

Лекарственные растения Сахалинской области

Краеведение 8 класс



Проверим домашнее задание



- Что такое витамины?
 - **Что вы знаете из истории открытия витаминов?**
 - Какие виды витаминов вам известны?
 - В каких продуктах содержатся витамины?
 - Назовите жирорастворимые витамины, водорастворимые витамины.
 - Какое значение имеют витамины для организма человека?
 - Что такое авитаминоз? Гипервитаминоз?
- Что нужно делать, чтобы избежать авитаминоза?**

Проверим домашнее задание



- На какие две группы подразделяются минеральные вещества?
- Макроэлементы- содержание в организме около 1,9 %; Микроэлементы – содержание в организме около 0, 1%.
- Где больше всего содержится йода?

Решим задачу

- Зная массу своего тела и среднее содержание цинка (0, 0003%), высчитайте, какая масса этого металла находится в вашем организме?
- Почему, когда мы идем в поход. То для приготовления пищи нельзя использовать оцинкованные ведра?

Эпиграф

« Я полагаю, что сад – это неба частица, где правят боги: ведь травам дано самому смерть победить...»

Луксорий, др. ученый

Тема урока : Лекарственные растения Сахалинской области

- Цель урока: расширить знания учащихся о многообразии лекарственных растений области.

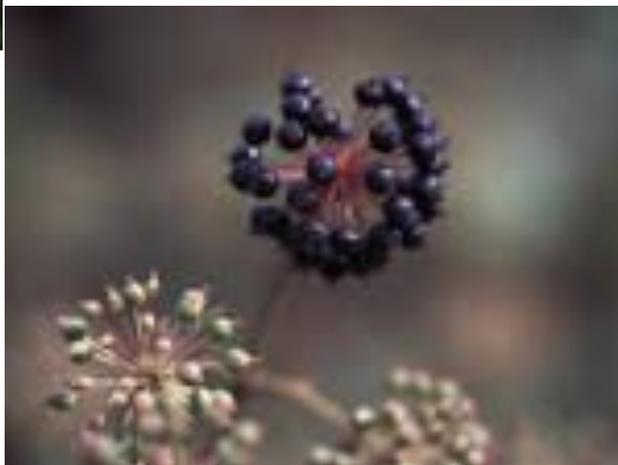
Задачи :

- Учить различать лекарственные растения;
- Познакомиться с рецептами народной медицины при лечении заболеваний;
- Воспитывать бережное отношение к природе, богатствам родного края.

Элеутерокок



Аралия маньчжурская



Женьшень



Золотой корень- радиола розовая



Ландыш



Лопух - репейник



Лимонник



Подорожник



Мать и мачеха



Полынь





Календула лекарственная - ноготки



ШИПОВНИК



Пижма



Девясил



Ромашка



Облепиха



Грипп



- Грипп – очень распространенное респираторное заболевание, причиной которого являются вирусы гриппа А и В. Вирус гриппа атакует организм человека, распространяясь через верхние и/ или нижние дыхательные пути.

Чем отличается грипп от простуды?

- Простуда и грипп являются инфекционными вирусными инфекциями дыхательных путей.
- Грипп протекает в более сложных формах. При простуде чаще бывают ангина и чихание.
- При простуде может быть слабость, но при гриппе, вероятно, даже не будет сил подняться с кровати.

Симптомы

- Кашель;
- головная боль;
- дискомфорт в груди;
- высокая температура тела в течение нескольких дней;
- боль в мышцах;
- усталость;
- слабость.

Как распространяется грипп?

- Вирус гриппа распространяется от человека к человеку воздушно-капельным путем.

Народная медицина

- В зимнее и осеннее время плодов калины красной с целью предупреждения заболеваний гриппом и простудой.
- Ежедневный прием нескольких апельсинов предупреждает возникновение простуды и гриппа, а также способствует более быстрому выздоровлению.

Лук репчатый – средство от простуды и гриппа

- Лечение фитонцидами лука проводится двумя способами: ингаляционным – путем вдыхания эфирного масла натертой луковицы, а также приема внутрь экстрактов, спиртовых и водных настоек лука.

Чеснок при простуде

- Для лечения хронического бронхита, простуды, гриппа, кашля применяют мазь, приготовленную из чесночной кашицы и топленого сала или несоленого сливочного масла. Этой мазью натирают грудь и плечи. Многократным вдыханием летучих фитонцидов растертых луковиц чеснока лечат грипп, простуду и ангину.