере. Оформление и редактирование школьной газеты
Суббота	Заккрытие сезона. Приглашение родителей. Выставка работ. Творческий отчёт ребят

### Литература

1. Боголюбов А.С. Методика сбора гербариев. М., 1998. 21 с.
2. Лекарственные растения Якутии / под ред. Б.И. Иванова. Якутск: Бичик, 2016. 96 с.
3. Токумова К.П. «Целебная сила природы». Якутск: Бичик, 1999. 104 с.