

БЕСЕДА НА ТЕМУ: «УЧИТЬСЯ ПОСТИГАТЬ КРАСОТУ РОДНОЙ ПРИРОДЫ»

ЗАДАЧИ: раскрыть величие и красоту природы как источника гражданских чувств и творческой деятельности; развивать эстетическое восприятие природы, способность видеть и чувствовать ее красоту как гармонию форм, красок, запахов, звуков; воспитывать экологическую культуру, активное, действенное и бережное участие в сохранении и улучшении природы.

ХОД ПОДГОТОВКИ:

1. Предложить детям во время прогулки в лес, в парк, в поле выполнить следующие задания
 - прислушайтесь к звукам природы, проследите за изменением цвета неба, воды, поля, леса, обратите внимание на поведение птиц, насекомых и других представителей животного мира;
 - рассмотрите полевой или лесной цветок, не срывая его. В чем вы видите его красоту? Обратите внимание на цветовую гамму, на количество лепестков, на их симметричность. Каково соответствие формы цветка, длины стебля, размеров листьев? Как сочетается окраска цветка с общей цветовой гаммой окружающей среды? Зарисуйте цветок;
 - вспомните стихи, прозаические отрывки, созвучные вашим чувствам;
 - найдите причудливые сухие ветки, корневища. На что они похожи? Подумайте, как можно изобразить в рисунке шум ветра, запах цветов, журчание ручья, пение птиц. Принесите свой рисунок на выставку «Таким я вижу мир природы».
2. По материалам экскурсии в природу оформить выставку «Таким я вижу мир природы» (рисунки детей).
3. Дать задание воспитанникам выучить стихи, прозаические отрывки или вспомнить свои любимые поэтические произведения о красоте природы.
4. Подобрать записи музыкальных произведений: П.И.Чайковский. «Времена года», «Зимние грезы»; М.П.Мусоргский. «Вступление к опере «Хованщина» «Рассвет на Москве-реке»; Н.А.Римский-Корсаков. «Полет шмеля»; Р.Вагнер. «Шелест леса»; Ф.Лист. «Шум леса»; Э.Григ. «Утро»; К.Дебюсси. «Облака» и др.

ПЛАН-КОНСПЕКТ БЕСЕДЫ

1. Вступительное слово

Единство человека и природы... Всегда ли мы осознаем, как тесно связаны с природой, как зависим от нее? Природа дает нам не только средства труда, продукты питания, здоровье, но и обогащает нас духовно, доставляет своей красотой радость и является источником творческого вдохновения. «Перед человеком, - писал В.А.Сухомлинский, - открылась радость жизни потому, что он услышал шепот листьев и песню кузнечика, журчание весеннего ручейка и переливы серебряных колокольчиков, жаворонка в горячем летнем небе, шуршание снежинок и стон метели за окном, ласковое плескание волны и торжественную тишину ночи...» (Сухомлинский В.А. Письма к сыну. – М., 1979. - С. 62).

Не всем раскрывается эта красота, а только тем, кто может не просто смотреть и слушать, а умеет видеть и слышать, кто пылливо вглядывается в мир, наблюдает и вдумчиво исследует гармонию форм, красок и звуков природы.

Вот как видят природу те, кто ее любит, внимательно наблюдает и изучает.
(Демонстрируются фотографии картин природы).

Черствый и эстетически неразвитый человек ничего не увидит в лесу, кроме деревьев, в реке ничего, кроме воды, в небе ничего, кроме облаков. Вдумчивый, пылливый наблюдатель открывает для себя мир, полный удивительных и неожиданных открытий.

Ребенок читает стихотворение В.Солоухина «В узел связаны нити».

*Вы проходите мимо цветка?
Наклонитесь,
Поглядите на чудо,
Которое видеть вы раньше нигде не могли.
Он умеет такое, что никто на земле не умеет.
Например... Он берет крупинку мягкой черной земли,
Затем он берет дождя дождинку,
И воздуха голубой лоскуток,
И лучик, солнышком пролитой.
Все смешает потом (но где?!),
(Где пробирок, и колб, и спиртовок ряды?),
И вот из одной и той же черного цвета земли
Он то красный, то синий, то сиреневый, то золотой!
Мало этого! Семечко сделает он
Из земли, из воздуха и воды.
Такое, что взять-то никак не возьмешь,
Раскусишь, пощипешь – ничего не найдешь.
А меж тем все заранее спрятано там,
Что присуще живым цветущим цветам:
И корни, и стебель, и лепестки
(И краска припрятана для лепестков),
И способность вырасти именно возле реки
Или именно вдалеке от ее берегов!*

II. Обсуждение результатов наблюдений воспитанников за природой

(кто больше всех услышал звуков в природе, уловил запахов, подметил гармоничные сочетания красок растений, проявил богатство воображения, фантазии).

КОММЕНТАРИИ.

Тот, кто любит природу, наблюдает за ней постоянно. И каждый раз видит удивительные события. Удивление – начало эстетического восприятия природы. Народный артист СССР Сергей Владимирович Образцов считал, что если человек ни разу не удивился тому, как моет муха, если он не потратил ни минуты на то, чтобы проследить, как смотрит щенок, не подметил, сколько у того жизни в глазах, такой человек никогда не поймет ни искусства, ни красоты жизни.

*Блистают звезды, цвет меняют горы,
Снега сползают, розы опадают.
Мне очень жалко тех людей, которых
На свете ничего не удивляет.*

*Рождаются великие творенья.
Не потому ли, что порою где-то
Обычным удивляются явленьям
Ученые, художники, поэты.*

*Я удивляюсь и цветам, и птицам,
Хоть мне их не понять, как ни пытаюсь.
Я удивляюсь и словам и лицам,
Чужим стихам и песням удивляюсь.*

*Текут ручьи, звенят их голоса,
Я слышу моря гул и птичье пенье.
Земля нам дарит щедро чудеса
И ждет взамен труда и удивленья.*

(Кайсын Кулиев. «Жить, удивляясь»)

Умение видеть и наслаждаться красотой природы зависит от развитости наших ощущений (тонкости слуха, обоняния, остроты зрения), от глубины и всесторонности знаний ее законов. Привычка наблюдать и осмысливать происходящее утончает восприятие красоты и позволяет увидеть даже ту красоту, которая скрыта от глаз и доступна не каждому.

Ш. Учись у художников, поэтов, композиторов эстетическому видению природы.

Природа во все века поэтически воспринималась людьми. Эмоциональное восприятие человеком природы сказалось в наскальных рисунках, скульптурах, в песнях, сказках, пословицах, поговорках, в былинах и т.п. Представления о смене времен года, о бесконечном движении солнца нашли в обрядах, танцах, песнях не только поэтическое выражение, но и приобрели эстетический смысл, как понимание вечного торжества и возрождения красоты жизни.

Вдохновляющую силу русской природы воспели выдающиеся художники, поэты, прозаики, музыканты. Вспомните и прочитайте стихи русских и советских поэтов, которые раскрывают тонкость видения и ощущения красоты родной природы.

Дети читают свои любимые стихи.

Сила подлинно талантливого художника, в широком смысле этого слова, состоит в том, что он может через поэтические, живописные, музыкальные образы заставить услышать песню жаворонка и журчание ручья, ощутить прохладу лесной глуши и влажность болота, почувствовать даже несуществующие запахи.

Запах солнца? Что за вздор?

Нет, не вздор.

В солнце звуки и мечты,

Ароматы и цветы –

Все слилось в согласный хор,

Все сплелось в один узор.

Солнце пахнет травами,

Свежими купавами,

Пробужденною весной

И смолистою сосной...

(К.Бальмонт. «Аромат солнца»)

Воспитанник приюта читает отрывок из «Звездной сюиты» С.Баруздина.

Есть ли в космосе запахи?

Запахи трав и хлеба?

В космосе пахнет космосом,

В космосе пахнет небом.

Есть ли в космосе запахи?

Запахи отчего дома?

В космосе пахнет спокойствием,

В космосе пахнет громом.

Есть ли в космосе запахи?

Трудно сказать заранее.

Но верю и знаю, что в космосе

Пахнет воспоминаниями.

ВОСПИТАТЕЛЬ:

Совершим небольшое путешествие в природу с помощью картин великих русских и советских художников-пейзажистов.

ВОПРОСЫ ДЕТЯМ:

В чем красота и привлекательность картин природы на полотнах художников?

Что объединяет всех художников?

Какую мысль, какое чувство они стремятся донести до нас?

Какие строчки из стихотворений вам захотелось прочитать как эмоциональное пояснение к картинам?

Подтвердите слова К.Паустовского: «Живопись важна... тем, что художник часто замечает то, чего мы совсем не видим. Только после его картин мы тоже начинаем видеть это и удивляться, что не замечали этого раньше» (Паустовский К. Собр.соч.: В 8 т. – М., 1967-1970. – Т. 3. – С.514) своими наблюдениями.

Живопись помогает увидеть новые краски, цветовые сочетания. Кто не знает строк великого русского поэта Сергея Есенина:

Словно я весенней гулкой ранью

Проскакал на розовом коне...

Вспомните и картину К.С.Петрова-Водкина «Купание красного коня». Можно подумать, что это лишь поэтические сравнения, символы – и только. Однако наблюдательный человек скажет, что розовые лошади бывают. На рассвете, когда не само солнце, а лишь его лучи появляются над землей, «алый свет зари» окрашивает белые цвета в нежные розовые тона.

«Увидеть» рассвет можно и в музыке.

Звучит «Рассвет на Москве-реке» М.Мусоргского.

Попробуйте представить картину, услышать звуки природы в других музыкальных отрывках.

Прослушиваются фрагменты музыкальных произведений П.И.Чайковского, Э.Грига, К.Дебюсси, Ф.Листа, Г.Свиридова и др.

Согласны ли вы с высказыванием советского педагога В.А.Сухомлинского: «Музыка открывает людям глаза на красоту природы?» Подтвердите свою точку зрения примерами.

Ощущение красоты родной земли тесно связано с любовью к Родине. Глубоким патриотическим чувством проникнуты слова К.Г.Паустовского: «Я не променяю Среднюю Россию на самые прославленные и потрясающие красоты земного шара... Всю нарядность Неаполитанского залива с его пиршеством красок я отдам за мокрый от дождя ивовый куст на песчаном берегу Оки». Какие вы знаете стихи русских и советских поэтов, в которых тема Родины сливается с темой красоты природы?

Воспитанник читает стихотворение К.Симонова «Родина».

Ты вспоминаешь родину – такую,

Какой ее ты в детстве увидал:

Клочок земли, припавший к трем березам,

Далекую дорогу за леском.

Речонку со скрипучим перевозом,

Песчаный берег с низким ивняком.

Вот где нам посчастливилось родиться,

Где на всю жизнь до смерти мы нашли

Ту горсть земли, которая годится,

Чтоб видеть в ней приметы всей земли.

1У. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ СЛОВО ВОСПИТАТЕЛЯ.

«Я сорвал цветок – и он увял. Я поймал мотылька – и он умер у меня на ладони. И тогда я понял, что прикоснуться к красоте можно только сердцем».

Для эстетически развитого и нравственно воспитанного человека важно не только уметь видеть, чувствовать красоту цветка, ветки, животного, но и оберегать эту красоту.

Увидеть и не испытать соблазна сорвать красивый лесной цветок могут два совершенно непохожих друг на друга человека: равнодушный к красоте, эстетически неразвитый человек и, наоборот, тонкая натура, открытая всякой красоте в природе. Первый не притронется, потому что не заметит, не оценит, второй – потому что слишком заметит, слишком оценит и – пощадит. Сорвать цветок (а заодно и все другие на опушке) может как раз тот, кто по своему духовному развитию находится как бы посередине между этими двумя типами людей. Этот «промежуточный» субъект уже не настолько неразвит, чтобы слепо пройти мимо красоты, но и не настолько воспитан, чтобы оставить красоту нетронутой ради нее самой и всех других путников.

Потребители красоты из общения с природой выносят не впечатления, мысли, чувства, открытия, а вещественные доказательства своего пребывания на лоне природы.

Подлинная культура предполагает другой способ обладания красотой: она хранится в душе, становится духовной ценностью человеческой личности, а не срывается, не уносится с собой, не укладывается в рюкзак, в багажник, в горсть или в охапку.

Красота мира принадлежит всем людям. Запечатлеть красоту в душе, запомнить ее, носить в сердце – это и есть высшее проявление культуры человека.

Однако эстетическое отношение к природе не должно быть пассивным. Отправляясь на природу, надо быть не только потребителями ее красоты и даров, но и активными помощниками в сохранении и умножении этой красоты. Увидели родничок – укрепите начавшийся размыв, заметили рану на березе – залечите ее. Развесьте зимой кормушки для птиц, подумайте о подкормке животных.

Помните слова М.М.Пришвина, обращенные к вам: «Мои молодые друзья! Мы хозяева нашей природы, и она для нас кладовая солнца с великими сокровищами жизни... Для рыбы нужна чистая вода – будем охранять наши водоемы. В лесах, степях, горах разные ценные животные – будем охранять наши леса, степи, горы... Рыбе – вода, птице – воздух, зверю – лес, степь, горы. А человеку нужна родина. И охранять природу – значит охранять родину». (Пришвин М.М. Говорящий грач. – М., 1978. – с.4).

1-я Осень. Я самая богатая из всех времен года. Есть у меня друг, который и бережет мое богатство. А зовут его Урожай. Давайте пригласим его на наш праздник.

Дети зовут Урожай, но он не появляется.

1-я Осень. Ребята, видно не простой гость Урожай. Чтобы он появился, надо потрудиться.

Ведущий. А наши дети любят труд. Правда, ребята? А с песней любое дело спорится.

Песня «Урожай собирай», стихи Т.Волгиной, музыка А.Филиппенко.

Появляется Урожай.

Урожай. Я давно услышал вашу песню. Вы так хорошо трудились, что вот каким я стал. *(Показывает, какой он упитанный)*. Еле дошел! Ну что ж, здравствуйте, ребята, дорогие дошколята. Неспроста меня позвали, уж я это точно знаю.

1-я Осень. Да, дорогой Урожай. Знаю я, что ты большой выдумщик и весельчак.

Урожай. Это правда.

1-я Осень. Вот и повесели сегодня наших гостей.

Урожай. С удовольствием! Мастер я загадки загадывать. Вот я и проверю, какие вы мастера их разгадывать.

ЗАГАДКИ

Он большой, как мяч футбольный,

Если спелый – все довольны!

Так приятен он на вкус!

Что это за шар?..

(Арбуз)

У меня есть тоже перья,

Но не птица и не зверь я,

Я вам самый лучший друг,

Я простой зеленый ... *(лук)*.

Щечки розовые, нос белый,

В темноте сижу день целый.

А рубашка зелена,

Вся на солнышке она.

(Редиска)

1-я Осень. Молодцы ребята! Правда, Урожай? Все твои загадки разгадали. И я хочу им свою загадку загадать.

И на горке, и под горкой,

Под березой и под елкой,

Хороводами и в ряд

В шапках молодцы стоят.

(Грибы)

Урожай. Молодцы так молодцы. Да вот вы говорите, что осень любите и мне, Урожаю, рады. Сможете ли вы нас чем-то удивить да позабавить?

Ведущий. Обязательно! Уважаемый Урожай и милая Осень, мы действительно приготовили вам сюрприз: ребята покажут новую сказку, которая называется «Сказка о том, почему помидор стал красным».

Под музыку выносятся декорации, артисты занимают места.

Ведущий. В давние времена жили на одном огороде овощи.

(По одному, каждый со своей песенкой выходят овощи и представляются).

КАПУСТА. Я – капуста тугая,
В супе, в борщике вкусна я.

БУРАЧОК. Ну, а я – бурачок,
Розоватый бочок,
В огороде уродился,
С овощами подружился.

ФАСОЛЬ. Я фасоль, всем вам известна,
И вкусна я, и полезна.

ЧЕСНОК. А я – братец чесночек,
Припекаю язычок,
Всех микробов убиваю,
Вас от хвори защищаю.

МОРКОВЬ. Я морковка всем на диво:
И румяна, и красива.

ОРУГЕЦ. Я огурчик наливной.
Кто полакомится мной?

ЛУК. Я сердитый лук, ребята,
Витаминами богатый,
Хоть и слезы вызываю,
Но от гриппа защищаю.

ТЫКВА. А я тыквою зовусь,
Сочной мякотью горжусь.
Нет полезней и вкусней
Каши тыквенной моей.

КАРТОШКА. Нет обеда без картошки –
Ни жаркого, ни окрошки.
Все картошку уважают.
Кто из вас меня не знает?

ПОМИДОР. Помидор я вкусный, сладкий,
Я расту на этой грядке.

ВСЕ ОВОЩИ. Огородная семейка,
Все на грядки поскорей-ка!
Весело здесь! Весело здесь!

Ведущий. А ребята очень любили свой огородик, каждый день поливали его, ухаживали за ним. И напевали вот такую веселую песенку.

(Дети с лейками, с лопатками. Поют песню «Веселый огород». Стихи П.Синявского, музыка Ю.Чичикова. Огородники уходят.)

Ведущий. Овощи с каждым днем росли и зрели. Жили они дружно, никогда не ссорились. Но однажды помидор решил, что он лучше всех, и начал хвастаться.

ПОМИДОР. Я на свете всех вкуснее,
Всех круглее, зеленее,
Меня взрослые и дети
Любят больше всех на свете!

ОГУРЕЦ. Слушай, это просто смех –
Хвастать, что ты лучше всех.

ЛУК. Не поймет никак он, братцы, -
Некрасиво задаваться.

Ведущий. А помидор все свое твердил.

ПОМИДОР. Я на свете всех вкуснее,
Всех круглее, зеленее,
Меня взрослые и дети
Любят больше всех на свете!

ОВОЩИ *(хором)*. Хвалился, хвалился
И с куста свалился!

Ведущий. В это время на огород пришли ребята, чтобы собрать овощи на обед. Всех с собой взяли, а помидор не заметили.

(Ребята уводят овощи. «Летит» мимо ворона.)

ВОРОНА. Кар! Кар!
Позор! Кошмар!
Не хотел быть с нами дружен,
Будешь никому не нужен.

Ведущий. Стало стыдно помидору, заплакал он... и покраснел от стыда.

ПОМИДОР. Вы меня, друзья, простите,
Вы с собой меня возьмите.

Ведущий. Услышали эти слова ребята-огородники, сжалились над помидором, пришли и взяли его с собой. Хотите верьте, хотите нет, но с тех пор осенью помидоры всегда становятся красными. А все овощи никогда между собой не ссорятся. Живут весело и дружно.

Танец овощей.

ТЕМА: «Зеленая аптека»

ЦЕЛЬ: уточнить и расширить представления о лекарственных растениях, закрепить понятие о взаимосвязи растительного мира и человека; учить детей правилам сбора и сушки лекарственных растений.

Ход занятия

Воспитатель напоминает детям, что они уже много знают о растениях. Без растений жизнь на планете Земля не существовала бы. Растения не только помогают всем живым существам дышать, но также они помогают им лечиться от болезней.

- Природа предоставляет человеку огромное разнообразие даров – лекарства от всех на свете болезней. Их надо только знать и уметь ими пользоваться. Давным-давно человек замечал, что все звери лечатся травами. Разные растения помогают от разных болезней. Сотни лет люди передавали своим потомкам сведения о растениях, составляли целые тома книг – «Травники», «Цветники», «Зельники». По назначениям этих книг можно догадаться, чем можно лечиться – травами, цветами, ягодами и т.д.

- Народные травознаи за тысячи лет сумели накопить множество сведений о полезных свойствах растений. В наших аптеках среди множества современных препаратов травы, настойки на травах, таблетки на травяной основе занимают достойное место.

Люди сами занимаются сбором трав на лугу, в лесу, в поле. Может быть, и ваши дедушки, бабушки, мамы, папы собирали лекарственные травы. Знания о лекарственных травах пригодятся каждому человеку, и вам ребята в том числе.

- Кто знает какие-нибудь лекарственные растения?
- Кто видел в аптеке лекарственные растения?
- Кто собирал со взрослыми лекарственные растения?
- А кто пил чай с лекарственными растениями? (Рассказы детей).

- Про какое лекарственное растение эта загадка:
Не пустили в огород –
Оттого она и жжет.

- Правильно, **крапива**. Послушайте рассказ А.Плешакова «Подружись с крапивой».

ПОДРУЖИСЬ С КРАПИВОЙ.

- Сегодня на обед будут крапивные щи, - объявила бабушка. Мы с братом переглянулись.

- Крапивные?

- Да, да, - подтвердила бабушка, - А вы пойдите сейчас и нарвите крапивы. Выбирайте молоденькую, нежную. И возьмите-ка рукавицы...

Щи получились отличные. И это было для меня открытием. Я понял, что никакую траву нельзя безоглядно называть сорной, ненужной.

(А.Плешаков)

- Да, людям есть за что благодарить крапиву. Из нее не только можно приготовить щи и салат. Но все-таки важнее другое:

«Берем сырую крапиву, толчем и прикладываем к свежим ранам – она раны вычистит и заживит». Так писали много лет назад врачи. В крапиве содержатся вещества, убивающие микробов. Крапива хорошо останавливает кровь и укрепляет волосы.

- А кто угадает это растение?

Тонкий стебель у дорожки,
На конце его – сережки,
На земле лежат листки –
Маленькие лопушки.
Нам он – как хороший друг
Лечит раны ног и рук.

- **Подорожник**. Найдите это растение в нашей коллекции.

- Кто догадался, почему это растение так называется?

- Кто из вас пользовался подорожником? (Ответы детей).

- Подорожник люди использовали с давних пор для заживления ран, при заболеваниях желудка, при простудах.

- Это растение называется **тысячелистник**. Кто догадался, почему оно так называется? (Ответы детей).

- Это растение всем знакомо. Отгадайте:

Выпускает он листы
Широченной широты,
Держатся на стеблях крепких
Сто плодов шершавых, цепких.
Если их не обберешь,
На себе их все найдешь.

- **Лопух**. Корни лопуха могут заменить морковь, картофель. Он лечит почки и печень.

- А это что за растение?

Носит этот мальчик
Желтый сарафанчик.
Подрастет – нарядится
В беленькое платьице,
Легкое, воздушное,
Ветерку послушное.

- Угадали? И **одуванчик** также лекарственное растение, служит для улучшения аппетита.

- А есть растение, которое может заменить вату. Это мох сфагнум.

Мох, клюква и морошка –
Жильцы лесных болот,
На кочке мох без ножки,
Куда ни глянь, растет.

- Этот мох использовали в качестве ваты партизаны во время Великой Отечественной войны. Мох очень хорошо впитывает в себя гной и кровь, да и раны быстрее заживают.

- Много лекарственных растений можно найти в лесу, в поле, на лугу. Это ромашка, душица, чабрец, зверобой, мать-и-мачеха. Повсюду животные, птицы, люди могут найти помощь у природы. Только изучай, люби, знай!

- Ребята, давайте поиграем в игру.

Выбирается доктор Айболит, пациенты приходят к нему, называют различные болезни; доктор рекомендует для лечения лекарственные травы.

Плохой аппетит – корень одуванчика.
Заболел желудок – тысячелистник.
Простуда – душица.
Рана на руке – подорожник.
Ангина – мать-и-мачеха.
Ожог ноги – зверобой.
Пятна на коже – чистотел.

- На каждую болезнь есть своя лекарственная трава. Мы живем в мире лекарств. Самая лучшая аптека – это Природа.

Но необходимо знать, что лекарственные растения заготавливают только взрослые, дети могут только помогать.

ПРАВИЛА СБОРА ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ.

- 1. Хорошо знать лекарственные растения и отличать их от ядовитых (вороний глаз и др.)**
- 2. Сбор растений производится в сухую погоду, лучше утром, когда высохнет роса.**
- 3. Нельзя собирать растения в городе, вблизи дорог.**
- 4. При сборе растений укладывать их в широкие корзины, не мять их, а то выделится сок.**
- 5. Сушить растения не на солнце, а в тени.**
- 6. Не топтать растения, которые занесены в Красную Книгу.**

Все свои сокровища природа отдает человеку и за все просит только одного: беречь ее!

ЗЕМЛЯ – НАШ ДОМ РОДНОЙ

УТРЕННИК НА ЭКОЛОГИЧЕСКУЮ ТЕМУ

*(На стенах зала висят плакаты и рисунки о защите природы, созданные учащимися.
Стена украшена цветами, ветками. Сбоку сухое дерево, на нем пластилином
прикреплены веточки. Они нужны для сценки.)*

ВОСПИТАННИК:

*Есть просто храм,
Есть храм науки.
А есть еще природы храм –
С лесами, тянущими руки
Навстречу солнцу и ветрам.
Он свят в любое время суток,
Открыт для нас в жару и стынь,
Входи сюда,
Будь сердцем чуток,
Не оскверняй ее святынь.*

ВОСПИТАННИК:

*Утром солнышко встает,
Всех на улицу зовет.
Выхожу из дома я, -
Здравствуй, улица моя!
Я пою – и в вышине
Подпевают птицы мне.
Травы шепчут мне в пути:
Ты скорей, дружок, расти.
Отвечаю травам я,
Отвечаю ветрам я,
Отвечаю солнцу я, -
Здравствуй, Родина моя!*

ВОСПИТАННИК:

*На земле исчезают цветы,
С каждым годом заметнее это.
Меньше радости и красоты
Оставляют нам каждое лето.
Откровенье цветов луговых
Нами понято было едва ли.
Беззаботно топтали мы их
И безумно, безжалостно рвали.
В нас молчало безумное «стой!».
Нам казалось все мало, все мало.
А потом в толчее городской
Мы охапки тащили устало
И не видели, как из-под ног
Молчаливо, дыша еле-еле,
Обреченно глядел василек,
Безнадежно гвоздики глядели...*

СЦЕНКА «Девочка-ромашка»
(сидит с букетом лекарственных трав в руках.)

Много трав растет полезных
На земле страны родной.
Могут справиться с болезнью
Мята, пижма, зверобой.

Травяная ведьма: Я хочу тебе, дружок,
Дать в букет еще цветок.
(Протягивает пучок дурмана.)

Ромашка: Разгадала твой обман!
Посмотрите, вот дурман –
Ядовитая трава.
Разболится голова
От подарка твоего
Забирай его назад!
(Травяная ведьма убегает.)

Ромашка: Ох уж эта травяная ведьма! Так и норовит сделать гадость. То корешок ядовитый подсунет, то траву несъедобную.
(Крадучись, возвращается Травяная ведьма.)

Травяная ведьма: Я одумалась, ребята,
Лучше вместе в лес пойдем,
Соберем шалфей и мяту,
Нежных ландышей нарвем.
Дома их поставим в воду.

Ромашка: Поняла я, братцы, сразу
Хитрый замысел ее.
(Загораживает ребят от ведьмы. Она грозит Ромашке кулаком и убегает.)

Ромашка: Мы растенья эти знаем,
Бережем и охраняем
От таких лихих, как эта,
Собирательниц букетов.
В книгу Красную они
Уж давно занесены.
Мы их рвем не на потеху,
Отнесем мы их в аптеку.
Из даров лесного царства
Люди делают лекарства.

- Ребята, а кто знает, что такое Красная книга природы?

Один из воспитанников: - Это книга, в которую заносят редкие виды растений и животных. Представителей природы, занесенных в эту книгу, охранять нужно особенно бережно.

ВОСПИТАННИК:

*С целым миром спорить я готов,
Я готов поклясться головою
В том, что есть глаза у всех цветов
И они глядят на нас с тобою.
В час раздумий наших и тревог,
В горький час беды и неудачи
Видел я: цветы, как люди, плачут
И росу роняют на песок.*

ВОСПИТАННИЦА:

*Мы безмерно богаты.
В наших чащах и рощах
Столько всяких пернатых –
Просто диву даешься.
Но спросите иного,
Что он знает о птицах,
Пусть ответит толково –
И, гляди, удивится:
Как же, фауна, дескать,
Как же, наше богатство –
На полях, в перелесках,
Так сказать, птичье царство...*

ВОСПИТАННИК:

*Если я сорву цветок,
Если ты сорвешь цветок,
Если все: и я, и ты,
Если мы сорвем цветы –
Опустеют все поляны
И не будет красоты!*

ВОСПИТАННИК:

*Забывчивый охотник на привале
Не разметал, не растоптал костра.
Он в лес ушел, а ветки догорали
И нехотя чадили до утра.
А утром ветер разогнал туманы,
И ожил потухающий костер.
И, сыпя искры впереди поляны,
Багровые лохмотья распростер.*

ВОСПИТАННИЦА:

*Ос всю траву с цветами вместе выжгет,
Кусты спалил, в зеленый лес пошел,
Как испуганная стая белок рыжих,
Он заметался со ствола на ствол.
И лес гудел от огненной метели,
С морозным треском падали стволы,
И, как снежинки, искры с них летели
Над серыми сугробами золы.*

СЦЕНКА «Белая черемуха» (по З.Александровой)
(*Девочка идет по сцене и читает стихотворение, показывая на дерево.*)

ДЕВОЧКА:

Расцвела черемуха около ручья,
На апрельском солнышке
Ветками шепча.
Легкая, как облачко,
Чистая, как снег.
Радовался деревцу каждый человек.
Приходили девочки
Посидеть под ней.
И могла цвести она
Много-много дней.

(*Любуясь черемухой, проходят мимо две девочки. Одна другой говорит.*)

-Это чья черемуха?

- Да она ничья.

Белая снегурочка

Около ручья.

(*Идет группа школьников. Оглянувшись по сторонам, они обламывают все ветки с дерева.*)

Прибежали девочки,

А снегурки нет,

Лишь в пыли валяется

Вянущий букет.

А была черемуха

Чистая, как снег,

Радовался деревцу

Каждый человек.

ВОСПИТАННИК:

Доброе дерево

*Доброе дерево, старые ветви.
В листьях запутались шумные ветры.
Сколько птенцов под густою листвою
Ты укрывало от стужи и зноя!
Старые ветви ночами не спали,
Чтобы на землю птенцы не упали,
Чтобы им с дерева, словно с порога,
В синее небо открылась дорога,
Лето промчится, и перед зимой
Дерево птицам помашет листвою.
Будет потом ему снится и снится,
Как по весне возвращаются птицы.
Их не пугают опасные кручи,
Белые молнии, черные тучи.
Птицы на родину мчатся уверенно,
Зная, что помнит их доброе дерево.*

СЦЕНКА «На лесной опушке»

(*Исполняют девочки в пестрых сарафанах с лукошками в руках.*)

Лапы елок прикрыли избушку,
Где живет дядя Вася – лесник.
Приходите к нему на опушку –
Всех приветливо встретит старик.
Дядя Вася про птиц нам расскажет,
Вспомнит, как подстерег он лису,
Самый лучший малинник покажет
И грибные местечки в лесу.

Дядя Вася: *(выходит и садится на пенек. Дети подходят к нему и, присев на корточки, слушают его.)*

Лес не только для нашей забавы,
Он – богатство нашей страны.
Все деревья в нем, ягоды, травы
Нам на пользу, друзья, возвращены.
Каждый куст берегите, ребята!
Где росток ты увидишь простой,
Может вырасти дуб в три обхвата,
Березняк или малинник густой.
А уж сколько орехов и ягод!
Так, пожалуй, считать – не сочтешь!
Сердцу любо, коль знаешь, что за год
В сосняке разрослась молодежь.
Хорошо здесь, в избушке просторной,
Дядя Вася гостям своим рад.

СЦЕНКА «Монолог природы»

(Воспитанник в костюме Природы.)

- Природа. Я – великий мастер.
Вечный мастер жизни. Я могу,
Человек, тебя за соучастье надарить –
В моей все это власти! –
Гриб в лесу, ромашку на лугу, небо в час
Восхода и захода, иву над рекой...
И, наконец, солнцем прокаленный, рыжеватый
Хлебный колос! Как всему венец...
Только ты мой дар, мое ученье
Не прими за дань: я не раба.
Не забудь: ты сам – мое творенье!
И у нас с тобой одна судьба!
Да, ты вырос. Ты простился с детством.
Шире – что ни год – твои шаги...
Но не занимайся самоедством!
И былинку даже, что в наследство
Я тебе вручила, береги!
Даже волка – вдруг да он последний...
Уничтожить (зверь не карандаш) –
С помощью сложнейших вычислений
И машин новейших – не создашь.
Мы с тобой дорогою одною
Катимся – ни часу врозь, ни дня...
И не можешь быть ты надо мною,
Как не можешь быть и вне меня.

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ

**Твои луга звонят не глуше
Колоколов твоей Руси...
Н.Рубцов**

Растениями люди интересовались испокон веков. Ведь зеленые друзья во все времена питали и одевали человечество, берегли его здоровье и исцеляли недуги. Именно дикие растения – предки наших полевых культур.

Ученые подсчитали, что в нашей стране насчитывается около 21 тысячи видов, и большая часть из них приходится на долю трав. Уметь ориентироваться в этом мире не только интересно, но и полезно.

Огромную роль играют лекарственные травы, знания о которых накапливались веками, передаваясь из поколения в поколение.

Лекарственные растения – эффективное средство не только для лечения, но и профилактики таких заболеваний, как гастрит, язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки, холецистит, колит, нефрит, цистит, нарушения обменных процессов в организме и др.

СБОР, СУШКА И ХРАНЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

Лекарственные растения – наиболее доступный и дешевый источник получения лечебных средств в домашних условиях. В связи со все возрастающей у населения популярностью лекарственных растений увеличивается опасность самолечения травами. Хочется напомнить о строгой необходимости использования растения **ТОЛЬКО ПО РЕКОМЕНДАЦИИ ВРАЧА И ПРИ ПОСТОЯННОМ ВРАЧЕБНОМ КОНТРОЛЕ.**

Прежде чем приступить к сбору лекарственных растений, необходимо научиться распознавать их и уметь отличать от похожих нелекарственных и особенно ядовитых растений. В сомнительных случаях лучше ничего не собирать, чем один раз ошибиться.

Категорически запрещается заготавливать лекарственные растения в зоне радиоактивного заражения (без контроля), вблизи промышленных предприятий, автомобильных и железных дорог, в лесах, лугах и полях, обработанных гербицидами, гербицидами и другими ядохимикатами, городах, поблизости от городских и промышленных свалок. Запрещается собирать растения, занесенные в Красную книгу.

ПЕРВИЧНАЯ ОБРАБОТКА

Собранные растения нельзя туго набивать в мешки, корзины, так как при этом они мнутся и деформируются. Кроме того, они легко могут испортиться от слеживания и самосогревания. Собранное лекарственное сырье следует быстро и тщательно подготовить к сушке.

СУШКА

От правильной сушки во многом зависит ценность собранных лекарственных растений (лекарственного сырья). Различают следующие способы сушки лекарственного сырья: сушка искусственным теплом на воздухе (солнечная или тeneвая) и сушка искусственным обогревом.

ХРАНЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННОГО РАСТИТЕЛЬНОГО СЫРЬЯ.

Высушенное и очищенное лекарственное сырье помещают в чистые полотняные мешочки, картонные или фанерные коробки, выстланные чистой бумагой, а также в бумажные пакеты и стеклянные банки. На каждой упаковке должна быть сделана надпись с указанием названия растения и даты сбора. Пряные и ароматические растения необходимо хранить отдельно, чтобы их запах не переходил на другие растения. Ядовитые растения следует обязательно хранить под замком. Хранить лекарственное сырье следует в чистом, сухом, хорошо проветриваемом затемненном помещении. Нельзя хранить его в помещениях, где находятся вещества (предметы, изделия) с резким запахом (керосина, нафталина, сыромятная кожа и др.): запахи легко впитываются в сырье, отчего оно портится и обесценивается.

Время от времени следует проверять сохранность лекарственного сырья. Как правило, использовать лекарственные растения, которые хранились больше года, не рекомендуется.

ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЛЕКАРСТВ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

Лекарственные растения можно применять как в свежем виде, так и (что делают чаще) в виде удобных для применения лекарственных форм (настоев, отваров, мазей, порошков), которые готовят из высушенного сырья. Весьма ценным лечебным продуктом может служить и сок, полученный из свежих растений.

СОК получают из свежих растений при помощи терки, мясорубки или соковыжималки. Если сок обладает раздражающим действием, то к нему добавляют 1-2 чайные ложки меда, рисового отвара или киселя.

Сок консервируют спиртом (1 литр сока + 250 мл 90%-го спирта или 1:1 45%-го спирта настаивают 2 недели). Сок перед употреблением необходимо взбалтывать. Сок также сливают в темную посуду, а сверху заливают тонким слоем растительного масла. Можно консервировать соки сахаром в концентрации 1:1.

НАСТОИ И ОТВАРЫ – водные вытяжки из лекарственного сырья. Настои приготавливают в основном из листьев, почек, трав, цветков, а отвары – из грубых частей растений – кожистых листьев, коры, корневищ. Растительное сырье измельчают: листья, цветки – до частиц не более 5 мм, стебли, кору, корни, корневища – не более 3 мм, плоды и семена – не более 0,5 мм.

Настои и отвары готовят в стеклянной, фарфоровой или из нержавеющей стали посуде. Измельченное сырье или сбор трав помещают в сосуд, заливают холодной дистиллированной водой, взятой по рецепту, закрывают крышкой и нагревают на кипящей водяной бане при частом помешивании; настоек – в течение 15 минут, отвар – 30 минут. Затем снимают сосуд с водяной бани и охлаждают при комнатной температуре - отвар в течение 10 минут, настоек не менее 45 минут. После этого их процеживают, отжимают и добавляют кипяченую воду до предписанного объема вытяжки. Отвары сырья, содержащего дубильные вещества и антрагликозиды (кора дуба, лист толокнянки, корневища лапчатки, лист брусники, корень ревеня, лист сены и др.), процеживают сразу после снятия с водяной бани. Для улучшения вкуса в настои и отвары следует добавлять мяту перечную, Melissa.

Из большинства лекарственного растительного сырья готовят настои и отвары в соотношении 1:10, т.е. из 1 весовой части сырья готовят 10 объемных частей настоя или отвара, из сильнодействующего сырья – только по прописи врача. Настои и отвары, предназначенные для наружного применения, готовят более концентрированными.

Более удобный способ приготовления настоя с помощью термоса: 1-2 столовые ложки сырья высыпают в термос, заливают 2 стаканами крутого кипятка и настаивают 1-6 часов и более. Поскольку настои и отвары быстро портятся, особенно в летнее время, их лучше готовить ежедневно или на 2-3 дня, но хранить в прохладном месте (холодильнике). Перед употреблением их подогревают.

Лекарства, приготовленные в домашних условиях, необходимо употреблять с осторожностью. Даже те из них, которые приготовлены из неопасных растений, могут нанести вред, если их употреблять без предписания врача.

Еще в XV столетии известный врач-ученый Парацельс предупреждал, что все вещества являются и ядовитыми, и лекарственными. Только доза делает вещество отравой или лекарством.

Болгарские ученые приводят такую схему разовой дозы лекарственных растений в зависимости от возраста больного:

- 25...65 лет - 1 доза;
- 14...25 лет - 2/3 дозы;
- 7... 14 лет - 1/2 дозы;
- 4...7 лет - 1/3 дозы;
- 3...4 лет - 1/6 – 1/4 дозы;
- 1...2 лет - 1/8 – 1/6 дозы;
- до 1 года – 1/12 – 1/8 дозы.

БЕРЕЗА ПОВИСЛАЯ

Листопадное дерево из семейства березовых высотой до 25 метров, с белой гладкой корой на стволах. Цветет с конца апреля – в мае (одновременно с распусканием листьев). Плоды созревают с августа-сентября до середины зимы.

Биологически активными веществами в березовых почках являются эфирное масло (0,2-6,25%), включающее в себя сесквитерпеновый спирт бетулол (41-47%), сложный эфир бетулола с уксусной кислотой (30-45%). Пальмитиновая кислота, алкалоиды (0,1%), флавоноиды (апигенин, изорамнетин), дубильные вещества, смолы (5-окси-7,4 диметоксифлавин – 0,3%).

Во всем растении имеются вещества, обладающие фитонцидными свойствами.

В традиционной медицине почки березы, листья и кора считаются хорошим потогонным, мочегонным и кровоочищающим средством. Листья обладают сильным потогонным действием и применяются при лихорадочных заболеваниях.

Наружно кору используют из-за ее ранозаживляющих и раноччищающих свойств; настой и отвары листьев и почек – для ванн, компрессов и припарок при ревматизме, подагре, кожных сыпях, экземе, пролежнях и ожогах.

Настой готовят из расчета 2 столовые ложки молодых березовых листьев на 0,5 л кипятка. Принимают настой по ½ стакана 3-4 раза в день за 20-40 мин до еды. Для приготовления настоя или отвара из березовых почек берут 2 чайные ложки почек на стакан кипятка. Употребляют в 3 приема за 20-40 мин до еды.

Препараты березы считаются противосудорожным средством. Желудочно-кишечные болезни, даже язвенную болезнь, тоже лечат препаратами березы: в таких случаях особенно эффективна настойка, которую принимают по ½ - 1 чайной ложке в день за 20 мин до еды. В быту береза считается универсальным средством.

Листья березы и березовый сок применяют при дерматозах, при острой экземе, нейродермите, кожном зуде, фурункулезе, вульгарных угрях, псориазе, почесухе. При этих заболеваниях рекомендуют также применять стакан березового сока в день. Березовый сок пьют при золотухе и цинге.

БЕСЕДА

*«Лекарственные растения – средства оздоровления организма человека»
(для детей 6-7 лет)*

ЦЕЛЬ: Развивать познавательную активность детей в процессе формирования представлений о лекарственных растениях; о правилах их сбора, хранения и применения. Развивать экологическое мышление в процессе исследовательской деятельности, творческое воображение.

ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ ИГРА «Узнай целебную траву»

ЦЕЛЬ: Развивать экологическое мышление в процессе мыслительной деятельности, творческое воображение.

РАЗВИВАЮЩАЯ СРЕДА: иллюстрации с изображением лекарственных растений:
*одуванчик, крапива, подорожник, тысячелистник, валериана, ромашка;
засушенные растения, отвары трав; картинки зверей или игрушки; гербарий «Растения нашего края».*

СОДЕРЖАНИЕ:

Воспитатель предлагает отправиться в царство растений, загадывает загадки, отгадав которые, дети узнают, какие это растения.

Ах, не трогайте меня,

Обожгу и без огня.

(Крапива)

Рос шар бел, дунул ветер –

Шар улетел.

(Одуванчик)

Нарядные платица,

Желтые брошки,

Ни пятнышка нет

На красивой одежке.

(Ромашка)

Каждый лист мой любит тропки

У обочины дорог.

Он однажды людям добрым

Раны вылечить помог.

(Подорожник)

Как называются эти растения?

Для чего они нужны человеку?

Давайте побольше узнаем о лекарственных растениях.

Издавна люди заметили, что больные животные уходят, чтобы найти какую-то травку, съев которую они выздоравливают. Так и человек стал искать помощи у разных растений.

Посмотрите на это растение (картинка или засушенное растение). Его можно встретить на лугах и лесных опушках, и называется оно – **тысячелистник**. Посмотрите на его листья. Подумайте, почему он так называется. (Каждый лист состоит из множества крохотных листков и у каждого листка ажурные края). Тысячелистник – лекарственное растение. Его используют для остановки кровотечения, для улучшения аппетита.

Воспитатель предлагает посмотреть на другое растение. Кто знает, как оно называется? Почему оно так называется?

Подорожник растет вдоль дорог. Листья его упругие, с прочными прожилками, густой пучок корней, который надежно укрепляется в почве, стебелек с соцветием. Они тоже жесткие и упругие. Вот и не боится подорожник вытаптывания, от которого страдают другие растения. Подорожник – великий путешественник. Приклеившись к ногам людей, он без труда перебирается в другие места. Подорожник называют зеленым бинтом. Если разобьешь коленку, сорви лист подорожника, очисти от пыли, затем немного поцарапай поверхность листа, чтобы выделился сок, и приложи его к ране.

О каком растении говорят, что оно жжет? Правильно, это **крапива**. Но почему же все-таки крапива обжигает?

На листьях и стеблях растения имеются особые волоски. Каждый волосок – как игла крошечного шприца. Внутри волосков – едкая жидкость. Дотронулся – получай укол. Листья крапивы богаты разными полезными солями и витаминами. Из крапивы готовят великолепные щи, крапивное пюре с яйцом, можно даже заквашивать крапиву, как капусту. В крапиве содержатся вещества, убивающие микробы, она хорошо останавливает кровь. А еще она укрепляет волосы. Из нее делают бумагу, мешковину. В стеблях этого растения очень прочные волокна.

Все эти лекарственные растения и многие другие произрастают во многих районах нашего края.

Есть много трав полезных
На земле страны родной:
Могут справиться с болезнью,
Ромашка, мята, крапива,
Подорожник, ландыш, зверобой...

ФИЗКУЛЬТМИНУТКА

«Дождик, лей веселей!»

Дождик, лей веселей!
Теплых капель не жалеи
Для лесов, для полей,
И для маленьких детей,
И для мам, и для пап.
Кап-кап! Кап-кап!

Как вы думаете, где и когда собирают лекарственные травы? Как правильно их сушить?

Цветки собирают, когда растения цветут. Корневища – поздней осенью, когда плоды уже осыпались. Собирают в сухую погоду, сушат под навесом. Нельзя собирать вблизи дорог.

Воспитатель предлагает поиграть в больницу. Так как доктор Айболит занят на вызовах, то лечить зверей будете вы.

1. У нашего Миши болит горло, давайте порекомендуем ему лечение. (Дети советуют). Очень полезен отвар календулы или ромашки. Ими можно полоскать горло.
2. А у нашей Лисички простуда, сильный кашель. Что мы ей посоветуем? Очень полезно будет ей попить отвар мать-и-мачехи, чабреца.
3. Вы обратили внимание, какая бледная Обезьянка? У нее нет сил. Что же делать? Ей поможет отвар шиповника, зверобоя, боярышника.

Давайте сделаем отвары из лекарственных трав, и нашим зверюшкам будет намного легче.

Детей воспитатель угощает витаминным чаем.

ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ ИГРА «Где что зреет».

(для детей 6-7 лет)

ЦЕЛЬ: Учить различать овощи и фрукты. Овощи растут на огороде, фрукты – на дереве.
Уточнить представление о многообразии овощей и фруктов...

РАЗВИВАЮЩАЯ СРЕДА: карты с изображением леса, поля, огорода, сада;
карточки с изображением растений, овощей, фруктов, ягод,
других даров природы;
корзинки;
иллюстрации о временах года.

1 часть:

Дети, назовите летние месяцы. (Дети называют). Летние месяцы – июнь, июль, август – самая благодатная, самая щедрая пора в году для выращивания овощей, ягод, фруктов, сбора лекарственных трав.

Июнь – за богатство красок и цветов зовут разноцветом. В июне густые сочные травы украшены цветами. Зелень на деревьях и кустах свежая, ярко-зеленая. Листья раскрылись, окрепли, наполнились соком и стали пахучими. Цветет рябина, калина, благоухают розовые и алые цветы на колючих кустах шиповника. На лесных солнечных опушках загораются в зеленой траве алые огоньки сладкой-пресладкой, душистой ягоды – земляники. Поэтому и называют июнь «земляничником». Лиловые колокольчики, белые ромашки, желтые купальницы – каких только цветов не увидишь на июньской лужайке! В июне люди выходят на покосы, собирают целебные травы, ягоды, сеют гречиху.

Июль – середина лета, «макушка лета». В полях отцветают хлеба, но еще цветут гречиха и подсолнечник, на лугах сенокос. В лесу пахнут деревья, цветет липа и разливают сладкий медовый аромат. В садах и огородах много работы: прополка, окучивание, полив.

После июля наступает последний месяц лета?..

Август – хлебосол, «припасиха». Как вы думаете, за что люди называют так этот месяц? Каким трудом занимаются люди в августе в садах и огородах? В августе лето пошло на убыль. В садах поспевают фрукты, в огородах – овощи, начинается уборка урожая. Убирают с полей рожь, пшеницу, овес. Запахи у августа не те, что у июля – в садах пахнет спелыми яблоками.

Август устал не знает,
Заглянув во все сады,
Он в корзину собирает
Золотистые плоды.
Груши, яблоки, малину,
Наклоня ветки, рвет,
А в бочонки и кувшины
Льет густой душистый мед.

II часть:

Дети, вы летом ходили на поле, луг, в сад, огород?

Воспитатель предлагает поиграть в игру и вспомнить, что где зреет. Дети соревнуются, кто скорее отберет карточки с растениями и закроет пустые клетки на больших картах, на которых нарисованы: лес, поле, сад, огород, луг.

Вариант игры: у одних детей – картинки, изображающие разные дары природы, у других - корзинки. Дети-плоды под веселую музыку расходятся по комнате, мимикой изображая неповоротливый арбуз, вертлявый огурец, нежную землянику и т.д.

Дети-корзинки должны в обе руки набрать плодов. Необходимое условие: каждый ребенок должен принести плоды, которые растут в одном месте (овощи – с огорода, фрукты – из сада, грибы – из леса).

Собирать больше двух плодов можно лишь в поле, саду, огороде. Из леса много выносить не разрешается. Чтобы сдать плоды, надо правильно назвать их, сказать, где собрал, загадать загадку. Выиграет тот, кто выполнил эти условия. В конце занятия дети обобщают свои понятия.

"Нам от болезней всех полезней..."

Щедра земля наша. И произрастают на ней тысячи разнообразных растений. Ее леса, горы, степи таят в себе огромные природные богатства. На необозримых просторах, точно золотые россыпи, разбросаны дикорастущие растения – на полянах, по берегам рек и ручьев заросли малины и ежевики, багровые ягоды калины и шиповника, на опушках благоухает черемуха, а в «черничном» бору одурманивают ароматом голубика, черника, брусника.

А знаете ли вы, что среди всех этих деревьев, кустарников, трав у вас есть друзья – растения, обладающие лечебными свойствами?

Животным очень хорошо известны целебные травы. Сибирские олени – маралы – восстанавливают свои силы, поедая траву и корни левзеи (маральего корня), которая обладает сильным тонизирующим действием, а раненые олени отыскивают красную гвоздику, известную в народе как средство, которое останавливает кровотечение.

Благодаря широкому распространению, доступности и ценным свойствам, лекарственные растения используются уже с древних времен. Опыт применения их накапливался веками и привел к созданию народной медицины, где выделялись знахари – «знающие» люди, которые со временем становились обладателями тайн траволечения. Посвящая в эти тайны своих детей, знахари передавали накопленный опыт следующим поколениям.

Первое из известных сочинений о лекарственных растениях принадлежит выдающемуся врачу Древней Греции Гиппократу, который жил до нашей эры. Он описал более 200 видов растений, применявшихся в медицине его времени.

КОММЕНТАРИЙ:

ГИППОКРАТ (ок.460 – ок.370 до н.э.), древнегреческий врач, реформатор античной медицины, материалист. В трудах Гиппократа, ставших основой дальнейшего развития клинической медицины, отражены представления о целостности организма; индивидуальный подход к больному и его лечению; понятия об анамнезе; учения об этиологии, прогнозе, темпераментах и др.

С именем Гиппократа связано представление о высоком моральном облике и образце этического поведения врача. Гиппократу приписывается текст этического кодекса древнегреческих врачей («Клятва Гиппократа»), который стал основой обязательств, принимавшихся впоследствии врачами во многих странах.

Через шесть столетий римский врач Гален открыл, что лекарственные растения являются целебными именно потому, что они содержат определенные вещества. И для того чтобы извлекать эти вещества, надо делать настои, соки, порошки и пилюли из этих растений.

ГАЛЕН (ок.130 – ок.200), древнеримский врач. В классическом труде «О частях человеческого тела» дал первое анатомо-физиологическое описание целостного организма. Ввел в медицину вивисекционные эксперименты на животных. Показал, что анатомия и физиология – основа научной диагностики, лечения и профилактики. Обобщил представления античной медицины в виде единого учения, оказавшего большое влияние на развитие естествознания вплоть до XV-XVI вв. Учение Галена канонизировано церковью и господствовало в медицине в течение многих веков.

В ХУШ в. В России приказом Петра 1 были созданы при аптеках и военных госпиталях «аптекарские огороды» (ботанические сады), где выращивали лекарственные растения. А плоды шиповника, которые вы не раз видели и ели, выдавались для лечения только знатным людям по особому разрешению.

А знаете ли вы, какой долгий путь проходит каждое лекарственное растение, прежде чем его начинают использовать? Ученые определяют его химический состав, находят вещества, влияющие на организм человека, устанавливают главное лечебное действие растения и побочные эффекты, которые может вызвать его применение. И только после многих опытов и исследований растение разрешают применять для лечения.

Так многие растения – адонис, ландыш, девясил, череда, душица, подсолнечник, кукуруза, хорошо знакомые вам, получили научное признание и широкое распространение. Например, ландыш и адонис помогают при болезнях сердца.

КОММЕНТАРИЙ:

АДОНИС, род одно- или многолетних трав семейства лютиковых. Св.20 видов, в умеренном поясе Евразии и в Сев.Африке; растут по сухим открытым местам. Адонис весенний (горицвет) содержит сердечные гликозиды и используется в медицине. Многие виды ядовиты.

ДЕВЯСИЛ, род многолетних трав (иногда кустарников) семейства сложноцветных. Св.150 видов, в Евразии и Африке, но главным образом в Средиземноморье; св.30 видов, растут на Кавказе и в Ср.Азии. Препараты из девясила высокого используются как отхаркивающее средство. Некоторые виды девясила декоративны.

ЧЕРЕДА, род одно- или многолетних трав семейства сложноцветных. Св.200 видов, повсеместно (преимущественно в Америке); в России несколько видов. Череда трехраздельная – лекарственное растение.

ДУШИЦА, род многолетних трав семейства губоцветных. Св.20 видов, в Европе и Зап.Азии. Многие медоносы. Содержат эфирные масла, дубильные вещества и аскорбиновую кислоту. Листья душицы обыкновенной применяют как пряность, лекарственное средство.

Современная наука изучает и проверяет многовековой опыт траволечения, пополняя арсенал лечебных средств. Одной из важнейших задач здравоохранения является создание разнообразных, доступных, дешевых и высокоэффективных средств. Сейчас около половины всех лекарств – растительного происхождения.

Растения – это сложная природная лаборатория. Они поглощают из воздуха углекислый газ, из почвы – минеральные вещества и азот, из которых вырабатываются сахар, кислоты, эфирные масла, фитонциды (летучие вещества, убивающие бактерии), витамины, алкалоиды (ядовитые вещества) и другие. Эти химические вещества называются действующими. У каждого растения есть свое действующее вещество, и откладывается оно в разных частях, например, у одних эфирные масла содержатся в корнях, у других в листьях. Необходимо уметь использовать нужные лекарственные растения, безошибочно отличать их от других видов, знать их лечебные свойства, степень ядовитости и практическое применение в медицине.

Трудно даже представить, какое многообразие растительности порождает богатая природа. Среди многочисленных видов растений большое место занимают лекарственные.

И мы приглашаем вас в путешествие по стране лекарственных растений. В этом путешествии вас все время будут сопровождать наши зеленые друзья – целебные травы, кустарники и деревья.

ПЕРВЫЙ ГЕЙМ

РАЗМИНКА

Каждой команде предлагается ответить на 20 вопросов. За каждый правильный ответ – 1 балл.

1-й команде:

1. Документ, содержащий краткие сведения о распространении и мерах охраны редких видов растений всего мира. (*Красная книга*).
2. Растение, которым сводят бородавки. (*Чистотел*).
3. Лекарственное растение, гарантирующее продолжительную жизнь. Ближайший родственник Кошcea. (*Бессмертник*).
4. Как называется международная организация по защите окружающей среды? (*Гринпис*).
5. Витаминный напиток, приготовленный из мякоти фруктов и овощей. (*Сок*).
6. Какой овощ содержит наибольшее количество каротина, так называемого «витамина роста»? (*Морковь*).
7. Цветы этого дерева применяют в качестве чая при простудных заболеваниях? (*Липа*).
8. Именем этого лекарственного растения названа вредная тетка из мультфильма о похождениях поросенка Фунтика. (*Белладонна*).
9. Из этого витаминного растения варят зеленые щи. (*Щавель*).
10. У русского народа это лекарственное растение получило название «столетник». А как звучит его научное название? (*Алоэ*).
11. Как называется состав различных лекарственных растений? (*Сбор*).
12. Целебный цветок – предок всех роз. (*Шиповник*).
13. Желтый, кислый плод южного дерева, который мы употребляем во время простуды. (*Лимон*).
14. Родина этого культурного растения – Китай; там наряду с рисом оно считается важнейшим продуктом питания. В Японии из этого растения, богатого маслом и белками, научились изготавливать сливки, творог и сыр; колбасу и сосиски; муку и масло; топливо для автомобилей и даже резину. (*Соя*).
15. Русское название этого растения произошло от казахского слова «джерabay», что в переводе означает «целитель ран». Что это за растение? (*Зверобой*).
16. Лекарственное растение, растущее вдоль дорог. (*Подорожник*).
17. Самый часто употребляемый в Казахстане целебный и тонизирующий напиток. (*Чай*).
18. Эту полезную ягодную культуру называют ягодой Солнца. (*Виноград*).
19. Этот овощ по содержанию витамина С превосходит лимоны, апельсины, помидоры, находится на одном уровне с черной смородиной и уступает лишь шиповнику. (*Стручковый перец*).
20. Полезный комнатный цветок, запах листьев которого отпугивает мух и комаров. (*Герань*).

II-й команде:

1. Как называется растительный мир? (*Флора*).
2. Лекарственное растение, занесенное в Красную книгу, произрастающее только в Южном Казахстане; оно также изображено на гербе г.Шымкента. (*Цитварная полынь*).
3. Из какого полезного лекарственного растения, в избытке растущего у нас в Шымкенте, можно приготовить кофе, по вкусу не уступающий «Нескафе». (*Цикорий*).
4. Наука о правильном природопользовании и охране живых организмов. (*Экология*).
5. Витаминное блюдо, приготовленное из измельченных овощей с добавлением соли и растительного масла. (*Салат*).
6. Какое растение содержит наибольшее количество йода? (*Водоросли*).
7. Растение, обладающее целебными свойствами, в народе зовется «кошачьим зельем», так как кошки очень любят его запах и даже едят листья. (*Валериана*).
8. Лиственное дерево с белым стволом, поставщик целебного сока. (*Береза*).
9. Это жгучее растение при варке зеленых щей способно заменить собой щавель. (*Крatiва*).
10. Латинское название этого декоративного и лекарственного цветка – календула. В России этот цветок получил название за форму лепестков, сходную с формой пластинок на пальцах. (*Ноготки*).
11. Как называется лечебное средство, приготовленное на основе лекарственных растений и воды? (*Отвар*).
12. Лекарственный цветок, на лепестках которого гадают все влюбленные. (*Ромашка*).
13. Сладкое вещество, имеющее целебные свойства, которое вырабатывают пчелы, собирая пыльцу и нектар растений. (*Мед*).
14. Великий русский полководец А.В.Суворов очень ценил эту злаковую культуру. Кашу, приготовленную из нее, он называл богатырской, ведь она не только вкусна, но и очень питательна. Что это за злак? (*Гречиxа*).
15. Одно из имен этого полезного растения – репейник, второе его имя может служить для неуважительного отзыва о ком-нибудь в среде подростков. (*Лопух*).
16. Лекарственное растение, входящее в состав почти всех жевательных резинок. (*Мята*).
17. Дерево, из бобов которого индейцы варили очень питательный и бодрящий напиток шоколатл. (*Какао*).
18. Орех, имеющий «импортное» название. (*Арахис*).
19. Эта овощная культура до появления на Руси картофеля занимала в рационе крестьян второе место после хлеба. Как известно из народной сказки, она может вырасти до невероятных размеров. (*Репa*).
20. Засушенные цветки этого горного растения, о котором пела в популярной песне София Ротару, избавят ваш дом от моли. (*Лаванда*).

ВТОРОЙ ГЕЙМ

ДАЛЕКОЕ ПРОШЛОЕ СТРАНЫ ЛЕГУМИИ

ВЕДУЩИЙ: В этом гейме мы отправимся с вами в историческое путешествие по стране Легумии. Ее вы не найдете на географической карте.

Иногда вы можете представить ее огромной – глазами не охватишь, иногда крохотной – такой, что уместится на подоконнике. Это страна полной тишины. Когда ее жители – легумы – болеют или хотят пить, помощи они просят беззвучно. И если вы позаботитесь о них, они в долгу не останутся: легумы вас накормят и вылечат, неблагодарных среди них нет.

Путешествовать по этой стране можно только пешком, и может случиться, что левая нога у вас окажется на Севере, а правая в тропиках. Разгадывается эта загадка просто: в переводе с французского «легум» - овощ. А страна Легумия, как вы догадались, - это огород. Вот по нему-то мы и будем путешествовать.

ВОПРОСЫ:

1. Эта овощная культура – иностранка на наших полях, правда, очень прижившаяся, но прибывшая к нам из-за океана. Ее родина – горные плато в Перу. Привез ее в Европу на испанских кораблях в XV в. Христофор Колумб. У индейцев племени кечуа овощ носил название «папа». В его честь устраивали праздник урожая. Женщины наряжали овощи как кукол, шили им юбочки из разноцветных лоскутков. Мужчины танцевали, поставив на голову мешочек с плодами этого растения. В Европе же первое время эту культуру выращивали любители редких растений и не на грядках, а в цветочных горшках. В конце XVIII в. Это растение было еще новинкой. Французская королева украшала свое платье цветами этого растения, а плоды подавали только на обед королю. Что это за растение? (Картофель).

1-я подсказка: В России новинку приняли не сразу, кое-где даже начались бунты. Русские мужики поверили слухам, будто овощ сажать грех, землю запоганишь, без хлеба останешься. По царскому приказу бунтовщиков секли розгами, а самых упрямых ссылали в Сибирь. Но не жестокие расправы убедили крестьян в пользу посадки овоща; убедил он сам. В долгие студеные зимы, когда посева ржи вымерзали, именно плоды этой овощной культуры спасали целые семьи от голода.

2-я подсказка: Благодаря большому количеству крахмала, содержащемуся в плодах этого овоща, можно вылечить желудочные заболевания.

2. Древние греки считали это растение пищей бедняков, поэтому, людям, его употреблявшим, был воспрещен вход в храм Афродиты Ливийской. Тем не менее Пифагор назвал его царем среди приправ. Воины Древнего Рима жевали его перед боем. В Англии перед петушиными боями давали его поклевать петухам, чтобы они задорнее дрались. (Чеснок).

1-я подсказка: В Древнем Египте им лечили все болезни: от насморка и зубной боли до чумы и безумия. Одно из объяснений того, что во время строительства египетских пирамид многочисленные рабы, содержащиеся в ужасных условиях, избежали эпидемий, состоит в том, что в их рацион ежедневно входил этот овощ.

2-я подсказка: Это растение содержит летучие вещества – фитонциды. Именно благодаря им достаточно 1-2 минут, чтобы уничтожить возбудителей таких опасных заболеваний, как туберкулез, дифтерия, грипп и т.п.

3. Как и картофель, это растение в Европу привезли испанские моряки из эскадры Христофора Колумба. Для американских индейцев оно было главной пищей. Семена растения варили и жарили, из них же готовили напитки. Отваром из листьев лечили больных. Стебли служили дровами; из них также сооружали хижины-вигвамы. Не было для индейцев более полезного растения, чем это. О нем слагали легенды и песни. Многие племена почитали бога Тлалок и богиню Синтеотль, которые будто бы создали это растение и научили его выращивать. Этим богам приносили в жертву хлеб, выпеченный из семян этого растения. (Кукуруза).

1-я подсказка: От индейцев испанцы узнали, как нужно обрабатывать поле для посева. Полагалось вырыть ямки в земле, в каждую положить по рыбке, туда же бросить несколько семян и засыпать ямки землей. Зачем нужна рыба, индейцы не могли толком объяснить – отвечали, что так научил их великий бог Тлалок. Лишь со временем испанцы догадались: рыба служит удобрением.

2-я подсказка: В Европе наравне с пшеницей, рисом и картофелем это растение называют кормилицей человечества. Еще бы! Ведь все, что собрано с поля: все «вершки» и «корешки» идут в дело, ничего не пропадает: стебли и листья идут на корм скоту, а золотые зерна попадают на ваш стол. Если перечислить все блюда, которые можно приготовить из этой замечательной культуры, то получится толстая кулинарная книга.

4. С уважением и благодарностью вспоминаем мы Древнюю Грецию в дни Олимпийских игр. Здесь более 2,5 тысяч лет назад были проведены первые Олимпийские игры – праздник мира, мужества и красоты. Одной из наград был венок из растения, у которого ценны и корешок, и вершок, и семена. Этот пряный овощ имеет «каменное» имя, так как в переводе с греческого означает «камень». Этим именем называли мальчиков в надежде, что они будут стойкими к невзгодам, крепкими как камень. (Петрушка).

1-я подсказка: Пряность широко применяют в кулинарии в качестве приправы; ее добавляют в первые и вторые блюда, как правило, сразу перед подачей на стол.

2-я подсказка: Этим именем назван один из сказочных героев славянских народов.

ПОДОРОЖНИК БОЛЬШОЙ

Распространен по всему региону. Растет у дорог, на лугах, пустырях, около домов.

Подорожник большой содержит органические кислоты, аминокислоты, витамины С, К, противовоспалительный витамин, дубильные вещества, минеральные соли.

Применяется при кашле, заболеваниях органов дыхания, желудочно-кишечных заболеваниях, язве желудка и кишечника, болезнях мочевого пузыря и мочевых путей, геморрое, малярии, кожных заболеваниях.

Наружно – при ранах, язвах, ожогах, укусах насекомых, заболеваниях глаз.

ЗЕМЛЯНИКА ЛЕСНАЯ

Растет в негустых лесах, на лесных полянах и опушках хвойных лесов.

Земляника лесная содержит сахар, органические кислоты, преимущественно лимонную, пектиновые и дубильные вещества, алкалоиды, микроэлементы, витамины, азотистые соединения.

Растение относится к древнейшим лекарственным средствам. Свежие плоды земляники возбуждают аппетит, обладают свойством растворять и выводить печеночные и почечные камни, регулировать основной обмен веществ в организме, лечить и предупреждать развитие склероза сосудов, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, подагры.

Такими же свойствами обладают листья и корневища, из которых готовят отвары и настои.

При этом используются только части земляники лесной, целебные свойства которой значительно выше, чем земляники земной.

ПОЛЫНЬ ОБЫКНОВЕННАЯ

Встречается повсеместно. Растет среди кустарников, по берегам водоемов, окраинам полей, на лугах. Растение содержит эфирное масло, горечь, витамины А, С, слизистые и смолистые вещества, инулин.

Полынь обыкновенная широко используется как успокаивающее, противосудорожное и слабое снотворное средство при эпилепсии, невралгии.

Настой и отвар ускоряют менструации и роды, снимают болевые ощущения, повышают аппетит, улучшают работу желудочно-кишечного тракта. Свежий сок из листьев способствует заживлению ран.

МАЛИНА ОБЫКНОВЕННАЯ

Произрастает во многих странах мира с умеренным климатом. В ягодах малины содержится 10-12% сахаров (главным образом глюкоза и фруктоза), 5-6% клетчатки, до 2-3% органических кислот (лимонная, яблочная), пектины, дубильные и красящие вещества, а также витамины В1, В2, РР, фолиевая и аскорбиновая кислоты, каротин, соли меди и калия, а также салициловая кислота, жирные кислоты и В-ситиостерин.

Свежие ягоды имеют специфический приятный вкус и аромат, утоляют жажду и улучшают пищеварение.

Включение в диетические рационы ягод малины или продуктов из них значительно ускоряет лечение различных заболеваний желудочно-кишечного тракта, так как они обладают противорвотными, противовоспалительными и обезболивающими свойствами. Сухие плоды малины, заваренные в виде чая, обладают жаропонижающими и потогонными свойствами. Чай из малины традиционно назначают при различных простудных заболеваниях (лечебный эффект зависит в основном от наличия в плодах салициловой кислоты).

ВАСИЛЕК СИНИЙ

Растет повсеместно, является сорняком злаковых. Для медицинских целей заготавливают цветки растения. Цветки василька содержат гликозиды, цикорин, цитаурин, красящие вещества (цианин), окрашивающие цветки в синий цвет, пеларгонина хлорид и другие соединения.

Настои и отвары из цветков василька применяют в комплексной терапии при хронических воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей. Препараты эффективны при отеках, связанных с заболеваниями почек и сердечно-сосудистой системы.

Цветки растения назначают в составе мочегонных сборов при мочекаменной болезни, циститах, нефрозах и других заболеваниях.

Горечи, присутствующие в растении, улучшают функции пищеварения.

КРАПИВА ДВУДОМНАЯ

Крапива распространена повсеместно как сорное растение.

Для медицинских целей заготавливают листья растения. В листьях крапивы содержатся дубильные и белковые вещества, муравьиная кислота, гликозид уртицин, витамин К и аскорбиновая кислота, пантотеновая кислота, каротиноиды, хлорофилл, ситостерин, гистамин, виолаксантин, соли железа и воск.

Крапиву издавна использовали в лечебных целях. Настой и жидкий экстракт крапивы двудомной применяют в качестве кровоостанавливающего средства при легочных, почечных и кишечных кровотечениях.

Крапива применяется также при атеросклерозе, железодефицитной анемии, гастритах, язвенной болезни желудка.

Листья крапивы включены в состав витаминных, желудочных и кровоостанавливающих сборов.

ШИПОВНИК КОРИЧНЫЙ

Произрастает в Европейской части, в Сибири, на Кавказе.

Плоды растения содержат сахара, пектины, дубильные вещества, органические кислоты (яблочная, лимонная, оминовая, линолевая, линоленовая), флавоноиды, жирное масло, аскорбиновую кислоту, витамины В1, В2, Р и РР, К, каротин (провитамин А), токофероны (витамин Е), соли железа, марганца, фосфора, магния и кальция.

Плоды шиповника используют главным образом с целью профилактики и лечения авитаминозов С и Р. Препараты шиповника назначают при острых и хронических инфекциях, при атеросклерозе, нефритах, заболеваниях печени, кишечника, при язвенной болезни, геморрагических диатезах, кровотечениях (легочных, маточных), при передозировке антикоагулянтов, гипертиреозе и недостаточности надпочечников, травматическом шоке. Витамины, содержащиеся в плодах шиповника, повышают защитные свойства организма больного и облегчают течение болезни.

Из семян шиповника получают масло, которое используется наружно как ранозаживляющее средство.

ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ

Распространен почти по всей территории, за исключением северных районов Сибири и Дальнего Востока, пустынных и полупустынных районов Средней Азии, Казахстана и Нижнего Поволжья.

Для медицинских целей заготавливают траву тысячелистника. Листья растения содержат алколоид ахимин, эфирное масло, в состав которого входит хамазулен; сложные эфиры, камфору, туйон, борнеол, цинсон, гликозиды – алиенин и лютеолин, дубильные вещества, смолы, аминокислоты, органические кислоты, каротин, витамин К, аскорбиновую кислоту, горькие вещества.

Препараты из тысячелистника широко применяют при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, при гастритах с пониженной секрецией желудочного сока, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, язвенных спастических коликах.

Повязки, смоченные экстрактом растения, накладывают на раны, порезы, язвы. Настоем тысячелистника промывают раны.

ЗВЕРОБОЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ

Цветет в июне-июле. Кустарники, опушки, вырубки, суходольные луга, склоны и как сорное растение по межам и у дорог.

Лекарственное. Употребляют верхушки стеблей с соцветиями.

Содержит смолистые, дубильные и красящие вещества, эфирные масла, каротин, витамин С и др.

Водные отвары используются в качестве вяжущего и тонизирующего средства при кашле, болезни печени, хронических колитах и поносах.

Трава используется для дубления кож, крашения и приготовления горьких водок.

ОДУВАНЧИК ЛЕКАРСТВЕННЫЙ

Многолетнее травянистое растение высотой до 50-60 см, семейства сложноцветных.

Произрастает почти во всех районах страны, кроме Арктики, высокогорий и пустынной зоны.

Лекарственным сырьем служат корни одуванчика. Корни растения содержат тритерпеновые соединения, стерины, холин, никотиновую кислоту, никотинамид, каучук, смолы, воск, инумен, жирное масло, органические кислоты (олеаноловая, линолевая, пальмитиновая и др.).

Одуванчик относится к лекарственным растениям, содержащим горечи, применяют его для возбуждения аппетита и улучшения пищеварения.

Рефлекторное действие препаратов одуванчика осуществляется путем раздражения вкусовых рецепторов языка и слизистой оболочки ротовой полости, что ведет к возбуждению пищевого центра, а затем к усилению секреции желудочного сока и секреции других пищеварительных желез.

БЕССМЕРТНИК ПЕСЧАНЫЙ

Многолетнее травянистое растение из семейства астровых с войлочно-опушенными побегами. Имеет ветвистое, темно-бурое, деревянистое корневище. Листья очередные, цветки небольшие, желтые или оранжевые.

Жесткие чешуйки обертки соцветия не вянут и не теряют окраски даже тогда, когда соцветия срезаны. Отсюда и название – бессмертник.

В медицинской практике используют цветочные корзинки с верхними частями стеблей, в которых содержатся флавоноиды, флавоногликозиды, эфирное масло, изогелихризин, ситостерин, стеролин, органические кислоты, каротиноиды, слизи, витамин К, горькие и дубильные вещества, сульфаты и хлориды калия, кальция, железа, марганца.

В традиционной медицине бессмертник песчаный применяют как слабое седативное и улучшающее обмен веществ средство при атеросклерозе. Обладает он тонизирующим действием, может несколько повысить артериальное давление, стимулирует работу желудка и поджелудочной железы, усиливает перистальтику кишечника. Применяется также при гастритах, панкреатитах, колитах, атонических запорах. Однако основное действие бессмертника – желчегонное, регулирующее и желчеобразование, и желчевыделение.

Применяется иногда в качестве кровоостанавливающего средства.

ЛЕБЕДА САДОВАЯ

Травянистое растение из семейства маревых с прямостоячим, разветвленным стеблем, высотой 15-120 см.

Распространена во многих районах европейской части, в южных районах Западной Сибири, в Средней Азии. Произрастает близ жилья, на огородах (сорное растение), в солончаковых степях.

Пищевую ценность представляют светло-зеленые матовые листья лебеды. В них обнаружены значительные количества белка, каротина, витамина С, а также жир, клетчатка, минеральные соли.

Как овощное, лекарственное и декоративное растение лебеда была известна еще в Древней Греции. Из лебеды пекли блинчики и варили кашу.

Гиппократ и Гален рекомендовали ее при желтухе, частых запорах. В качестве наружного средства траву применяли как смягчительную припарку, облегчающую подагрические боли, боли геморроидальных шишек, другие болевые опухоли. Листья и цветки красной лебеды пили вместо чая при простуде – хрипоте, скоплении мокроты.

ПЕТРУШКА КУДРЯВАЯ

Встречается под названием петрушка, петроселинява трава, невестица, петросилия.

Плоды петрушки содержат эфирное масло, жирное масло, флавоноиды, гликозиды нарингенина и апигенина. В листьях имеются эфирное масло, каротин, аскорбиновая кислота. В состав эфирного масла входят апиол, пинен, другие терпены, фенолы.

Петрушка очень богата полезными для организма человека веществами. По содержанию витамина С она превосходит многие овощи и фрукты: в зеленых листьях витамина в 5 раз больше, чем в лимонах и апельсинах. Небольшой пучок свежей зелени петрушки обеспечивает суточную потребность человека в витамине С и каротине. Зелень также содержит богатый набор других витаминов (В1, В2, К, РР, фолиевую кислоту), минеральные вещества (соли железа, калия, магния, кальция, фосфора).

Петрушка способствует выведению солей из организма. Зелень петрушки уменьшает потливость, показана при заболеваниях почек, атеросклерозе.

ЛЕС ЧУДЕС

ЦЕЛЬ МЕРОПРИЯТИЯ: проверить, хорошо ли ребята знают северный лес, знакомы ли они с целебными свойствами лесных растений и с повадками животных, известны ли им редкие и исчезающие растения и животные, нуждающиеся в охране.

ДЕЙСТВУЮЩИЕ ЛИЦА: Лесовик, Лесник, девица Травяница, дед Древовед, Библиотекарь.

ОПУШКА ЛЕСА

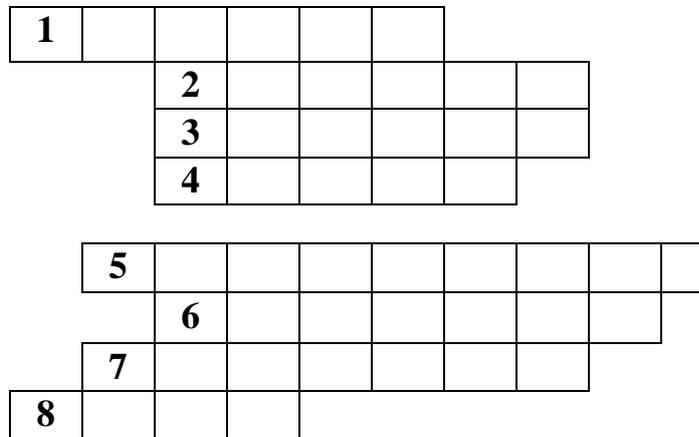
На опушке леса детей встречает Лесовик. Он предлагает отгадать загадки о растениях и животных. Те, кто сумел отгадать загадки, входят в лес по тропинке.

1. Что за травка угощает
На лугах, в лесной глуши
Человека – вкусным чаем,
Пчел – нектаром от души?
(Иван-чай)
2. Кто же я? Мне дорог ельник,
Я соседством с ним горжусь.
Заменить могу я щавель
И для многих блюд гожусь.
(Кислица)
3. Не сосна я и не елка!
Только осень на порог –
До единой все иголки
Скину с веток точно в срок.
(Лиственница)
4. Что за дерево? В лесу ли,
В парке ли, в саду цветет –
Больше всех пчелиным ульям
Меда летом отдает.
(Липа)
5. Ах, не трогайте меня!
Обожгу и без огня.
(Крапива)

6. Стоят в поле сестрички –
Желтый глаз, белые реснички.
(Ромашка)
7. Как пурга в лесу завоет
И морозы станут злей -
Я столовую открою
Для клестов и глухарей.
(Сосна)
8. Разрастаюсь всюду смело,
А порой бывает так:
Я вцепляюсь озверело
Даже в самых злых собак!
(Репейник)
9. На зеленой хрупкой ножке
Вырос шарик у дорожки.
Ветерочек прошуршал
И развеял этот шар.
(Одуванчик)

ЛЕСНАЯ ТРОПИНКА

По тропинке ребят ведет Лесник. По дороге все вместе отгадывают кроссворд «Дары леса».



ВОПРОСЫ:

1. О настойке из этого растения в старину говорили, что она «дороже есть злата драгова и пристойт ко всем недугам». В XIX веке ученые исследовали это растение, и медики стали применять целебную настойку как лекарство против сердечных заболеваний. Нужно помнить, однако, что растение это ядовито!
2. Мед, который собирают пчелы с этого растения, лучше многих других: и вкусен, и полезен, и ароматен! Целебными свойствами обладают и листья этого растения, и побеги, и цветки. Ну, а про ягоды и говорить нечего: в любом виде – свежие, сваренные, высушенные – это и лакомство, и лекарство!
3. На вид этот гриб хорош: изящный, светлый, будто выточенный, а на шляпке словно тонкой кисточкой нарисованы круги. Грибники и хозяйки особенно ценят маленькие, молоденькие грибки. Хороши они и соленые, и маринованные.
4. Эти грибы растут на полянках семьями. Издали кажется, будто разбросаны в траве золотые монеты из старинного клада. Эти грибочки тоже солят и маринуют – очень они вкусные!
5. Целебные свойства этого растения известны человеку с незапамятных времен. Настойка его корня – хорошее успокоительное средство. Название растения происходит от латинского слова «вале» - «будь здоров».
6. Говорят, что в зарослях этого кустарничка лесные гномы прячут свое богатство. И в самом деле, ягоды его не только очень вкусны, но и чрезвычайно полезны. Особенно хорошо они помогают при заболеваниях глаз.
7. Эти грибы всегда растут большими семьями и так и просятся в корзинку. Они почти никогда не бывают червивыми, не крошатся и не ломаются даже в рюкзаке, а уж до чего они вкусны в сметане!
8. Это неприметное на вид растение – одно из самых душистых в мире. Его часто используют в кулинарии, его экстракт добавляют во многие лекарства. С уверенностью можно сказать, что вы и сегодня встречались с ним – когда чистили зубы!

ОТВЕТЫ: 1. Ландыш. 2. Малина. 3. Груздь. 4. Рыжик. 5. Валериана. 6. Черника. 7. Лисички. 8. Мята.

ЛЕСНАЯ ПОЛЯНА

На поляне ребята подходят к девице Травянице. Она беседует с ними о растениях, занесенных в Красную книгу. Ребята по описанию узнают, о каком растении идет речь.

1. Это многолетнее растение зацветает только на девятый год жизни, и тогда берега речек и озер словно покрыты зелеными покрывалами в ярко-желтую крапинку. Цветок этого растения похож на маленькую желтую розочку, и поэтому «любители прекрасного» нещадно истребляют цветы. Именно истребляют, потому что букет желтых «розочек» невозможно донести до дома – сорванные, они быстро вянут, и оживить их не удастся.

Купальница.

2. Немало людей считают этот водяной цветок самым красивым – и верно! Чисто-белые лепестки, окруженные плотными темно-зелеными листьями, удивительно хороши на поверхности спокойной воды. Еще совсем недавно этих цветов было сколько угодно, но люди, лишённые здравого смысла, на лодках и вплавь добираются в тихие заводи и рвут, рвут... И зря: никогда этот цветок не будет стоять в вазе.

Кувшинка.

3. Это растение часто называют желтой кувшинкой: оно тоже покрывает поверхность воды, но цветы не белые, а желтые, округлые. А название свое это растение получило потому, что его плод похож на глиняный округлый сосуд, в каких в старину прятали деньги.

Кубышка.

4. Одно из самых красивых и полезных растений, к сожалению, на грани гибели. За ним охотятся не только «любители цветов», но и те, кто заготавливает сырье для аптек. Они вырывают растение с корнем. А ведь достаточно только чуть повредить корневище – и может погибнуть вся заросль на поляне. Тот же, кто рвет только стебельки с цветами – снежно-белыми «колокольчиками», - тоже поступает плохо: ведь сорванный цветок не оставит на поляне своих семян... Так что на будущий год любоваться будет нечем.

Ландыш.

Путешествие заканчивается на краю леса, где Библиотекарь раздает ребятам цветные карандаши и проводит конкурс рисунка на «лесную» тему.

Легенда о происхождении одуванчика

В маленьком селении в глубине лесов жила девочка-молочница. Пасла она козу и продавала всем, кто хотел, молоко. Была приветлива и миловидна, всем умела сказать ласковое слово, и даже одно ее появление было желанно людям. За это ее и прозвали: она своей улыбкой и приветливым словом отдувала от людей тяжелые мысли.

Выросла Отдуваночка-молочница и горячо полюбила Жаворонка. Особенно нравилась ей его песня без слов. Но однажды захотелось ей узнать, о чем поет любимый.

Уговорила она Жаворонка спуститься с неба и пропеть слова песни и услышала: «Нежная моя любовь к тебе, как солнца первый луч, но манит ввысь небес простор, и зов его могуч». Бросилась Отдуваночка к Жаворонку, хотела его удержать при себе навсегда, но не успела. Жаворонок взмыл в небо, и девушка поняла, что утратила свое счастье. В отчаянии взмахнула она своей желтой косынкой, и оттуда выпало несколько золотых монеток.

Подхватил их ветер и стал носить по свету. Там, где они касались земли, вырастали золотистые головки цветов, которые люди с тех пор назвали по имени молочницы – Одуванчиками.

легенда о подорожнике

Однажды две змеи, расположившись у дороги, грелись на солнышке. Вдруг из-за поворота выехала повозка. Одна змея успела уползти с дороги, а другая замешкалась, и колесо переехало ее. Люди, сидевшие в повозке, увидела, как первая змея, оставшись невредимой, уползла, но вскоре возвратилась с листом подорожника и исцелила пострадавшую змею.

Говорят, что этот случай и натолкнул людей на мысль использовать растение для лечения ран.

РЯБИНКА

Рассказ

РЯБИНКА стояла у забора рядом с калиткой из серого от времени штакетника. Ровный гладкий ствол величаво держал ветвистую, кудрявую шапку с перистыми листьями. Кое-где проклеывались щитки соцветий. Легкий ветерок нежно заигрывал с листвой.

Воробьи и синички копошились в густой зелени рябиновой листвы, что-то высматривая, выклеывая, звонко переговариваясь о своих птичьих проблемах.

Рябина – нежное деревце, любящее соседство с человеком. С ней можно поделиться самым сокровенным, как с лучшей подружкой. Она молча выслушает ваши проблемы и вам станет легче и спокойнее.

И только человек внимательный заметит, что утратив общение с людьми, грустно повиснут веточки некогда раскудрявой рябинушки. Так и не раскроются белые соцветия. Нижние веточки начинают засыхать и ни ласкающий теплый ветерок, ни мягкий летний дождик не смогут вернуть к жизни засыхающую от одиночества, привыкшую к теплоте и искренности общения с ней, рябинку.

ЦВЕТЫ РОССИИ

*Берегите Землю! Берегите
Жаворонка в голубом зените,
Бабочку на стебле повилики,
На тропинке солнечные блики,
На камнях играющего краба,
Над пустыней тень от баобаба,
Ястреба, парящего над полем,
Ясный месяц над речным покоем.*

ВЕДУЩИЙ: Русская природа, полная поэзии и прелести, волнует каждого человека, любящего родную землю.

А.Г.Герцен писал: «Наши бесконечные луга, покрытые ровной зеленью, успокоительно хороши, в нашей стелющейся природе что-то мирное, доверчивое, раскрытое... Что-то такое, что поется в русской песне, что кровно отзывается в русском сердце».

Исполняется песня «То березка, то рябина».

На земле произрастают десятки тысяч видов растений. Но у людей особое, благоговейное отношение к цветам. Мы так сроднились с цветами, что даже не задумываемся порой, сколь удивительным и совершенным творением природы они являются.

Сколь бедны оказались бы мы, не будь на Земле цветов!

Еще за три тысячи лет до нашей эры садовники Египта и Сирии разводили розы, маки, ландыши.

Когда в XX веке была вскрыта гробница египетского фараона Тутанхамона, археологи увидели многочисленные драгоценности, украшавшие мумию. Но поверх всех украшений лежал скромный букетик увядших полевых цветов, и, казалось, они сохранили свой аромат. Не золото, не рубины, а цветы были последним знаком любви молодой вдовы к ушедшему супругу

ВОСПИТАННИК: Нет на Земле языка сокровеннее и понятнее, чем язык цветов. Даже один-единственный цветок может сказать человеку больше, чем самое красноречивое послание: выразить и уважение, и любовь.

В Австралии, в городе Сиднее, был построен оперный театр. Для своего первого представления, которое состоялось в 1973 году, труппа выбрала оперу композитора С.С.Прокофьева «Война и мир». Зал был переполнен, актеров то и дело вызывали на «бис». И лишь одно кресло в первом ряду оставалось незанятым: на нем лежала... белая роза. Неизвестный поклонник музыки С.С.Прокофьева, не успевший прилететь на представление, передал из Чикаго по телеграфу необычную просьбу: положить на его место розу в знак уважения к великому композитору.

Розу положить на кресло в первом ряду.

У русской поэтессы Е.Бекетовой есть стихи о **сирени**, их положил на музыку композитор С.В.Рахманинов.

По утру, на заре,
По росистой траве,
Я пойду свежим утром дышать.
И в душистую тень,
Где теснится сирень.
Я пойду свое счастье искать.

В жизни счастье одно
Мне найти суждено,
И то счастье в сирени живет,
На зеленых ветвях,
На душистых кистях
Мое бедное счастье цветет...

Этот романс обошел всю Россию, а у композитора появилась безымянная поклонница. Оставаясь неизвестной в течение многих лет, она приветствовала каждое выступление С.В.Рахманинова на концерте букетом белой сирени. Независимо от времени года, в любом городе, где композитор выступал, он получал чудесные цветы. С.В.Рахманинов прозвал таинственную незнакомку Белой сиренью и лишь много лет спустя узнал ее имя. Эту женщину, оказавшуюся преподавательницей провинциальной гимназии, звали Фекла Руссо.

Исполняется песня «Расцвела сирень, черемуха в саду»

ВЕДУЩИЙ: Мир цветов удивителен. У каждого цветка свой характер, свое назначение, своя тайна, тайна красоты... О многих цветах сложены легенды и предания.

ВОСПИТАННИК: Еще лежат снежные сугробы, а на проталинах появляются голубые, как небо, цветочки – **подснежники**, маленькие, нежные, пахнущие. И начинает казаться, что именно их, крохотных, но смелых, испугалась зима и сдалась.

Древняя легенда рассказывает: когда Адам и Ева были изгнаны из рая, шел сильный снег, и Еве стало холодно. Тогда, пожалев ее, несколько снежинок превратились в цветы. Увидев это, Ева повеселела, в ней ожила надежда. С тех пор подснежник стал вестником весны, приближения теплых дней.

Вальс цветов.

ВОСПИТАННИЦА: Полна чудес могучая природа!
Дары свои обильно рассыпая,
Причудливо она играет: бросит
В болотинке, в забытом уголке
Под кустиком, цветок весны
Жемчужный,
Задумчиво склоненный **ландыш**.

ВОСПИТАННИК:

О первый ландыш! Из-под снега
Ты просишь солнечных лучей,
Какая девственная нега
В душистой чистоте твоей!
Как первый луч весенний ярок!
Какие в нем нисходят сны!
Как ты пленителен, подарок
Воспламеняющей весны!
Так дева в первый раз вздыхает –
О чем, неясно ей самой, -
И робкий вздох благоухает
Избытком жизни молодой.

Исполняется песня или мелодия «Ландыши» (сл. О. Фадеевой, муз. О. Фельцмана).

ВОСПИТАННИЦЫ: Когда распускаются ландыши, кажется, сам воздух в лесу настоян на их аромате.

Стебелек ландыша унизан маленькими белыми кувшинками, перевернутыми горлышком вниз, и из каждого кувшинчика льется тончайший, ни с чем не сравнимый аромат. Отцветает ландыш, и на месте осыпавшихся лепестков появляются крупные красные ягодки.

Одна из легенд уверяет, что это вовсе не ягодки, а горючие слезы, которыми ландыш оплакивает свое расставание с весной. Весна хоть и полюбила ландыш, но ненадолго. Вечно молодая, непоседливая, она ни с кем долго не бывает. Мимоходом приласкала весна и ландыш, но скоро ушла, оставив цветок жаркому лету. И ландыш поник от горя, его лепестки опали и на их месте появились кровинки-слезинки.

А по древнерусской легенде, морская царевна Волхова полюбила юношу Садко, а он отдал свое сердце Любаве. Опечаленная Волхова вышла на берег и стала плакать. И там, где упали слезинки царевны, выросли ландыши – символ чистой и безответной любви.

О ландыш, отчего так радуешь ты взоры?
Другие есть цветы, роскошней и пышней,
И ярче краски в них, и веселей узоры,
Но прелести в них нет таинственной твоей.
В чем тайна чар твоих? Что ты душе вещаешь?
Чем манишь так к себе и сердце веселишь?
Или блаженство нам грядущее сулишь?
Не знаю. Но меня твое благоуханье,
Как винная струя, и греет, и пьянит
Как музыка, оно стесняет мое дыханье
И, как огонь любви, питает жар ланит.

И счастлив я, пока цветешь ты, ландыш скромный.

Ландыши были любимыми цветами П.И.Чайковского, Н.М.Карамзина, Леси Украинки, И.А.Бунина, А.И.Куприна, И.Е.Репина, С.В.Ковалевской...

«Я к ним питаю самую страстную любовь, - как-то признался П.И.Чайковский, говоря о ландышах, - Царем цветов я признаю ландыш.» После смерти композитора его брат Модест Петрович из года в год разводил в усадьбе в Клину ландыши. Это стало традицией, которую берегут до наших дней.

К сожалению, исчезают ландыши, рвут их безжалостно, собирают в букеты вместе с листьями, а значит, обрывают корневища, отчего цветы погибают. Совсем недавно мало кто возвращался из весеннего леса без букета ландышей. А теперь эти цветы редко увидишь в лесу.

ВОСПИТАННИЦА: Незабудка – голубенький цветочек с оранжево-желтым сердечком. До чего же верное имя дали этому цветку – такое же нежное, как он сам!

По легенде, дошедшей к нам из глубокой древности, случилось так. Когда богиня Флора появилась на земле, она стала одаривать цветы именами. Всем цветам дала имена и уже хотела удалиться, но вдруг услышала слабый голосок:

- Не забудь меня, Флора! Дай и мне какое-нибудь имя!

Оглянулась богиня – никого не видно. Снова хотела удалиться. Вдруг опять слышит:

- Не забудь меня, Флора!

Пригляделась внимательно и увидела наконец голубенький цветок – совсем крохотный.

- Хорошо, - сказала она, - ты будешь называться Незабудкой! И наделяю тебя чудесной силой: станешь возвращать память людям, которые забудут близких, друзей, Родину.

С тех пор незабудка считается символом памяти, любви и верности.

ВОСПИТАННИЦА: Вы идете по летнему лугу и видите среди разнотравья голубые колокольчики, нежные и неприхотливые цветы. Они чаруют своим изяществом и неброской расцветкой. Глядишь на колокольчики и кажется, что у них есть душа, наивная, открытая, доверчивая к людям. Что-то исконно русское таится в этих милых, нежных цветах.

ВОСПИТАННИК: Невозможно, проходя мимо поляны, на которой цветут ромашки, остаться равнодушным. Народная молва утверждает, что этот цветок похож на удивительный глаз, который все видит.

*Ромашка, излучая свет,
На солнышко похожая,
Бежит везде за нами вслед,
Своя, а не приходящая.*

*До поздней осени на нас
Бросает взгляды смелые
Ее веселый желтый глаз
Через ресницы белые.*

*Она в лугу, она в лесу
И рядом – на обочине.
По всей земле ее красу
Ветра рассредоточили.*

*По всем полянам и полям
Ромашка с мая месяца
На счастье вам, на радость нам
Растет, растет и светится.*

М.Дудин. «Ромашка»

(Исполняется песня «Ромашки спрятались» сл.И.Шаферана, муз.Е.Птичкина)

ВОСПИТАННИЦА:

На солнечной опушке
Фиалка расцвела –
Лилловенькие ушки
Тихонько подняла.
В траве она хоронится
От загребущих рук,
Но кто-то ей поклонится
И сразу видно: друг.

Е.Серова «Фиалка»

Фиалку называют лесной феей. У нее чудный нежный запах, очаровательная бледно-лиловая или белая окраска.

В Древнем Риме и Афинах это был самый почитаемый цветок: вокруг греческой столицы когда-то простирались огромные плантации фиалок.

И.С.Тургенев преподносил своим друзьям и знакомым только фиалки. Фиалка была любимым цветком великой русской актрисы М.Н.Ермолаевой. Горячо любил и воспевал фиалки А.А.Блок. В тишине ночи благоухание фиалок, признавался Ф.И.Тютчев, наполняло его душу «невыразимым чувством таинственности и погружало в состояние благоговейной сосредоточенности...».

ВОСПИТАННИК: Многие поэты любили и воспевали в стихах нежные, неприхотливые полевые цветы, растущие на полях и лугах России.

Цветики убогие северной весны,
Веете вы кротостью мирной тишины.
Ландыш клонит жемчуг
Крупных белых слез,
Синий колокольчик спит в тени берез.
Белая фиалка высится стройна,
Белая ромашка в зелени видна.
Здесь Иван-да-Марья, одуванчик там,
Желтенькие звезды всюду по лугам.

В.Брюсов

ВОСПИТАННИЦА:

В степях родных, лесах,
Где все нам с детства мило,
Где чистым воздухом приятно так дышать,
Есть в травах и цветах целительная сила.
Для всех, умеющих их тайну разгадать.

Р.Рождественский

(Исполняется песня «Травы» сл.И.Юшина, муз.В.Шаинского)

ВОСПИТАННИК:

Природы милое творенье,
Цветок, долины украшение,
На миг взлелеянный весной,
Безвестен ты в степи глухой.
Скажи: зачем же так алеешь,
Росой заискрясь, пламенеешь
И дышишь чем-то, как живым,
Благоуханным и святым?
Ты для кого в степи широкой,
Ты для кого от сел далеко?
Не для крылатых и друзей,
Поющих в воздухе степей?
Для них ли, в роскоши, семьями,
Румяной ягодой, цветами
И обаяньем для души
Вы, травы, зреете в тиши?
О пой, косарь, зови певицу,
Подругу, красную девицу,
Пока еще, шумя косой,
Не тронул ты травы степной!

А.В.Кольцов «Цветок».

ВОСПИТАННИК:

Раз любовь сама себе
Свой цветок выбирает,
Что ей путь на земле озаряет,
То должна тогда,
С тем все согласится,
Одна **роза** царицей цветов
Называться.

Сафо.

Поэтесса Древней Греции Сафо за шесть веков до нашей эры назвала розу царицей цветов. Гомер – богиней утренней зари.

Разве есть на свете цветок пленительнее и благоуханнее розы? Ее упругие стебли гордо держат цветки разных оттенков – от снежно-белых, розовых, желтых, голубовато-сиреневых до темно-красных. И каждый цветок словно волшебная, божественная мелодия. Поэты всех времен и народов не устают воспевать розу.

Нет в мире ничего нежней и краше,
Чем этот сверток алых лепестков,
Раскрывшийся благоуханной чашей.
Как он прекрасен, холоден и чист –
Глубокий кубок, полный аромата,
Как дружен с ним простой и скромный лист,
Темно-зеленый, по краям зубчатый.
За лепесток заходит лепесток,
И все они своей пурпурной тканью
Струят неиссякаемый поток
Душистого и свежего дыхания.

С.Я.Маршак «Абхазская роза».

ФОРУМ

ЭКОЛОГИЯ БРЯНЩИНЫ: ВЧЕРА, СЕГОДНЯ, ЗАВТРА?

ВСТУПЛЕНИЕ: Экология Брянщины - кризис продолжается

Брянская область – один из наиболее неблагополучных регионов в стране. Страдает природа и люди, растет процент заболеваемости и смертности, падает рождаемость, ухудшаются другие жизненно важные показатели.

Каковы пути реального улучшения критической ситуации в области?

ПОДХОД 1. Просвещение: формировать экологическую культуру

Необходимо преодолевать экологическую безграмотность и варварское отношение к себе и природе посредством образовательных и воспитательных методов.

ПОДХОД II. Управление: контролировать, координировать, финансировать

Следует направлять усилия власти на принятие насущных дееспособных законов, контроль и координацию природоохранной деятельности и финансирование экологических программ.

ПОДХОД Ш. Инициатива: активизировать роль общественности

Надо содействовать решению проблемы через участие в гражданских инициативах, деятельности общественно-экологических организаций и движений.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Нам решать

Все мы желаем, чтобы наш славный своей историей край и впредь был знаменит не как ядерная свалка, чтобы в нем цвели сады и играли дети. Ни для кого не секрет, что наши надежды на это во многом связаны с решением экологических проблем. Хотя нет единого мнения о том, как и кто может реально что-либо изменить, ясно одно: от их решения сегодня нам уже не уйти.

ВСТУПЛЕНИЕ:

ЭКОЛОГИЯ БРЯНЩИНЫ – КРИЗИС ПРОДОЛЖАЕТСЯ

Брянская область – один из наиболее экологически неблагополучных регионов в стране. Страдает природа и люди, растет процент заболеваемости и смертности, падает рождаемость, ухудшаются другие жизненно важные показатели.

Каковы пути реального улучшения критической ситуации в области?

Многие проявления сегодняшнего экологического кризиса на Брянщине нам уже хорошо знакомы. Это, прежде всего, гибель и загрязнение природы и ухудшение здоровья людей. Мы предлагаем вам для начала посмотреть лишь небольшую подборку цитат из различных изданий Брянщины за последний год:

«... на 1 кв.километр территории Брянской области ежегодно выпадает более 4 тонн сульфатной серы и азотистых соединений...»;

«... продолжающиеся выбросы с поврежденного реактора Чернобыльской АЭС приводят к загрязнению западных районов»;

«Массовая гибель рыбы произошла в Почепском районе на реках Коста и Судость. Оказывается, местный спиртзавод сбросил из хранилища барду»;

«... долгое время скрывали, что в результате чернобыльской катастрофы Брянщину накрыло радиоактивное облако...»;

«По данным Всемирной организации здравоохранения средний уровень заболевания раком щитовидной железы – 1 случай на миллион детей в год. В Новозыбкове же этот показатель в минувшем году составил 600 на миллион»;

«После Чернобыльской катастрофы на радиоактивно загрязненной территории области оказалось 22 района и 2 города областного подчинения. Общая площадь загрязнения составила 11363 км.2. Загрязнению подверглось 1335 населенных пунктов, в которых проживает 484579 человек»;

«В ходе операции «Чистый воздух» приостановлена эксплуатация более 700 автомашин, приняты постановления о наложении штрафов на сумму 2 млн. 154 тыс.руб.»;

«Радиологической службой Брянского управления лесами... установлено, что от аварии на Чернобыльской АЭС оказались загрязненными 228,5 тыс. гектаров лесного фонда Брянщины»;

«Наибольшее влияние на чистоту воздушного бассейна оказывают предприятия строительного, машиностроительного и металлургического комплексов. Выбросы загрязняющих веществ от этих комплексов соответственно составили: 33,171 тыс.тонн, 4,05 тыс.тонн, 2,46 тыс.тонн»;

«Отмечено резкое снижение рождаемости населения. Ежегодно увеличивается смертность населения...».

И таких свидетельств углубления кризиса можно найти намного больше, да вы знаете их и сами. Чтобы представить ситуацию в целом, достаточно ознакомиться, например, с шокирующими данными Комитета охраны окружающей среды и природных ресурсов Брянской области.

До каких же пор будет продолжаться все то безобразие, которое происходит в сфере экологии?

До каких пор мы будем не то чтобы не терпеть, но даже не интересоваться – есть ли варианты решения проблемы?

Ведь речь действительно идет об экологической катастрофе сегодня, прямо сейчас! Мы предлагаем вам рассмотреть и взвесить возможные «за» и «против» трех типичных подходов к решению экологической проблемы в Брянском регионе.

При всех различиях этих подходов в понимании путей решения проблемы очевидно одно – она нуждается в нашем внимании и обсуждении.

ПЕРВЫЙ ПОДХОД предлагает последовательно и поступательно развивать новую экологическую культуру, которая сможет сделать нас равнодушными и способными бороться за право на существование природы и человека в ней.

ВТОРОЙ ПОДХОД делает ставку на возможности сферы управления наиболее четко, быстро и эффективно принимать решения в экстремальной ситуации за счет ресурсов власти.

ТРЕТИЙ ПОДХОД предлагает более широко привлекать к решению экологических проблем тех, кто специально

занимается ими на уровне общественных организаций (в том числе экологические союзы и объединения и т.д.) и инициативных групп граждан и способен не только оказывать давление на власть, но и предпринимать самостоятельные действия.

ПЕРВЫЙ ПОДХОД

ПРОСВЕЩЕНИЕ: формировать экологическую культуру

Необходимо преодолевать экологическую безграмотность и варварское отношение к себе и природе посредством образовательных и воспитательных методов.

АРГУМЕНТЫ СТОРОННИКОВ

1. ИНФОРМИРОВАННОСТЬ

Ничто не имеет таких глубоких и надежных основ, как образование и воспитание. Ведь именно они способны дать человеку наиболее глубокое осознание и понимание всего происходящего, включая то, что творится сегодня с окружающей его средой и его собственным организмом. Давая информацию без прикрас о состоянии дел в сфере брянской экологии, об уровне загрязненности среды и почв, радиоактивных и химических показателях, формулируя все данные доступным и простым языком, мы реально сможем показать жителям Брянска и области, чем чревато их бездействие и что реально способно сделать просвещение.

2. НЕРАВНОДУШИЕ

Человек образованный и воспитанный не станет мириться с безобразиями и попустительством, происходящим на наших глазах, когда во имя денег и власти уходят на

задний план проблемы сохранения природы и здоровья людей. Именно развитие просвещенческой экологической культуры может создать ту преграду на пути анархии и бездеятельности в сфере экологии, имя которой – равнодушие. Чем больше равнодушных, тем сильнее и значимее их возможности, а значит, и шансы на спасение природы и на начинающих вымирать неразумных сынов ее. Основную помощь при воспитании равнодушия окажут, например, экологические учебные программы и пособия, которые можно было бы применять, начиная с детского сада, школы и кончая вузом. К тому же существует постановление Правительства РФ от 3.11.94г. «О мерах по улучшению экологического образования населения».

3. ЗДОРОВЬЕ

Процесс формирования экологической культуры не сможет обойтись и без пропаганды здорового образа жизни, опирающейся на профессионализм и знания специалистов, которых в Брянске немало. Подход, делающий основной упор на просвещение и образование, непременно приведет к тому, что мы не будем забывать одной простой истины: экология – это и мы с вами. Ведь здоровье человека – тот бесценный дар, за которым мы обязаны постоянно следить. Пропаганда здорового образа жизни, которая проникает в нас глубоко и будет нами воспринята, - откроет глаза тем, кто, уповая на самые современные препараты и лекарства, забывает о прямой связи между здоровьем человека и природой.

АРГУМЕНТЫ ПРОТИВНИКОВ

1. ДОРОГОВИЗНА

Данный подход при всех его плюсах, тем не менее, не может быть реально осуществим сегодня из-за всем хорошо знакомой проблемы. Проблема эта – отсутствие денег. Создание комплексной системы ликвидации экологической безграмотности, учебных программ, информатизация, пропаганда здорового образа жизни рано или поздно столкнутся с проблемой финансирования. Нельзя забывать и другое. Одно дело, если ты вложил деньги, скажем, в бизнес. Получил прибыль – реальный результат твоего вложения. А кто будет вкладывать деньги в просвещение и образование? Не получится ли это бесконтрольным вложением средств в никуда? А какова будет реальная отдача этих средств? У государства денег для регионов не хватает, местные бюджеты – тоже не рог изобилия. На одном энтузиазме «борьбы с экологической безграмотностью» далеко не уедешь, надо реальнее смотреть на вещи.

2. ДОЛГОСРОЧНОСТЬ

Экологическая культура – понятие сложное. Оно предполагает определенную мораль, мировоззрение, правовые аспекты. Все это отнюдь не дело одного дня, месяца или даже года. Чтобы сформировалась новая прогрессивная экологическая культура, должны пройти десятилетия. Ведь сами же сторонники похода предлагают в качестве одного из

путей – создание комплексных учебных программ с детского сада, в период школьного обучения, в вузах. Значит, они понимают, в принципе, что речь может идти минимум о 10-15 годах. В то же время данные экологической обстановки требуют принятия мер срочно, уже сегодня, для того, чтобы затормозить приближение экологического взрыва.

3. НЕОПРЕДЕЛЕННОСТЬ

Идеи просвещения сами по себе неплохи. Однако сторонники подхода не называют исполнителей и проводников этих идей. Если мы действительно имеем дело с тотальной экологической безграмотностью, то откуда возьмутся те «грамотные», кто нас будет просвещать. Думается, что ратующие за подход все же имеют в виду, что «просвещением» прежде всего должна заниматься сфера образования и воспитания, возможно, средства массовой информации, а не повально все население брянского региона, воодушевленное принципом «спасение утопающих – дело рук самих утопающих». Следовательно, прежде всего, нагрузка ляжет на плечи учителей, преподавателей вузов и т.д. Но если подходить к ликвидации экологической безграмотности серьезнее, то труд последних потребует еще больших (чем сегодня) нагрузок. Вспомните, какова жизнь современного российского учителя, и станет ясно, что данный подход – это утопия, по крайней мере на сегодня.

ПОДХОД ВТОРОЙ

УПРАВЛЕНИЕ: контролировать, координировать, финансировать

Следует направлять усилия власти на принятие насущных, дееспособных законов, контроль и координацию природоохранной деятельности и финансирование экологических программ.

АРГУМЕНТЫ СТОРОННИКОВ

1. КОНТРОЛЬ

Ряд социальных трагедий в последние годы произошел из-за того, что появившиеся в обществе свободы многими стали пониматься как вседозволенность. Сферы охраны природы и здоровья не явились исключением. Анархия и безответственность прочно укоренились в нашей жизни. Единственное, что еще хоть как-то способно сдерживать разгул страстей, – это власть. Именно власть, как основа управления, способна при надлежащей поддержке и понимании со стороны народа взять под контроль состояние дел в сфере экологии. Руководством Брянска и Брянской области принимаются конкретные меры, направленные на оздоровление экологической обстановки (так, например, 10.10.95 комитет областной Думы по вопросам Чернобыля, экологии и чрезвычайных ситуаций рассматривал конкретную программу под названием «Щитовидная железа»), однако без участия граждан эти меры половинчатые. Вот почему мы должны взять ситуацию под

контроль, а в дальнейшем последовательно улучшать ее, действуя вместе с властью, а не вопреки ей.

2. ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Никто не способен гарантировать достаточно стабильного и последовательного финансового обеспечения природоохранных проектов, кроме тех, кто реально распоряжается денежными ресурсами. Профессионалы-управленцы имеют текущие данные о состоянии дел в регионе. Они лучше знают степень замусоренности региона отходами и примерные денежные затраты на ликвидацию данной проблемы. Они в курсе состояния дел с радиоактивным загрязнением по области, имеют статистику заболеваемости и смертности, рассматривают вопросы, связанные с химическими складами и т.д. Привлекаются специалисты для решения соответствующих экологических задач. Планируются реально возможные бюджетные расходы, которые сегодня остаются главным и наиболее весомым средством борьбы за экологию в регионе.

3. ЗАКОННОСТЬ

Все мы сегодня много говорим о правовом государстве и уважении к его законам. Следовательно, каждому звену данного правового государства должна отводиться та роль, которая предписана ему по закону. *«Беда – коль сапоги начнет тачать пирожник, а пироги печь – сапожник»*, - помните эту старую поговорку? Теперь вернемся к названию данного подхода: «Управление: контролировать, координировать, финансировать». Действительно, и контроль, и координирование, и финансирование – задачи сферы управления, власти. Не могут же инициативные общественные группы распоряжаться региональным бюджетом, а отдельные граждане – предъявлять штрафы к уплате заводом за загрязнение окружающей среды. Так как экологическая проблема сегодня – одна из наиглавнейших, то и заниматься ею должны в первую очередь главные силы, отвечающие за порядок и реально могущие его обеспечить, а уже те, кто также радеет за судьбу своей природы и здоровье, должны помогать и поддерживать инициативы администрации.

АРГУМЕНТЫ ПРОТИВНИКОВ

1. ВОЛОНТАРИЗМ

У отечественной власти есть свои исторические традиции. Одна из таких «традиций» - принимать управленческие решения без оглядки на интересы простых людей. К сожалению, современная российская власть не смогла полностью отказаться от практики волонтаризма. Конечно, мы можем в очередной раз положиться на справедливость мудрых правителей и администраторов, на их обещания и заверения «изыскать необходимые средства», «запретить такие-то и такие-то вредные производства», «срочно решить вопрос с химическими складами», «полностью обнародовать данные о последствиях чернобыльской катастрофы для региона» и т.п. Но будет ли наша вера гарантией выполнения этих обещаний и заверений?

2. БЮРОКРАТИЗМ

Можно не согласиться с тем, что будто бы наличие власти и управленческих рычагов непременно будут означать наличие конкретных действий. Это тот случай, когда от слова до дела путь может оказаться гораздо длиннее, чем кажется. Бюрократизм и количество чиновников, критиковавшиеся в последние годы «социалистического прошлого», по мнению многих людей, приобрели еще большие масштабы в эпоху «демократического настоящего». А как известно, чем больше звеньев в управленческой цепочке, тем дольше принимается решение, не говоря уже о его выполнении. Проблемы экологии затрагивают, в свою очередь, проблемы бюджета, обороны, экономики, здравоохранения, жилищной политики и т.д. Это в скольких же инстанциях, со скольким количеством человек надо утрясти различные моменты решения, чтобы оно было

принято. А ведь есть еще и Москва со своими чиновниками и отраслевыми министерствами, с которыми тоже, как всегда, необходимо что-либо согласовать. Где гарантия, что доброе начинание не задохнется где-нибудь в коридорах власти или просто «не пройдет» по капризу того или иного бюрократа?

3. ПАССИВНОСТЬ

Опора на данный подход, как на основной, конечно, может принести свои положительные плоды в плане возможностей принятия быстрых решений и финансового обеспечения последних. Однако, сознательно избегая поиска собственных возможностей изменить экологическую ситуацию в лучшую сторону (например, организовав общества, союзы, движения, используя другие формы гражданских инициатив), мы оказываемся как бы не у дел. Проще простого переложить ответственность и заботы о важном деле на плечи власть имущих. Но, занимая такую позицию, мы, во-первых, никогда не научимся сами распоряжаться своей судьбой, а во-вторых, опять же, позволим «хозяевам жизни» творить все, что им заблагорассудится.

- *Одобрить в целом план первоочередных мероприятий к региональной программе по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия.*
- *Рекомендовать областному центру госэпиднадзора, финансовому управлению и комитету по экономике после согласования бюджета доработать раздел программы по капитальным вложениям.*
- *Службам администрации области изыскать возможности финансирования плана мероприятий, привлекая средства инвесторов.*
- *Рекомендовать областной Думе рассмотреть региональную программу неотложных мер по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия, профилактики инфекционных заболеваний, по снижению уровня преждевременной смертности населения...*

Решение Брянской областной Думы № 10/6 от 15.11.94г.

ПОДХОД ТРЕТИЙ

ИНИЦИАТИВА: активизировать роль общественности

Надо содействовать решению проблемы через участие в гражданских инициативах, деятельности общественно-экологических организаций и движений.

АРГУМЕНТЫ СТОРОННИКОВ

1. ЕДИНСТВО

Большое количество общественно-политических организаций и научных заведений Брянска занимаются поиском решений экологических проблем. Существуют специальные институты и лаборатории, пишутся статьи и брошюры теми, кому не безразлично состояние окружающей среды и здоровья людей. Казалось бы, все заинтересованные стороны – это реальная сила – борцы за экологию. Тем не менее, деятельность большинства из них зачастую не видна, а о некоторых жители Брянска и Брянской области (то есть те, во имя жизни и здоровья которых работают подобные организации) не слыхали вообще. Проблема в том, что все они выступают разрозненно, и голос каждого слаб в отдельности. Данный же подход, в случае избрания его основным, позволит всем выступить единым фронтом, силой, с которой уже нельзя будет не считаться.

2. ДЕМОКРАТИЗМ

Мы много говорим сегодня о возможностях самоуправления. Самоуправление, в первую очередь, предполагает широкую заинтересованность граждан в проблемах своего района, города, села, региона. Во-вторых, говорит о реальной демократизации общественной жизни, когда граждане принимают инициативу при решении какой-либо проблемы на себя, а не ждут, что «барин приедет – барин рассудит». Воспитанники нашего приюта не стали ждать, когда приедут работники ЖКХ и благоустроят наш сад и огород. Они сами совместно с сотрудниками приюта высадили фруктовые деревья, ягоды и кустарники и уже давно сами собирают урожай. Деревья растут вместе с ребятами, и вряд ли они будут ломать то, что вырастили сами, и не пройдут они мимо того безобразия, которое творят горе-администраторы и просто вредители с природой при нашем попустительстве и равнодушии. Такое инициативное самоуправление, понимаемое с детства практически, - лучшая школа демократии и самоуважения.

3. ГАРМОНИЯ

Сегодня много говорят о том, что власти, зачастую, расписываются в своем бессилии эффективно решать общественно значимые проблемы. Сказывается нехватка средств, специалистов, раздутый бюрократический аппарат, да и что греха таить – иногда просто отсутствие желания и интереса заниматься тем, что приносит только головную боль. Ведь многие администраторы, принимая то или иное решение, по сути берут ответственность только на себя (и возможные шишки тоже). Здесь, как нельзя кстати, пришлась бы к месту активность общественных организаций, союзов, клубов, объединений, имеющих среди числа политиков, производственников и т.д. своих членов, сторонников, друзей. Те данные, которые кропотливо собираются различными экологическими группами, быстрее бы доходили до числа сознательных, честных и авторитетных людей в регионе. Таким образом, гражданские инициативы позволили бы сдвинуть воз не только экологических, но и других проблем региона с мертвой точки, оздоровить природную среду и укрепить социальные связи в обществе.

АРГУМЕНТЫ ПРОТИВНИКОВ

1. АНАРХИЯ

Возможно, идеи подхода «Инициативность» неплохи. Но давайте посмотрим на возможные последствия ситуации, когда поднявшийся авторитет и плоды деятельности всевозможных групп, союзов и других «заинтересованных» организаций выльется как снег на голову граждан, обеспокоенных проблемами личного достатка, пропитания, безопасности. (Ведь есть же сегодня люди, которые даже сознательно стремятся, например, проживать в зараженных зонах, чтобы получать всевозможные льготы). Не говоря уже о тех, кого просто никоим образом не волнует экологический бум (ведь в демократическом обществе каждый имеет право интересоваться тем, чем сам считает нужным). Массовый характер деятельности объединенных интересов тех, кто считает себя вправе выступать от имени всех жителей региона, может «переборщить» в своих попытках воздействовать и «давить» на власть, добиваясь от нее (пусть даже в благих целях) неосуществимых на данном этапе решений, приведет к нарушениям порядка, созданию беспокойной атмосферы, анархии. Нам не нужны новые местные революции, область и так уже устала от постоянной неразберихи в сфере местной политики.

2. РАЦИОНАЛИЗМ

Многие проблемы нашего региона сегодня ждут своего решения. Активизация и «инициативность» экологических групп и движений, их сотрудничество с различными

научными заведениями может привести к выпячиванию экологической проблемы на первый план. Справедливо ли это? А как быть с проблемой роста цен, инфляцией, преступностью? Бросим все и займемся экологией? Бесспорно, здоровье человека и природы – вещи немаловажные. Но реальные затраты на комплексную очистку зараженных радиацией территорий Брянщины по сумме перекроют, думается, в несколько раз расходы на все остальные социально-экономические программы в регионе. Так что же, действительно, объединяясь с многочисленными экологическими организациями под флагом борьбы за светлое небо и чистую воду, вбухать все возможные средства в одну сферу? Думается, что лучше всего, если все будет подчинено продуманной и кропотливо разработанной программе, нацеленной на рациональное участие каждого общественного и политического звена в решении всех наболевших проблем.

3. ПОЛНОМОЧИЯ И СРЕДСТВА

Предложенный подход видится довольно нереальным по причине отсутствия должных полномочий и средств у наиболее активной части защитников экологии. Может ли принести плоды «инициативность» вне государственно-политических структур и вне непосредственной связи со сферой народного образования? Много ли полномочий сегодня у общественности по решению экологических проблем? Нет. Поэтому любая гражданская инициатива в лучшем случае стимулирует работу власти над проблемой, но не решит ее сама. Инициатив же может быть сколько угодно. Общественные движения, экологические союзы, клубы, отдельные граждане могут объединиться, но будут ли результаты? Вспоминается басня «Слон и Моська». Моська была очень активна в своем желании обратить внимание слона на его бесцеремонное, с ее точки зрения, шествие. Громоздкая государственная машина вряд ли моментально изменит принцип своей работы в угоду даже десятку «мосек», если правовой и полномочный статус последних не будет оформлен законом, а их деятельность не будет подкреплена реальными политическими, экономическими и финансовыми гарантиями, а не только наличием пресловутых амбициозных инициатив.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

НАМ РЕШАТЬ

Все мы желаем, чтобы наш славный край и впредь был знаменит не как ядерная свалка, чтобы в нем цвели сады и играли дети. Ни для кого не секрет, что наши надежды на это во многом связаны с решением экологических проблем. Хотя нет единого мнения о том, как и кто может реально что-либо изменить, ясно одно: от их решения сегодня нам уже не уйти.

Последние годы интерес к обсуждаемой теме среди жителей Брянска, Брянской и соседних областей неуклонно возрастал. Это было связано с теми событиями, которые происходили на наших глазах: последствия чернобыльской катастрофы, проблема химических складов на Брянщине, рост заболеваемости населения, снижение рождаемости, увеличение смертности и многое другое. Внимание к теме возросло со стороны научных и общественно-политических структур, образовавшихся экологических движений. Но никто сегодня не готов дать однозначный и исчерпывающий ответ на вопрос, что мы должны сделать сами для решения проблемы. Очевидно одно: она не терпит отлагательства.

Гражданский форум не ставит своей целью дать однозначные ответы на поднимаемые в подходах вопросы, но дает определенную пищу для размышлений и самостоятельных выводов.

Три подхода, представленные выше, имеют как положительные, так и отрицательные стороны. Они отражают типичные настроения жителей Брянщины сегодня. Сторонники каждой из трех точек зрения по разному отвечают на одни и те же вопросы: *«Почему тот или иной подход видится предпочтительнее? Какими принципами мы должны руководствоваться, определяя справедливость того или иного аргумента? Должны ли мы перенимать опыт других областей, следовать интуиции или же пытаться создать что-то новое?»*.

Каждый из предложенных вариантов решения проблемы требует определенных затрат и компромиссов. Дискуссия разворачивается вокруг сравнения этих затрат и компромиссов в каждом из предложенных подходов: какую цену мы готовы заплатить и с чем готовы смириться, чтобы наша природа стала чище, а здоровье людей лучше?

ПЕРВАЯ СТРАТЕГИЯ сегодня по нраву многим. Сторонники предлагают посредством просвещения и образования попытаться сформировать новую экологическую культуру. Но воплотить в жизнь данный подход будет достаточно нелегко. Критики, например, указывают на то, что подход требует длительного времени и больших средств, чего у нас нет в запасе.

ВТОРАЯ СТРАТЕГИЯ предусматривает законные и эффективные действия по контролю, координации и финансированию сферы экологии со стороны тех, кто имеет реальную политическую власть и контролирует бюджетные средства в регионе. Противники второй позиции считают, что узурпация роли власти в решении социальной значимости проблемы поставит под сомнение демократизацию общественно-политической жизни, а бюрократизм и несовершенство современной системы управления не решат проблему экологии, а еще больше запугают ее.

ТРЕТИЙ ПОДХОД предусматривает в большей степени, чем первый или второй, роль инициативности и самостоятельности граждан и негосударственных организаций при решении проблемы. Однако те, кто не разделяет данную точку зрения, полагают, что данный подход при всех его плюсах может оказаться иллюзией по причине отсутствия реальных средств и полномочий, слабости, а также стихийности и ограниченности подавляющего числа брянских экологических организаций, движений и т.д.

Три подхода к проблеме поднимают целый ряд других вопросов, включая нравственные. Оказавшись перед выбором и взвесив «плюсы» и «минусы» преобладающих в обществе настроений, люди обычно говорят:

«Мы должны принять все три стратегии, обобщив самое лучшее из того, что есть в каждой, в поиске «золотой середины». Кстати, именно комбинированный подход может предлагаться и некоторыми экспертами.

Мы, граждане Брянского региона, должны искать взаимоприемлимые пути решения проблемы. Прежде всего следует прийти к согласию в том, какие шаги должны быть предприняты нами в первую очередь, чем мы готовы жертвовать, какие затраты согласны понести и на какой результат рассчитываем.

К сожалению, мы зачастую не руководствуемся здравым смыслом, с трудом можем найти взвешенные подходы к проблеме. И позиция наша подчас определяется эмоционально и лишь тем, что мы услышали или прочитали где-либо. Теперь у нас есть возможность по-новому взглянуть на актуальную общественную тему в ходе **Гражданского форума**. Думается, что это неплохая возможность, от которой не стоит отказываться.

ЧУДЕСНЫЕ ПРОДУКТЫ - ЯГОДЫ И ФРУКТЫ

Назовите хотя бы одного человека, который не любил бы ягоды и фрукты! Они могут быть разнообразными по вкусу – кислыми, как лимонник и клюква, сладкими, как малина и земляника, терпкими, как айва. А это значит, что они способны удовлетворить самый капризный и изысканный вкус.

Даже если вам не хочется есть, рука невольно тянется к поданному вам румяному яблоку, блюдцу с душистой малиной, наливной грозди винограда. Все эти дары садов чрезвычайно вкусны, да к тому же и полезны. Вот почему все мы так заинтересованы в том, чтобы фрукты и ягоды украшали наш стол на протяжении всего года. Ведь по физиологическим нормам мы должны получать не менее 230 г плодов ежедневно.

Ягоды и фрукты практически не содержат жиров, и в них очень мало белка. Вместе с тем для всех фруктов характерно наличие сахаров, значение которых не ограничивается формированием вкусовой гаммы, они участвуют в процессе обмена веществ и энергии в организме. Причем эти сахара быстро усваиваются, а это значит, что они особенно полезны при интенсивной физической и умственной деятельности, когда надо быстро восполнить затраченную энергию.

Кислоты, содержащиеся в плодах, стимулируют секрецию пищеварительных соков, улучшая тем самым аппетит, способствуя перевариванию других продуктов. Фрукты являются носителями щелочных эквивалентов, они – своеобразный противовес мясным и рыбным продуктам.

Совершенно особую роль играют фрукты в снабжении организма витамином С, которого другие продукты питания практически не имеют. Аскорбиновая кислота содержится во всех плодах, но особенно много ее в черной смородине, землянике, шиповнике.

Фрукты являются поставщиком и других витаминов. Например, витамина Р, который укрепляет стенки кровеносных сосудов. Много его в черноплодной рябине, черной смородине, вишне, черешне, айве, бруснике. Велика роль витамина В6 в профилактике атеросклероза – его в достаточной степени содержат гранаты, смородина, облепиха. Каротин (провитамин А) влияет на дыхание и энергетический обмен в тканях, обмен углеводов, нуклеиновых кислот, белков, холестерина. Он также регулирует обменные процессы, повышает сопротивляемость инфекциям, улучшает сумеречное (ночное) и цветное зрение. Каротином богаты абрикосы, морошка, рябина красная и черноплодная, шиповник, особенно сушеный. Но истинным чемпионом по содержанию провитамина А является облепиха – равных ей нет ни среди фруктов, ни среди овощей. Первое место занимает облепиха и по содержанию витамина Е, который препятствует накоплению в организме токсических веществ, защищает печень, стимулирует работу мышц, особенно сердечной, положительно влияет на функции эндокринных и половых желез. Достаточно много витамина Е в персиках, черноплодной рябине, сливах, яблоках.

Практически все плоды содержат разнообразные минеральные вещества, обеспечивающие нормальную деятельность человеческого организма. В абрикосах, персиках, смородине черной, крыжовнике, винограде, вишне много калия, в яблоках – кальция, причем он удачно сбалансирован с фосфором, что положительно влияет на его усвоение. Хорошим источником железа являются черная смородина и земляника. Богаты медью абрикосы, кобальтом – орехи, груша, земляника, йодом – виноград.

Без фтора не будут здоровыми зубы, поэтому рекомендуется почаще есть землянику, персики и другие ягоды и фрукты. Марганец организму поставляют брусника, цинк – орехи.

Много в плодах эфирных масел, которые придают им аромат и вкус, а также входят составной частью вместе с органическими кислотами, гликозидами в состав фитонцидов – летучих веществ, способных убивать и задерживать развитие микроорганизмов. Фитонциды нередко называют растительными антибиотиками. Хорошими противомикробными свойствами обладают кислоты бензойная, содержащаяся в бруснике, сливе, клюкве; салициловая – в малине, землянике, смородине, клюкве, вишне, винограде; хинная – в сливах, клюкве; галловая – в терне, кизиле, айве.

Благоприятно влияют на деятельность кишечника дубильные вещества, которые есть в терне, кизиле, черной смородине, айве (их употребляют натощак или в промежутках между едой).

Жуковка – это жемчужина Брянского края, один из самых лесных городов Брянщины. Деревья обступают населенный пункт с трех сторон, заходя за его черту.

В 2-3 км от центра города течет Десна-красавица. На ее берегах, заросших ивняком и *черемухой*, дают сольные концерты соловьи, разбросаны рощицы молодых *дубов*, бьют роднички холодной воды.

Наш район является одним из красивейших и *экологически чистых мест* Брянского края.

Видимо, поэтому вдоль берега Десны протянулись детские здравницы, санатории.

Одно из живописных мест, где находятся оздоровительные лагеря «Елочка», в котором оздоравливаются воспитанники приюта, и «Деснянка», называется Иленка. С давних времен живет в народе легенда о девушке Елене, дочери священника, похищенной разбойниками. Лесные бродяги заставили девушку работать на них. А Еленка тосковала по дому, родным и однажды темной ночью попыталась бежать. Не смогли разбойники простить ослушания, догнали ее и убили, а похоронили на берегу болотистого ручейка, впадающего в Десну. С тех пор это место называется Иленка (Еленка).

Прекрасен наш лес. Произрастает в нем около 70 видов деревьев и кустарников. Древесина *сосны* наших лесов относится к лучшей хвойной древесине мира. Только брянские сосны, как самые лучшие и стройные, шли на мачты кораблей. Это отметил писатель К.Паустовский в «Повести о лесах».

«Мы каждую березку бережем в лесах любимой Родины» - так пели участники П Всероссийского слета юных лесоводов, который состоялся в Жуковке в 1975 году.

Известный композитор Ю.Чичков создал в нашем городе «Марш юных лесоводов», очень популярную в свое время песню.

Первое в стране Жуковское лесничество было создано по инициативе преподавателя средней школы № 1 Ивана Семеновича Артюхова. Ребята (такие были и в приюте) под руководством учителей не только охраняли («Зеленый патруль»), но и вели опытническую работу, сотрудничая со студентами и преподавателями БТИ (ныне БГИТА).

«Охранять природу – охранять Родину», - эти слова М.И.Пришвина являются девизом для тех, кто любит свою родную природу, заинтересован в сохранении нравственного и физического здоровья будущих поколений.

В Жуковском районе много красивейших, даже уникальных мест.

На разъезде между Тросной и Ржаницей деревья и кустарники скрывают небольшое, но очень красивое и чистое *озеро Святое*. По преданию здесь когда-то находился монастырь, ушедший под воду. Озеро привлекает тысячи брянских рыбаков и туристов. В результате, к сожалению, исчезают редкие растения, например, *лилия-саранка, ландыш майский, прострел луговой и другие*.

Уникальное озеро Ореховое у пос.Гостиловка, в 5 км от Жуковки, где партиарх растительного мира, ровесник динозавров *орех Чилим* сумел через 1,5 млн. лет донести до нас все, чем богата его кладовая. Этот вид растения чрезвычайно редок, и задача жителей нашего района сохранить это чудо-растение для будущих поколений.

Поселок Гостиловка – интересный исторический и экологический памятник. Его меловые горы состоят из вещества, представляющего мельчайшие останки морских животных. Это означает, что миллионы лет назад наши окрестности были дном океана. Позднее здесь образовались степи, о чем свидетельствует наличие цветов *прострела лугового*, а потом появились леса.

В окрестностях Гостиловки сохранились редкие растения: *черемша, росянка круглолистная, лунник отживающий и другие.*

С весны до глубокой осени наполняется лес птичьими голосами. Разносятся над Десной соловьиные трели, в чаще поют пеночки, малиновки, дрозды, «Считает года» кукушка, весело щебечут на проводах электропередачи ласточки деревенские.

Встречаются в нашем районе редкие виды птиц: желтые цапли, аисты, глухари, трехпалые дятлы и др.

Из млекопитающих распространены белки, зайцы, лисы, волки, ежи.

Самый крупный представитель хищных – бурый медведь – встречается единично в нашем лесу.

С каждым годом все чаще попадают лоси и кабаны.

Каких только ягод не встретишь в Жуковских лесах!

Всем известная *брусника, земляника и жимолость с вкуснейшими плодами, клюква, малина, калина, шиповник.*

Но что за великолепии эта стена-препятствие – *лоза дикого винограда.*

«Шишконосные» - это слово менее известно, чем его синоним «хвойные», но законны оба названия, присвоенные особому классу растений. Второе, конечно-то вернее, ибо у *тиса*, тоже хвойного дерева, мы привычных шишек не увидим, у него несколько иные образования.

Хорошо знакомы многие лекарственные растения, обладающие тонизирующим действием и незаменимые при переутомлении, упадке сил.

Охотник может не знать, от чего помогает мать-и-мачеха, не помнить, чем полезен тысячелистник, не ведать, в каких случаях незаменим зверобой. Да он часто и не верит в «незаменимость» большей части средств нашей фармакопеи. Он прекрасно знает несколько сильнодействующих средств, которые хранит Брянская флора.

Что есть *экзотика?*

Разные понятия вкладывают люди в это слово. Но в любом понимании оно обязательно включает элемент необычности. А поскольку все удивительное, особенное, непривычное не там, где мы живем, то экзотическое всегда воспринимается как далекое, нездешнее.

Береза – экзотика для жителей Жуковского района. Поставь рядом северянина и южанина, и оба они будут изумленно смотреть на эту красавицу.

Травянистая и кустарниковая растительность Жуковского района богата и пышна. Человека, стремящегося отдохнуть на лоне природы, радуют красивейшие цветы: лилии, великолепные ирисы. Нежные пионы, всевозможные колокольчики.

Необыкновенно пышны заросли папоротников. В лесах труднопроходимые сплетения создают высокие травы и теснящие друг друга раскидистые кустарники.

Иногда в пасмурный день можно заблудиться вовсе не оттого, что ты забрел в несусветную глушь или что над тобой наглухо сомкнулись кроны высоких деревьев, а колоннады их стволов образовали бесконечный лабиринт, - нет! Скорее всего вы потеряете ориентиры, утонув в гибком, податливом стеблестое высокотравья, в ветках и веточках, заткавших пружинистой тканью все пространство впереди, когда древесные стволы дрожат и ускользящее маячат бог знает где, словно увиденные сквозь чужие очки...

Хотите немного поплутать?

Милости просим!

Наш приют – обладатель 8 соток. Вот он, этот сравнительно небольшой кусок земли, на котором практически ничего не было. А мы мечтали о саде, красивом, ухоженном, урожайном. И уютном – ведь здесь наши дети будут не просто растить ягоды и фрукты, лелеять крыжовник и малину, но и отдыхать после школьных занятий, дышать свежим воздухом. Вот наш сад...

... И ГОЛУБОЙ НАЛЕТ НА СИНИХ СЛИВАХ

«И правда – голубой! Как будто поутру туман окутал сливовое деревце, а потом – рассеялся, а легкая дымка так и осталась на крутых боках налитых плодов. Ах слива-красавица, гордость садовода в августовскую пору». Расскажем немного о сливах.

Наши воспитанники очень любят заниматься в саду. С самого начала закладки сада они принимали активное участие вместе с сотрудниками. Решили посадить и сливы. Происхождение сливы точно не установлено. Предполагают, что она получилась в результате естественных скрещиваний терна и алычи и последующего отбора в культуре. Плоды сливы используются в свежем виде и для переработки (чернослив, компоты, варенье, наливки). Обладает слива и целебными свойствами. Она рекомендуется для улучшения работы кишечника – усиливает перистальтику, повышает аппетит, улучшает пищеварение. Применяют ее как легкое слабительное. По калорийности слива уступает только винограду и вишне, превосходя яблоки, груши, абрикосы и другие фрукты.

Посадкой слив дети занимались весной. Подготовили ямы диаметром 60-80 см и глубиной 40-60 см. Верхний слой почвы заправили удобрениями и высадили саженцы. Все лето в жаркую погоду обязательно поливали сливы. Перед цветением подкормили минеральными удобрениями. Ребята с удовольствием ухаживают за своими питомцами. После посадки саженцев провели первую обрезку слив. А сколько было радости, когда наши сливки зацвели!

СМОРОДИНА: ЧЕРНАЯ И ЦВЕТНАЯ

С детства помнится такая загадка: «Это – белая? Нет, черная! А почему она красная? Потому что – зеленая!» Забавная загадка, верно? Мы загадали ее воспитанникам, когда начали сажать смородину.

Смородина, особенно черная, стала истинным старожилом русского сада. Не случайно в старину Москву-реку именовали Смородиновкой.

Особой популярностью черная смородина пользуется с тех пор, как было установлено, что ее ягоды являются естественным и комплексным концентратом витаминов. Медики считают их мощным профилактическим средством против инфекционных и лучевых заболеваний, цинги. Паста смородины входит в рацион питания космонавтов. В ягодах найдены также антибиотики, микроэлементы. И для наших воспитанников – это просто клад. Отвары из ягод используют для лечения гипертонической болезни, ревматизма, малокровия, а также как мочегонное, противовоспалительное, потогонное средство, листья – в виде отвара для лечения подагры, как потогонное средство, при туберкулезе лимфатических желез, заболеваниях печени и желчевыводящих путей, почечнокаменной болезни. Сироп из свежих ягод употребляют при коклюше, заболеваниях горла.

Соки и морсы, приготовленные из ягод красной и белой смородины, тоже целебны: они снижают температуру, улучшают аппетит, способствуют выведению из организма солей, повышают работоспособность человека.

На нашем участке мы посадили смородину разных сортов. Посадочные ямы копают глубиной 30-40 см и шириной 50-60 см. Выкапывая ямы, мы показали детям обычное правило: верхний, наиболее плодородный слой складываем в одну сторону, нижний – менее плодородный – в другую. При посадке верхний слой положили в яму, нижний разбросали по участку. Каждую яму на $\frac{3}{4}$ засыпали плодородной почвой, перемешанной с удобрениями. После посадки почву слегка утоптали и сделали лунки для полива. Наши воспитанники с удовольствием занимаются поливом кустарников. Ведь так приятно собирать потом разноцветные ягодки, выращенные своими руками!

КРЫЖОВНИК – СЕВЕРНЫЙ ВИНОГРАД

Да, именно так – «северным виноградом» - именуют крыжовник: и за прозрачные, налитые густым соком ягоды – белые, желтые, зеленые, пурпурные, черные, и за сходство с виноградом по химическому составу.

Решив посадить на своем участке крыжовник, воспитанники вместе с воспитателями долго изучали материалы по выращиванию этой культуры. Сейчас получили распространение преимущественно 3 вида крыжовника: отклоненный, игольчатый и буреинский. Наибольшее хозяйственное значение имеют гибриды крыжовника отклоненного с американскими сферотекоустойчивыми видами. На этом сорте мы и остановились.

Незрелые и полужелтые ягоды крыжовника используются для приготовления компотов и варенья, зрелые идут в пищу, из них наши повара готовят соки.

В плодах крыжовника содержится высокий процент сахара, солей, железа, фосфата и кальция. Цветки, ягоды и корни крыжовника используют в народной медицине.

Ягоды крыжовника имеют слабительное и желчегонное свойства. Их применяют при хронических запорах, гастроэнтеритах, заболеваниях желчного пузыря. Его ягоды обладают хорошо выраженным освежающим действием. Используют их как мочегонное средство, а также при нарушении работы почек и воспалительных процессах мочевого пузыря. Крыжовник можно практически без ограничений включать в противодиабетические лечебные диеты, используется он и при лечении ожирения.

Крыжовник – вполне общедоступная ягодная культура. В его свежих ягодах содержится от 5 до 15% сахаров, около 2% органических кислот, до 55 % витамина С, легкоусвояемые соли фосфора, кальция, железа. А при темной окраске кожицы крыжовник имеет еще и вещества группы антоцианов, обладающие Р-витаминной активностью.

Благодаря наличию пектиновых веществ ягоды крыжовника являются естественными антирадиантами, способствуют выведению из организма человека продуктов радиоактивного распада и усилению обмена веществ. Это очень важное свойство крыжовника для нашей зоны.

ЗЕМЛЯНИКА: КРУПНА, СЛАДКА, ДУШИСТА

Первая ягода, которой лакомятся в начале лета, - это конечно же ЗЕМЛЯНИКА, вкусная, ароматная и при хорошем уходе и благоприятной погоде такая урожайная, что хоть ежедневно на земляничную плантацию приходи – без полного лукошка ягод не уйдешь! Поэтому, чтобы порадовать наших воспитанников, в первую очередь мы решили посадить на своем участке эту ягоду.

Раздвинут дети нарядные листья – и ахнут: так и светятся алым соком, так и манят к себе крупные земляничины. А ведь еще вчера собрали все спелые ягоды! Это надо же – за ночь налились цветом и сладостью румяные красавицы!

Ягоды земляники вкусны и полезны. Они богаты сахарами, органическими кислотами, витамином С. Особенно ценится свежая земляника.

Сажали мы землянику осенью. Кто выращивал землянику, знает, как забивают ее сорняки, - не успеваешь пропалывать. Но, оказывается, существуют способы борьбы с сорными травами, которые успешно применяют некоторые садоводы-любители.

Мы применили такой способ: весной убрали с грядок старые листья, рыхлили землю, а после того как начали прорастать новые листочки, все грядки покрыли хвоей – сухими опавшими иголками. Слой положили в 3 см. Теперь через хвою не прорастает трава, при поливе земля не уплотняется, да и полив требуется гораздо реже. Кроме того, в дождливую погоду ягоды остаются чистыми – они не соприкасаются с землей.

Земляника очищает организм от вредных веществ, повышает его сопротивляемость болезням. Все части растения целебны. Чай из листьев успокаивает страдающих бессонницей. Отвар из корневищ и листьев применяют при болезнях почек, как мягчительное средство при воспалении бронхиальных путей.

Мы вырастили землянику. Теперь она станет украшением стола.

МАЛИНА

Мы помним детскую песенку: «Солнышко на дворе. А в саду тропинка. Сладкая ты моя, ягодка-малинка!» Вот именно – сладкая! Слаще просто не бывает. И такая нежная – просто тает во рту. И вкусна – сил нет!

Более 120 видов дикой малины встречается сегодня в лесах, однако в Европе известны лишь 4 вида. Наибольшее распространение получила малина обыкновенная красная. От нее и пошли многие культурные сорта. В нашем саду она тоже растет.

Дикую малину любили и знали еще древние греки. Они ценили ее не только за превосходный вкус, но и за лечебные свойства. Даже при укусе ядовитой змеи могло помочь это растение – из малиновых цветов готовили специальную настойку.

Издавна ценились целебные свойства малины. В допетровские времена и бояре, и простой народ вместо чая по утрам пили малиновый взварец. Широко использовались ягоды как потогонное, противовоспалительное средство.

Малина чрезвычайно полезна. Ее ягоды улучшают аппетит, регулируют деятельность желудочно-кишечного тракта, способны успокоить боли в желудке. Они обладают противорвотным и противовоспалительным действием. Настой из сухих ягод малины применяют при поносах и воспалении кишечника, при желудочных кровотечениях.

Для посадки малины на своем участке мы выбрали самый солнечный уголок. Малина хорошо растет на залежных землях. Поэтому воспитанники приюта вместе с сотрудниками заранее перекопали землю и к моменту посадки травяной пласт успел разложиться. Урожай получился отменный!

Свежая и сушеная малина хороша при атеросклерозе и гипертонической болезни, незаменима малина при простудных заболеваниях, особенно в их начальных стадиях. Медработник приюта рекомендует воспитанникам в течение 1 ч выпить 2-3 стакана горячего чая с малиной (2 ст.ложки сухих ягод заливают стаканом кипятка). При ангинах и воспалительных процессах гортани эффективно полоскание водным настоем листьев в соотношении 1:20. Из ягод, собранных со своего участка, мы заготавливаем варенье, компоты.