




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Центр образования № 4»  
(МБОУ «Центр образования №4»)

Согласована с заместителем директора  Михеева Е.Ю.	Принята решением педсовета протокол № 10 от «30»08.2019г.	«УТВЕРЖДАЮ» Директор МБОУ «Центр образования № 4»  Белов Ю.Н. 
---	---	---

*Дополнительная общеразвивающая программа*

**«Зеленая аптека»**

**направленность: естественнонаучная**

**возраст учащихся: 8-9 класс (14-15 лет)**

**срок реализации: 1 год (35 часов)**

**автор - Шелехова Галина Павловна,  
учитель биологии  
высшей квалификационной категории**

**Новомосковск, 2019 г.**

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КРУЖКА:

1. «Всё о лекарственных растениях», сборник, Москва,издательство «Дрофа», 2009г.
2. Большая медицинская энциклопедия.
3. «Лечение без лекарств», издательство «Ридерз Дайджест», 2011г.
4. Периодическая печать.
5. Материалы и методическая литература разных лет кабинета биологии и школьной библиотеки.

Содержание программы предполагает использование в обучающем процессе межпредметных связей с курсами биологии, химии, географии, что способствует формированию системных знаний у школьников пониманию взаимосвязи процессов и явлений.

**Цель:** познакомить учащихся с различными группами лекарственных растений, правилами их сбора и заготовки.

### **Ожидаемые результаты**

#### Обучающиеся должны знать:

- морфологические особенности лекарственных растений;
- основные биологические активные вещества лекарственных растений;
- направления использования лекарственных растений в соответствии с характером заболевания;
- перечень мероприятий по охране лекарственных растений;
- редкие виды лекарственных растений;
- ядовитые растения;
- технологию заготовки лекарственного растительного сырья.

#### Обучающиеся должны уметь:

- определять наиболее распространенные лекарственные растения;
- правильно собирать, сушить и хранить лекарственное растительное сырье;
- составлять простейшие сборы лекарственных растений для профилактики и лечения наиболее распространенных заболеваний;
- использовать комнатные лекарственные растения и садово-огородные лекарственные культуры;
- применять лекарственные растения в косметологии (для укрепления волос, ногтей, уходу за кожей и др.);
- осуществлять простейшие мероприятия по охране лекарственных растений;
- составлять календарь сбора лекарственных растений;

### **Задачи:**

- формирование у учащихся потребности в здоровье и сознательном отношении к нему;
- формирование системы знаний о лекарственных растениях
- обучение школьников умению самостоятельно пополнять знания по вопросам химического состава лекарственных растений, влияние экологических факторов на произрастание лекарственных растений и их химический состав.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Предлагаемый кружок направлен на изучение некоторых малоизвестных, любопытных фактов из жизни растений, об их важнейших свойствах, об оздоровительной особенности растительного мира, о способах приготовления лекарственных средств.

Основной акцент – на ценность дикорастущих растений, т.к. они неотъемлемая часть родной природы, которую надо любить и беречь.

### **1. ВВЕДЕНИЕ. 4 часа**

1. Биологические и экологические свойства растений.
2. Оздоровительные и лечебные факторы растений.

### **2. ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА СБОРА**

#### **И СУШКИ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ. 2 часа.**

1. Календарь сбора лекарственных растений.
2. Общие правила сушки лекарственного сырья. Упаковка и хранение лекарственных растений.

### **3. ОСНОВНЫЕ СВЕДЕНИЯ**

#### **О ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЯХ И ИХ ПРИМЕНЕНИИ. 20 часов.**

Информация о конкретных лекарственных растениях, их лечебных свойствах, составе, способах применения.

### **4. ПРЯНЫЕ И ВКУСОВЫЕ РАСТЕНИЯ. 6 часов.**

Информация о пряных растениях, их составе, лечебных свойствах, применении.

### **5. ИСТОРИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ. 3 часа.**

Применение лекарственных растений. Рецепттура и применение травяных чаев.

Преподаватель:

Шелехова Г.П.



**КАЛЕНДАРНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КРУЖКА  
«ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА»(35 часов)**

Номер урока	Наименование тем и уроков	Кол-во часов
<b>I. Введение</b>		
1	Биологические экологические свойства растений	1
2	Понятия об ароматерапии, фитотерапии и натуротерапии	1
<b>II. Основные правила сбора и сушки лекарственных растений.</b>		
3	Календарь сбора лекарственных растений.	1
4	Эфирные масла растений. Понятие о натуропатии.	1
5	Упаковка и хранение лекарственного сырья.	1
<b>III. Основные сведения о лекарственных растениях и свойствах эфирных масел.</b>		
6	Лекарственные растения Тульского края.	1
7, 8	Лекарственные свойства древесных форм: березы, дуба, сосны, липы. Кустарники: бересклет, боярышник, черемуха, калина, шиповник, малина.	2
9, 10, 11	Травянистые формы лекарственных растений: мать-и-мачеха, зверобой, ромашка, одуванчик, чистотел, лапчатка, вероника лекарственная, горец змеиный и другие.	3
12	Эфирные масла. Применение ароматерапии. Общие сведения.	1
13, 14, 15	Ароматические масла растений. Розмарин, лаванда, роза, герань, жасмин, сандал, эвкалипт, пихта, фенхель, лимон, апельсин, мята. Применение в домашних условиях.	3
16, 17	Косточковые масла. Персиковое, миндальное, малиновое, абрикосовое. Применение в домашних условиях.	2
18, 19, 20, 21, 22	Доврачебная помощь при различных заболеваниях: ОРЗ, ангина, грипп, бронхит, насморк, травмы (ушибы, растяжения), головная боль, невротические реакции, боли в животе, боль в ухе. Симптоматическое лечение. Симптомы, при которых необходимо обращаться к врачам.	5
23, 24, 25	Применение ароматерапии и натуротерапии в косметических целях. Маски для жирной и нормальной кожи, очищение кожи, маски для волос. Уход за руками.	3
<b>IV. Пряные и вкусовые растения</b>		
26, 27	Здоровое питание – залог долголетия. Плюсы и минусы диет. Вегетарианство. Сыроедение.	2
28, 29	Пряности. Вкусовые добавки. Механизм действия. Лечебные свойства пряностей.	2
30, 31	Самые полезные продукты. Как сохранить витамины в готовых блюдах.	2
<b>V. История лекарственных растений</b>		
32	Как лечились древние и древнейшие люди.	1
33, 34	Врачи средневековья. Знахари. Шаманы.	2
35	Нетрадиционная медицина наших дней.	1