**Консультация для родителей**

**«Зелёная аптека»**

И в зарослях лесных,

В полях, и на лугах

Где все для сердца мило,

Где чистым воздухом так сладостно дышать.

Есть в травах и цветах

Целительная сила,

Для всех умеющих

Их тайну разгадать.

*(Вс. Рождественский)*

Нас повсюду окружают растения: цветы, травы, деревья и кустарники. Без растений не было бы жизни на земле. Растения помогают нам дышать. А еще с их помощью можно вылечить некоторые болезни. Просто нужно знать, какие растения являются лекарственными и правильно их использовать.

Каждое растение создано природой во благо. Люди изучали растения, передавали другому поколению свои знания о лечебных свойствах растений, составляли «Травники».

У нас аптека находится практически под ногами. Дети должны увидеть красоту окружающей природы, понять пользу растений, цветов и трав. Мы, взрослые, гуляем с детьми, ходим на экскурсии, в парк, лес, в поле, знакомим их с нашей матушкой-природой.

Расскажите детям о лекарственных растениях. Какие растения называют лекарственными, как их правильно собирать. Научите детей различать лекарственные травы и воспитывайте бережное отношение к природе.

Когда мы болеем, то не всегда нужно бежать за таблетками в аптеку. Нас окружает много растений, которыми можно лечиться.

Растения, которые используются для лечения разных заболеваний, называются лекарственными. Какие растения относятся к лекарственным?

Многие лекарственные растения известны детям с самого детства. Это: одуванчик, ромашка, крапива, подорожник, мать-и-мачеха, ландыши, липа.

Рассмотрим наиболее известные для детей растения.

**Крапива двудомная**

Слово произошло от древнерусского слова «копрена» — шелк. Из крапивы получали волокно и изготавливали ткани.

Раньше крапиву считали средством для изгнания нечистой силы.

В трудные годы крапива очень выручала людей. Ее употребляли в пищу, готовили супы, салаты. Как лекарственное растение известна давно. Народная мудрость гласит: «Одна крапива заменит семерых врачей».

Применяют крапиву при воспалении легких, кровотечениях, полощут горло, используют для укрепления волос.

**Ромашка аптечная**

В поле сестрички стоят,

Желтые глазки на солнце глядят,

У каждой сестрички —

Белые реснички

*(Ромашка)*

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

Описание ромашки

Ромашка аптечная — однолетнее травянистое растение из семейства сложноцветных.

Цветки собраны в корзину, которая состоит из белых языковидных лепестков и желтых трубчатых цветков. Ромашка цветет с мая до сентября. Растет повсюду: на полях, у дорог, возле жилища человека.

Лекарственные свойства ромашки.

Применяют как успокаивающее, противовоспалительное , мочегонное средство.

Отваром ромашки полощут горло, используют как противовоспалительное средство при желудочно-кишечных заболеваниях. Применяют как косметическое средство, отвар ромашки придает светлым волосам золотистый оттенок.

**Подорожник**

Растет у дорог. Его русские названия «подорожник», «попутчик». Еще его называют» порезник», «ранник» — за ранозаживляющие свойства.

В медицине применяются листья для заживления ран, порезов. Также используют при укусах пчел, ос и даже змей. Свежеистолченная масса из листьев подорожника предупреждает появление отека.

Используют подорожник при заболеваниях верхних дыхательных путей, при гастрите, заболеваниях желудка.

Семена у подорожника липкие, прилипают к обуви человека, к лапам животных и разносятся на большие расстояния.

Вдоль дорожек его встретишь,

Ранки ссадины излечишь,

Сорвешь листочек осторожно.

Кто нас излечит?

*(Подорожник)*

**Мать-и-мачеха**

Я знаменита не цветами,

А обычными листами:

То твердыми, холодными,

То мягкими и темными.

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

Многолетнее растение, семейства сложноцветных, с прямыми стеблями, покрытыми буроватыми чешуевидными листьями.

На стебле желтые цветы.

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

Мать-и-мачехи цветки

Словно солнца огоньки.

На пригорочке растут,

Прям из снега — и цветут!

(Л. Акиньшина)

*Загадка*

Сверху листик гладкий,

Но с байковой подкладкой

*(Мать-и-мачеха)*

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

**Мята**

Добавляют ее в чай. В мяте много полезных свойств. Приятный аромат, охлаждающий вкус. Настойки из мяты успокаивают.

Вкусен чай и ароматен,

С ней он легок и приятен:

Листочки сорваны, помяты.

Что ты вдыхаешь? — Запах…*(мяты)*

**Календула или ноготки**

Что за странные цветки

Под названьем ноготки?

Так похожи на ромашки —

Все в оранжевых рубашках?

*(Календула)*

Обладает отхаркивающим, мочегонным, потогенным средством. Календулой поласкают горло при стоматитах и ангине.

**Лопух**

Неприхотливое растение, растет повсюду. Просто замечательный сорняк. Дети из его плодов лепят фигурки. Лопух еще называют репейником.

В медицине используют и корни лопуха и его листья. Из них готовят отвары, настои, экстракты и лечат разные заболевания: гастрит, запоры, геморрой, остеохондроз, стоматит.

Листья лопуха прикладывают к больным суставам. Отваром из лопуха укрепляют волосы.