**Внеклассное занятие натему: «Шиповник – радость для души, польза для здоровья»**

**/Для учащихся 3-7 кл./ Данное занятие может быть использовано науроках биологии, дополнительных занятиях, окружающий мир в начальной школе.**

**Цели**: Расширить представление детей о шиповнике, как лекарственном растении;

Воспитывать бережное отношение к растениям нашего края.

* привлечение внимания учащихся к сокровищам природы;
* создание условий для ознакомления с лекарственным растением - шиповником, его пользой и применением;
* ознакомление с различными рецептами и способами использования их для повышения собственного иммунитета;
* доведение до сознания детей и взрослых, почему нужно заботиться о родной земле, сохранение ее красоты.

                                 Ход:

1.     Орг. Момент:

2.     Подготовительная часть:

**Учитель:** Одна из важнейших ценностей человека – его здоровье. К сожалению, многие люди мало уделяют внимания его сохранению. На аптечных полках можно увидеть большое количество лекарственных препаратов, которые, как утверждает реклама, легко исцелят нас от любой болезни. Но не стоит забывать о том, какое богатство дарит нам сама природа. Ведь многие болезни лечатся лекарственными растениями.

Ещё в глубокой древности наши предки стали замечать о лечебных свойствах растений. На основе этих знаний появилась фитотерапия – наука о лечении различных заболеваний при помощи лекарственных растений. Одним из таких замечательных растений является…..я загадаю вам загадку одгадкой которой и будет это растение

Стоит колючка, словно злючка

Кто подойдет, того кольнет

А кто заболеет, того вылечить сумеет!

/ Его имя – Шиповник или Дикая Роза. /

Он многим людям хорошо знаком.

**Вопрос учащимся** А вы знаете что-нибудь о шиповнике?

Его можно встретить на опушке леса, и у просёлочной дороги, и на берегу реки, и у оврагов, у родников, и в полисаднике у родного дома.

Идёшь по тропинке, думаешь о чём-то, а он смотрит на тебя, приветливо покачивая веточками, и нежными ароматными цветами…

И словно шепчет: «Я твой верный друг».

Учитель: Сегодня я предлагаю вам совершить заочную экскурсию, которая состоит из четырех так называемых «станций».

**1-я станция «Библиотека**», которая хранит многочисленные легенды об удивительном растении-шиповнике.

И вот одна из них: Давным-давно на Дону родилась легенда, которую до сих пор с удовольствием рассказывают пожилые казачки: «В далекие времена одна прекрасная девушка-казачка и смелый юноша-казак полюбили друг друга. Они дали клятву верности друг другу. Но казачку полюбил и станичный атаман. Дабы избавиться от соперника, он отправил молодого казака на службу в армию. Прощаясь с любимой, юноша передал ей свой надежный кинжал. Станичный атаман сразу же начал настойчиво звать девушку замуж, но она отвечала ему ненавистью. Это еще больше раззадорило злодея, и он приказал слугам выкрасть ночью красавицу из дома родителей. Долго томилась она в темнице, но день свадьбы все же был назначен. Девушке удалось бежать, и свадьба не состоялась. Она оказалась в лесу, где гуляла с любимым до разлуки. Вспомнила счастье встреч с юношей, не смогла перенести сердечные муки и вонзила в свое сердце оставленный любимым кинжал. Капли крови упали на землю, где сразу же вырос необыкновенно красивый кустарник с цветами нежно-розового цвета, излучавшими волшебный аромат. Однажды атаман увидел прекрасный куст и хотел сломать ветку с цветами, но весь куст сразу же покрылся острыми шипами, защищая себя. Злодей попробовал справиться с кустом, но только исколол руки и оставил эту затею. Так появился шиповник, куст которого в период цветения похож на огромный букет роз.

РАБОТА В ГРУППАХ *Собери картинку (учащимся предлагаются детали картинок с изображением шиповника, которые нужно собрать воедино)*

*Рубрика*  А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ? Что есть народные приметы:*.*

* зацвел  шиповник — встречай лето, Оказывается  наши предки  даже отмечали праздник  шиповника  –  этот день 6 июня. Водили вокруг шиповника хороводы, пели, готовили угощение. Считалось, что именно с этого дня начинается настоящее лето.  С  этим днем связаны  обрядовые песни
* покраснели  его плоды  — провожай лето
* Период цветения шиповника— пора ловить окуня на удочку
* Интересно, что по цветкам шиповника можно сверять  часы: они раскрываются от 04.00 до 4 часов 30 минут утра, а закрываются в 19.00-20.00ч.

У многих народов шиповник — любимое священное растение: из его цветков плели гирлянды для невест, женщины и девушки украшали себя бусами из ярких плодов. А если его посадить вокруг  дома,  то там  всегда будет мир и благополучие.  Во время  цветения бабушки специально садились под куст шиповника и рассказывали внукам сказки – считалось, что так дети быстрее избавятся от страхов.  Запрещалось ломать шиповник, а если приходилось, то под ним оставляли дары, просили прощения.

Древние греки и римляне считали его символом нравственности посвящали богине любви и красоты.

**Задачей 2й станции- «Школьный медпункт»**

стало знакомство с историей использования уникальных полезных свойств шиповника-«лекаря леса», как его называют в народе.

Шиповник - для здоровья клад, Так в народе говорят.   
Из шиповника отвар - Ценный от природы дар.

**УЧАЩИМСЯ ВОПРОС- ЗНАЮТ ЛИ ОНИ ОБ УНИКАЛЬНЫХ ПОЛЕЗНЫХ СВОЙСТВАХ ШИПОВНИКА (ПРЕДЛОЖИТЬ РЕБЯТАМ ОТВАР ШИПОВНИКА) .** Уже в XVII веке в России шиповник широко использовали для лечения раненых солдат в войне с турками. Для заживления ран лепестки шиповника перегоняли с водой и пропитывали повязки, накладываемые на раны. Маслом из семян лечили ранения головы. Отваром плодов обмывали края раны, чтобы избежать гангрены. В дальнейшем шиповник в медицине не использовался. Вспомнили о плодах [шиповника](http://www.travniku.ru/zdr/wipovnik/) только в Великую Отечественную войну, когда приходилось в максимальной степени использовать все природные ресурсы. Водными отварами его плодов в госпиталях смачивали повязки, налагаемые на раны. Результаты оказались весьма положительными: улучшалось самочувствие раненых воинов, быстрее наступало эпителизация ран. Особенно это было заметно в случаях с медленными протекающими процессами заживления. Благотворное влияние на процесс выздоровления раненых оказывали также приемы внутрь порошка или концентратов плодов [шиповника](http://www.travniku.ru/travy/wipovnik-koriqnyix-roza-koriqnaya/). Жители сел и деревень издревле использовали дикорастущие растения в пищу. А в годы войны они стали настоящими спасателями от голодной смерти и лекарствами от болезней.

  В этом растении настоящий кладезь витаминов и микроэлементов. Например витамина С в шиповнике в 50 раз больше, чем в лимонах, и в 10 раз больше чем в черной смородине. Шиповник так же богат витаминами В. Е, Р, D, A, а так же калием, магнием, кальцием, фосфором, железом, кобальтом, марганцем, цинком, медью, пектинами, целебными фитонцидами, полезной клетчаткой, эфирными маслами и многими другими полезными веществами природы. Можно только представить какой мощной целительной силой обладает волшебный шиповник! Это– ценное витаминоносное растение, бесценный источник аскорбиновой кислоты. Он незаменим, как общеукрепляющее средство, особенно в холодное время года, он защищает от простуды, переутомления, прогоняет все хвори, он придаёт силы и молодость и дарит здоровье.

**3-я станция–« Аптека»**

Рассказать детям о значении шиповника:

* . Это отличное жаропонижающее средство..
* Он способен нормализовать уровень холестерина в крови.
* Укрепляет стенки сосудов сердечно-сосудистой системы.
* Действует как желчегонное и мочегонное, ранозаживляющее и противовоспалительное средство.

**Станция – «Парфюмерная»** продемонстрировала еще одни уникальные особенности шиповника, используемые в косметологии:

(ВЫВЕСТИ НА ЭКРАН КАРТИНКУ С ДУХАМИ, МАСЛАМИ, МЫЛОМ, ГЕЛЕМ и т.д. и рассказать)

* Полезно масло шиповника для волос — пряди становятся более густыми и ухоженными, меньше секутся.
* Эфирное масло лепестков шиповника используется преимущественно в ароматах цветочного семейства. Духи с нотами шиповника обладают изысканным и утонченным оттенком, схожим с благоуханием цветущих роз. Шиповник обычно включают в сердце композиции вместе с другими цветочными нотами, например, туберозой, лилией, жасмином, розой и ландышем, в ансамбле с которыми он приобретает необыкновенно нежное и чарующее звучание.
* Розовое масло в настоящее время используется для приготовления высших сортов духов, мыла, помады, оно входит в состав 46 % мужской и 98 % женской парфюмерии.
* Миллионы лет цветёт шиповник, и веет его нежный аромат, во все времена вдохновляя поэтов, писателей, художников, музыкантов, и всех любящих людей. На языке цветов шиповник означает весну и поэзию –Этому скромному кустарнику, посвящено множество песен и стихов…

Распустились нежные цветы, Куст покрылся розовой зарёю,  
Как люблю шиповника красу, Я под ним мечту свою укрою.  
 В  христианстве –  шиповник один из символов тернового венца Иисуса. Поэтому среди растений, которые  традиционно используются для праздничных пасхальных  украшений, присутствуют ветки шиповника.

В завершении нашей экскурсии я хочу обратиться ко всем: все свои сокровища природа отдает человеку и за все просит только одного: беречь ее!

Я рекомендую всем отправиться в августе, сентябре на прогулку к зарослям шиповника и запастись этими чудесными ягодами. И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

**Итог:**  С каким лекарственным растением познакомились на занятии? Как люди  используют шиповник в быту ?

**Рефлексия:** на доске плакат с нарисованным кустом шиповника (без цветов). Предложить детям наклеить того цвета цветок, который говорит о том понравилось ли им занятие (розовый или синий).

**Домашнее задание: Составить мини-книгу рецептов здоровья.**

Охраняйте природу, любите свой край и участвуйте в Международной детско-юношеской премии «Экология- дело каждого!»