



Викторина

Как лечились в старину

Занина Е.В., ГУ «ЦБ для взрослых г.Луганска»,
centrbk.lug.@yandex.ru
г.Луганск, 2021 г.

Здоровье – это самое большое богатство у человека, которое нужно беречь.

Каждый из вас знает что такое аптека, поликлиника, врач, знает, что нужно делать если заболел.

А очень много лет назад, когда не было поликлиник, врачей, «Скорой помощи», каким образом лечились наши предки?

Ответьте на следующие вопросы:

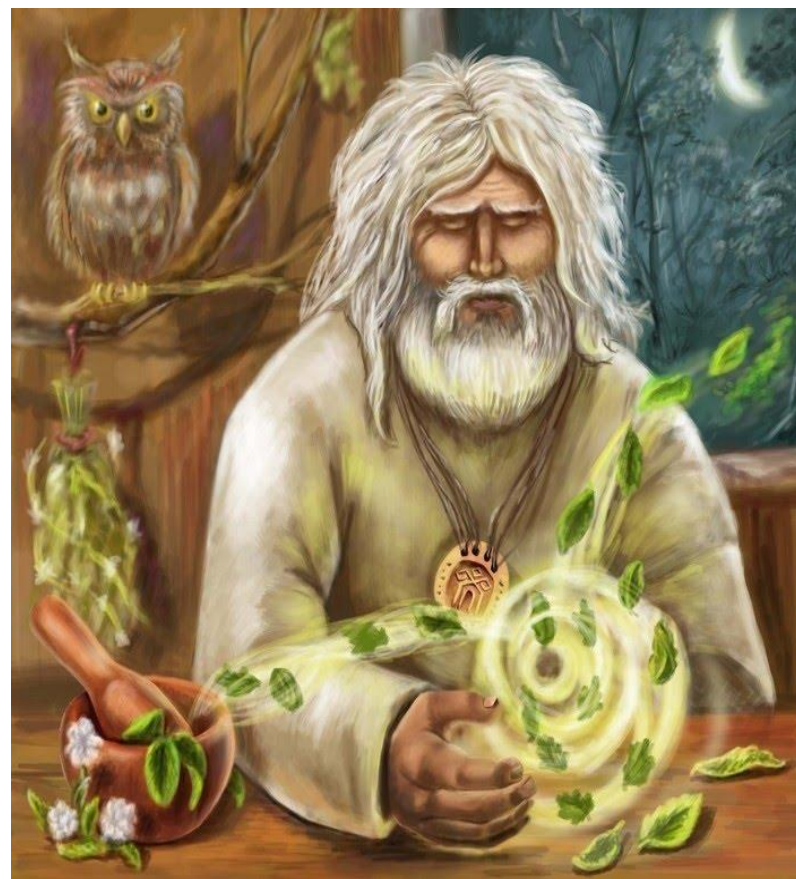
Кто же лечил в старину?

Кто такой знахарь?

Какой метод лечения был самым важным,
применяемым знахарем
при лечении?



Без больницы люди жили
Знахари людей лечили:
От озноба – зверобоем,
От зубов – льняным настоем,
От ожогов – бузиной
А от ран – землей родной.
Варят старые знахарки
Из лечебных трав припарки,
Сушат в печке ножки жабы,
Приговоры знают бабьи.
Набормочут разных слов –
И, глядишь, больной здоров!
Жив – здоров и сам доволен.
Он, видать, и не был болен!





На Руси люди верили в «сглаз», порчу, вот и обращались к целителям, знахарям. Лечились травами, святой водой и заговорами. Что из этого признает современная медицина?

Люди подмечали какие-то свойства трав, овощей, фруктов. Очень многие из этих «зеленых лекарей» вам знакомы.

Давайте узнаем их:

О нем говорили: «хорош бы цветочек, да коготок востер» или «стоит древо, древо шемаханское, цветки ангельские, коготки дьявольские»

Название этого растения произошло от слова «шип» - колючка.

О каком растении идет речь?



Вы знаете его лечебные свойства?

Поранил ты в дороге ногу, усталость не дает идти.
Нагнись, солдатик у дороги готов помочь тебе идти.
Что это?



И красна, и кисла
На болоте росла.



Из ягод клюквы наши предки готовили морс и употребляли при различных заболеваниях: при простуде, головной боли, высокой температуре, вместе с соком свеклы применяли при гипертонии.

А где сейчас мы берем лекарственные травы? В _____

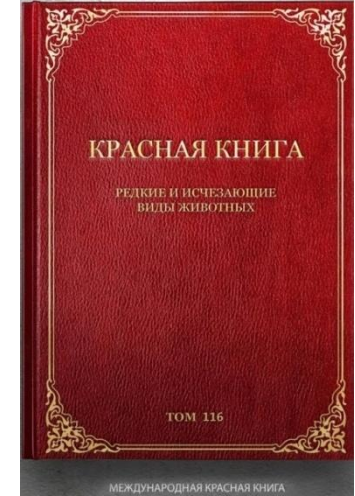
Лечение травами – это своего рода наука. Нужно знать, какое растение, от каких болезней помогает, когда и какие его части надо собирать, как правильно засушивать и заваривать, делать настойки.

«Остановитесь» – шепчут растения.

И человек услышал мольбу природы о помощи.

И создал _____ книгу природы. *(Как называется эта книга?)*

Что записано в Красной книге?

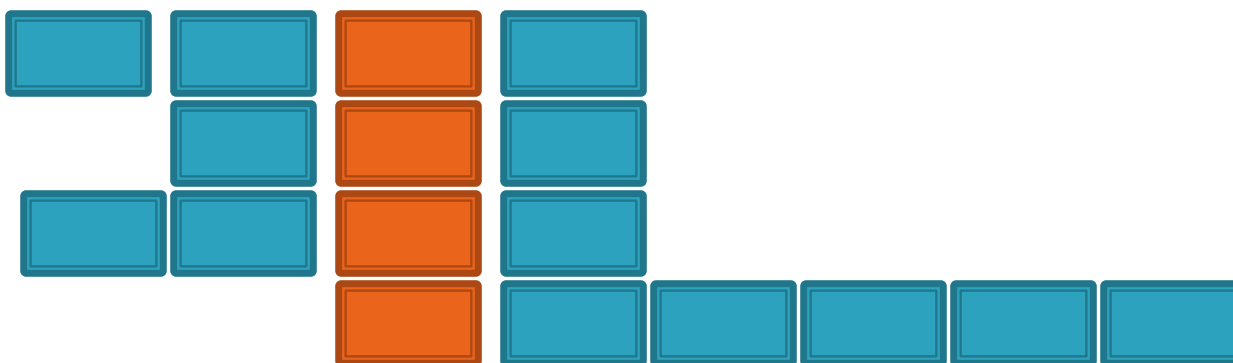


Какие вы знаете растения и животные нашего края, которые занесены в Красную книгу?

Но, если уж вам самим когда-нибудь придется заняться сбором лекарственных растений, **помните, ребята, о бережном отношении к окружающей природе, о том, что мы приходим в гости в Дом природы и должны соблюдать правила поведения и доброго отношения ко всем жителям этого большого Дома.**

Русские люди были достаточно крепкими и здоровыми. Что же они считали лучшим лекарством, когда им приходилось заболеть? Чтобы ответить на поставленный вопрос вам необходимо заполнить кроссворд и найти ключевое слово.

1. Нем как ____
2. Красный как ____
3. Готовь ____ летом, а телегу зимой
4. ____ раздора



- Какое ключевое слово у вас получилось?
- Что обозначает это слово?

Баня (стар.Мыльня) - специальная постройка или помещение, где моются и парятся

Многие и сегодня придерживаются этого способа лечения.



Раньше, когда еще не было бань, люди парились в печах. Когда печь немного остывала, подкладывали солому, чтобы удобнее было лежать, да и лезли прямо в печь, взяв с собой посудину с квасом. Ложился человек на солому и разбрызгивал в разные стороны квас или воду. От горячих стенок шел пар, а люди хлестали себя веником. Напарившись, вылезали из печи и выливали на себя холодную воду. Париться в печах была неудобно, поэтому и стали строить бани на берегах речек и прудов. Как вы думаете почему? (рядом вода)

Назовите заболевания, которые можно излечить посредством банных процедур?

А что можно сказать о вениках?



-Какие веники люди берут с собой в баню?

Березовый символ русской бани. Его листья рекордсмены, скорее всех других выгоняют «дурной» пот.

Вслед за ним по популярности – дубовый, смородиновый, веник из крапивы.



Сохранение своего здоровья – одна из главных задач любого человека.
Делать это надо с самого детства.

Игра «Собери пословицу»

Здоровье не
купишь-

Здоровье дороже

всё добудешь

его разум дарит

богатства

Здоров будешь -

Эти пословицы учат хранить и оберегать наше здоровье.

Чтобы быть всегда здоровым,
Бодрым, стройным и веселым
Дать совет я вам готова,
Как прожить без докторов.
Есть вам надо помидоры,
Фрукты, овощи, лимоны
Кашу утром, суп в обед,
А на ужин – винегрет.
Надо спортом заниматься
Умываться, закаляться
И почаще улыбаться.



Спасибо за внимание!

Ответы на вопросы:

Слайд 3:

- 1- Знахарь;
- 2- Знахари - это люди, знавшие лекарственные растения и умевшие изготавливать из них лекарства.
- 3 - отвары из трав.

Слайд 6: Шиповник

Слайд 7: Подорожник; Клюква

Слайд 8: Аптека; Красная Книга

Слайд 9: ковыль, орлан-белохвост, гадюка степная, лунь полевой, полоз желтобрюхий, жук-олень

Слайд 10: *Кроссворд:* 1. Рыба. 2. Рак. 3. Сани. 4. Яблоко

Слайд 11: Баня. Лечат: простудные заболевания, заболевания нервной системы, дерматит

Слайд 14: 1. Здоровье не купишь – его разум дарит. 2. Здоровье дороже богатства. 3. Здоров будешь – всё добудешь