

Муниципальное автономное учреждение культуры  
«Межпоселенческая центральная библиотека»  
муниципального района Туймазинский район  
Республики Башкортостан  
Центральная детско – юношеская модельная библиотека

# «ПОЛЯНКА ЗДОРОВЬЯ»

ИГРА - ЗНАКОМСТВО С  
ЛЕКАРСТВЕННЫМИ ТРАВАМИ



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  
(Вс. Рождественск





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, липа.**



ПРЕДСТАВЛЯЕМ ВАШЕМУ  
ВНИМАНИЮ:

наиболее известные  
для детей растения:







# ПОИГРАЙКА





Какую траву и  
слепой узнает?  
Растет зеленою  
стеной,  
Ее обходят  
стороной,  
Колючая и злая  
дива,  
А как зовут траву?





# Крапива двудомная

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.





**В поле  
сестрички стоят,  
Желтые глазки  
на солнце  
глядят,  
У каждой  
сестрички —  
Белые реснички.**





# Ромашка аптечная

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

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.





На лужайке, возле  
леса,  
Расцвели цветочки.  
Желтые, как  
солнышко.  
На зеленой ножке.  
А как только  
подрастут  
Шапочки наденут -  
Мягкие, воздушные -  
Ветерку послушные!





# ОДУВАНЧИК

Одуванчик используют давно в лечебных целях. Его называют «элексиром 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.





Вдоль дорожек его  
встретишь,  
Ранки, ссадины  
излечишь,  
Сорвешь листочек  
осторожно.  
Кто нас излечит?





# 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.





**Я знаменита не  
цветами,  
А обычными  
листами:  
То твердыми,  
холодными,  
То мягкими и  
темными.**





# Мать-и-мачеха

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

Издавна растение использовали как лекарственное.

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

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





**Пахучим  
сладким цветом  
Ты каждый год  
цветешь.  
И мед свой  
жарким летом  
Ты пчелам  
отдаешь.**





# ЛИПА

Цветки липы  
применяют при  
ОРВИ  
(симптоматическое  
лечение),  
ангине, бронхите,  
простудных  
заболеваниях

Наружно липу применяют  
при ожогах, язвах, при  
воспалении геморроидальных  
узлов, ревматических и  
подагрических болях в  
суставах, при экземе,  
рожистых воспалениях,  
фурункулах.

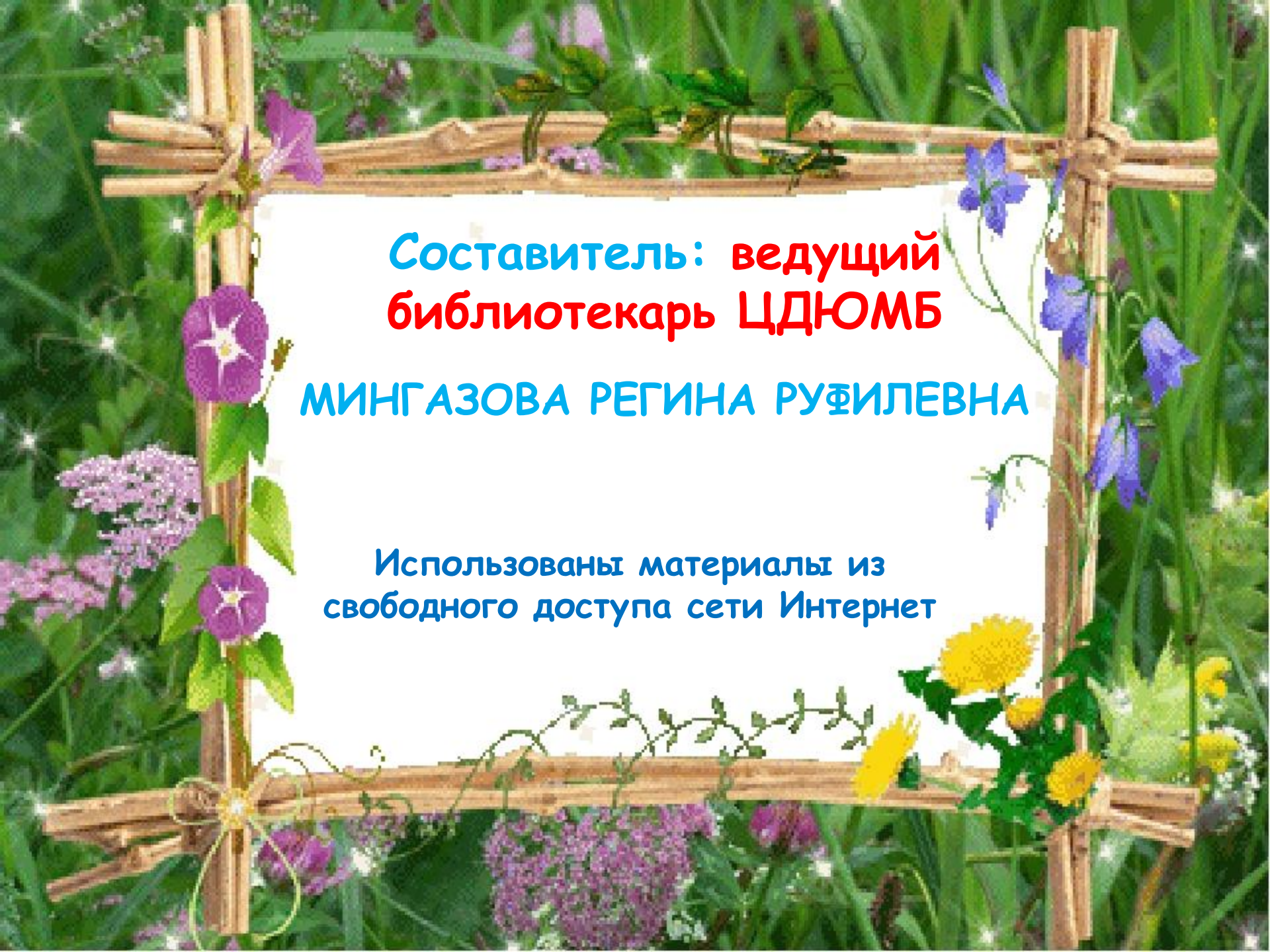




**Травам нужно  
поклониться  
И навечно в них  
влюбиться,  
Трав лекарственных запас  
Помогает в трудный час.**







**Составитель: ведущий  
библиотекарь ЦДЮМБ**

**МИНГАЗОВА РЕГИНА РУФИЛЕВНА**

Использованы материалы из  
свободного доступа сети Интернет