

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ  
«ЭКОЛОГО-БИОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»  
ДЖАНКОЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

***«Всероссийский открытый конкурс дополнительных  
общеобразовательных программ «Образовательный ОЛИМП»  
в 2025 году»***

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

**Составитель: Квасницкая Анастасия Геннадьевна,  
педагог дополнительного образования**

**с. Яркое  
2025 г.**

## **СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ**

### **в помощь обучающимся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Лекарственные растения»**

Аптечная грядка – специальная грядка в огороде или в саду, на которой выращивают лекарственные растения.

Бережное отношение – правило сбора растений: нельзя вырывать растение с корнем, если нужны только цветки или листья. Нужно брать столько, сколько нужно, чтобы растения могли и дальше расти на этом месте.

Ботаника – наука о растениях, их строении, жизни, классификации.

Ветеринарная фитотерапия – применение лекарственных растений для лечения и профилактики болезней у животных.

Время сбора – каждое растение собирают в своё время: цветки – когда они только распустились, листья – до цветения, корни – осенью.

Гербарий – коллекция засушенных растений, оформленная и снабженная этикетками с научными названиями, датой и местом сбора.

Двулетние растения – растения, живущие два года; в первый год формируют вегетативные органы, а во второй – цветут и плодоносят (крапива двудомная, некоторые виды наперстянки).

Дикорастущее растение – растение, которое растёт само по себе в лесу, в поле, на лугу или около реки, без помощи человека.

Захиста растений – раздел агрономии, изучающий методы и средства борьбы с болезнями, вредителями и сорняками культурных растений.

Зверобой – растение с жёлтыми цветочками. Если растереть цветок между пальцами, они станут фиолетовыми. Его называют «травой от 99 болезней», он помогает при простуде и усталости.

Интенсивная технология возделывания – комплекс агротехнических приемов, направленный на получение максимального урожая высокого качества (внесение удобрений, орошение, борьба с вредителями).

Календула – красивое оранжевое или жёлтое растение с цветками, похожими на солнышко. Её цветки помогают заживлять ранки.

Комнатные растения – растения, выращиваемые в жилых и служебных помещениях (алоэ, каланхое, герань).

Компресс – кусок чистой ткани, смоченный в отваре или настоем, который прикладывают к больному месту.

Крапива – растение с жгучими волосками на листьях. Она очень богата витаминами. Из молодой крапивы варят полезные щи.

Культурное растение – растение, которое человек специально выращивает, ухаживает за ним (поливает, пропалывает, удобряет).

Культурные растения – растения, специально выращиваемые человеком для получения пищи, лекарств, сырья и других целей.

Лекарственное растение – растение, органы или части которого (листья, корни, цветки и т.д.) содержат биологически активные вещества (БАВ) и используются для лечения заболеваний людей и животных или в качестве сырья для фармацевтической промышленности.

**Лекарственное растительное сырье (ЛРС)** – специально собранные и заготовленные части растений (почки, листья, цветки, корни и др.), используемые для получения лекарственных средств.

**Лекарственное сырьё** – части растений (цветки, листья, корни), которые собирают и сушат, чтобы потом использовать для лечения.

**Лекарственный сбор (сборная смесь)** – смесь нескольких видов измельченного лекарственного сырья, предназначенная для приготовления настоев или отваров.

**Мать-и-мачеха** – одно из первых весенних растений с жёлтыми цветками. Её листья (которые появляются позже цветков) помогают от кашля.

**Место обитания** – место, где любит расти то или иное растение (например, подорожник – у дорог, мать-и-мачеха – на склонах оврагов).

**Морфология растений** – раздел ботаники, изучающий внешнее строение растений и их органов.

**Многолетние растения** – растения, живущие более двух лет и многократно цветущие и плодоносящие (валериана, зверобой, родиола розовая).

**Мята** – Душистое растение с приятным прохладным запахом. Её листочки добавляют в чай, чтобы успокоиться или помочь пищеварению.

**Народные средства** – методы и рецепты лечения, основанные на опыте и традициях, передаваемых из поколения в поколение.

**Настой** – 1) Лекарство, которое получают, когда заливают сырьё горячей водой и дают ему настояться (как чай). 2) Жидкая лекарственная форма, получаемая путем настаивания измельченного сырья на воде (обычно горячей).

**Овощные культуры** – растения, возделываемые для получения овощей (например, морковь, свекла, тыква, сельдерей, капуста).

**Однолетние растения** – растения, проходящие полный жизненный цикл (от семени до семени) за один вегетационный период (календула, ромашка аптечная).

**Одуванчик** – растение с ярко-жёлтыми цветками и белыми пушистыми шариками. Из его листьев делают салат, а из цветков – варенье. Он улучшает аппетит.

**Отвар** – 1) Лекарство, которое получают, когда проваривают сырьё в воде несколько минут. 2) Жидкая лекарственная форма, получаемая путем кипячения сырья с водой в течение определенного времени.

**Отхаркивающее средство** – средство, способствующее выведению мокроты из дыхательных путей (мать-и-мачеха, подорожник, чабрец).

**Парфюмерно-косметическая промышленность** – отрасль, использующая эфирные масла, экстракты и настои растений для создания духов, кремов, лосьонов и другой продукции.

**Плодовые культуры** – растения, выращиваемые для получения фруктов и ягод (например, малина, смородина, шиповник, боярышник).

Полевые культуры – растения, выращиваемые на полях (например, злаки, лен, люцерна).

Полоскание – промывание больного горла или рта тёплым отваром трав.

Подорожник – растение с широкими листьями, растущее вдоль дорог. Чистый лист подорожника можно приложить к ранке или укусу комара, чтобы остановить кровь и снять воспаление.

Пресс (для гербария) – устройство для равномерного засушивания растений между листами бумаги под давлением.

Правила сбора лекарственных растений – свод норм, включающий оптимальные сроки, время суток, фазу вегетации и методы сбора для сохранения полезных свойств и популяции растения.

Размножение семенами – половой способ размножения растений, при котором новая особь развивается из семени.

Растения леса – ландыш, бруслица, черника, толокнянка, багульник.

Растения луга – зверобой, тысячелистник, ромашка аптечная, душица, тимьян (чабрец).

Ромашка аптечная – Растение с мелкими белыми лепестками и жёлтой серединкой. Цветки ромашки заваривают при простуде и боли в животе.

Сбор (заготовка) – аккуратное собирание частей лекарственных растений в определённое время.

Свежий сок – жидкость, отжатая из свежих частей растения, богатая витаминами и микроэлементами (сок капусты, свеклы, моркови).

Сорные растения (растения у нас под ногами) – одуванчик, подорожник, пастушья сумка, крапива, пырей.

Сушка – 1) Способ сохранения растений. Растения раскладывают тонким слоем в тёплом, сухом и проветриваемом месте (например, на чердаке). 2) Процесс удаления влаги из сырья для предотвращения порчи и сохранения биологически активных веществ.

Успокоительное (седативное) средство – средство, оказывающее успокаивающее действие на центральную нервную систему (валериана, пустырник, мята).

Условия хранения сырья – правила хранения заготовленного сырья (в темном, сухом, прохладном месте, в плотной таре), обеспечивающие его сохранность.

Фармакогнозия – наука о лекарственных растениях и сырье животного происхождения.

Фитотерапия – метод лечения заболеваний с использованием лекарственных растений и комплексных препаратов из них.

Хранение – высушенное сырьё хранят в бумажных пакетах, тканевых мешочках или стеклянных банках. Обязательно подписывают название растения и дату сбора.

Цветочно-декоративные растения – растения, выращиваемые для украшения садов, парков и помещений (календula, настурция, роза).

Чай – вкусный и полезный напиток, в который добавляют сушёные листья, ягоды или цветки (чай с мята, с ромашкой, с липой).

Шалфей – растение с пушистыми серо-зелёными листьями. Его отваром полощут горло, когда оно болит.

Экосистема – единый природный комплекс, образованный живыми организмами и средой их обитания (лес, луг, пустырь).

Эфирномасличные культуры – растения, накапливающие в своих органах значительное количество эфирных масел (лаванда, мята, кориандр).

Этикетка (в гербарии) – обязательная сопроводительная записка к каждому образцу гербария, содержащая основную информацию о растении.

## ДИДАКТИЧСИЙ МАТЕРИАЛ «ГЕРБАРИЙ»

Гербарий как дидактический материал для учебного объединения «Лекарственные растения» представляет собой систематизированную коллекцию засушенных растений, оформленную с сохранением характерных морфологических особенностей каждого вида.



Как дидактический материал гербарий обладает уникальными образовательными возможностями.

### Преимущества использования гербария:

- Тактильное восприятие - возможность непосредственного контакта с изучаемым объектом.
- Визуализация - сохранение натурального вида растений для многократного использования.
- Доступность - независимость от сезона и погодных условий.
- Долговечность - возможность использования в течение многих лет.

### Основные функции гербария:

1. Образовательная функция: формирование представлений о разнообразии лекарственных растений; изучение морфологических особенностей видов; освоение принципов ботанической систематики

2. Развивающая функция: развитие навыков наблюдения и сравнения; формирование исследовательских умений; развитие мелкой моторики при работе с мелкими деталями растений

3. Воспитательная функция: формирование экологического сознания; воспитание бережного отношения к природе; развитие ответственности и аккуратности

### **Практическая реализация гербария как дидактического материала:**

#### *Этап 1. Подготовительный (теоретический).*

Дидактическая цель: Формирование теоретической базы для практической работы.

##### *Содержание деятельности:*

- Изучение правил сбора растений.
- Знакомство с техникой безопасности.
- Обучение ведению полевого дневника.
- Изучение ботанической терминологии.

##### *Методические материалы:*

- Памятка «Правила сбора лекарственных растений».
- Бланки полевых дневников.
- Ботанический определитель для начинающих.

#### *Этап 2. Сбор материала (полевой)*

Дидактическая цель: Формирование навыков полевой работы и наблюдения

##### *Организация работы:*

- Экскурсии в различные биотопы (лес, луг, водоем).
- Фенологические наблюдения.
- Фотографирование растений в естественной среде.
- Сбор образцов с соблюдением природоохранных норм.

#### *Этап 3. Обработка и оформление (лабораторный)*

Дидактическая цель: Развитие практических навыков исследования

Стандартная структура гербарного листа:

РАСТЕНИЕ (расправленное)
ЭТИКЕТКА <ul style="list-style-type: none"><li>- русское и латинское название</li><li>- место и дата сбора</li><li>- экологические условия</li><li>- лекарственные свойства</li><li>- автор сбора</li></ul>

#### *Этап 4. Работа с готовым гербарием.*

Дидактическая цель: Закрепление и применение полученных знаний.

Методические приемы работы с гербарием:

1. Идентификационные игры:

- «Узнай растение по описанию».
- «Найди родственников» (по семействам).
- «Собери лекарственный сбор».

2. Сравнительный анализ:

- Сравнение культурных и дикорастущих видов.
- Сравнение растений с одинаковыми лекарственными свойствами.
- Анализ морфологических различий близких видов.

3. Проектная деятельность:

- Создание «Атласа лекарственных растений Степного Крыма».
- Разработка экологических троп.
- Создание цифрового каталога гербария.

#### **Критерии оценки качества гербария как дидактического материала:**

1. Научные критерии:

- Достоверность определения видов.
- Полнота этикеточных данных.
- Соответствие современной ботанической номенклатуре.

2. Методические критерии:

- Доступность для восприятия целевой аудиторией.
- Соответствие образовательной программе.
- Возможность использования в различных формах работы.

3. Эстетические критерии:

- Аккуратность оформления.
- Художественная выразительность.
- Единообразие стиля оформления.

Гербарий как дидактический материал обеспечивает комплексный подход к изучению лекарственных растений, сочетая теоретическую подготовку с практической деятельностью и развивая у учащихся целостное представление о растительном мире.

## **ИНТЕРАКТИВНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

### **1. Дидактическая игра «Ботаническое лото».**

Цель: Закрепление знаний о внешнем виде и названиях лекарственных растений.

Оборудование:

- Игровые карточки  $3 \times 3$  с изображениями растений
- Отдельные карточки с названиями растений
- Жетоны для закрытия клеток

Правила:

1. Участникам раздаются игровые карточки.
2. Ведущий достает карточку с названием растения.
3. Игроки находят соответствующее изображение на своей карточке.
4. Правильно закрывший всю строку/столбец кричит «Лото!».

Варианты усложнения:

- Добавить карточки с лекарственными свойствами
- Ввести карточки «ложный двойник» для развития критического мышления

### **2. Интерактивный квест «Поиски целебных трав».**

Цель: Развитие навыков ориентирования и определения растений в природе

Сценарий: Участники получают карту местности с отметками, где спрятаны задания. На каждой точке — образец растения и задание к нему.

Этапы квеста:

1. Станция «Определитель» - по описанию найти растение.
2. Станция «Аптекарский огород» - собрать правильный лекарственный сбор.
3. Станция «Рецептурная» - разгадать кроссворд о применении растений.
4. Станция «Первая помощь» - решить ситуационные задачи.

### **3. Ролевая игра «Фитоаптека».**

Цель: Освоение практического применения знаний о лекарственных растениях

Роли:

- Провизор (консультант).
- Посетители с различными жалобами.
- Сборщик трав.
- Контролер качества.

Сценарии:

1. «Посетитель с простудой» - подбор противопростудного сбора.
2. «Спортсмен с растяжением» - рекомендации по наружным средствам.
3. «Человек с бессонницей» - подбор успокаивающих трав.

#### **4. Практикум «Создание травника».**

Цель: Систематизация знаний через создание личного справочника.

Этапы работы:

1. Дизайн страницы — оформление шаблона.
2. Заполнение раздела — морфологическое описание.
3. Гербаризация — приkleивание засушенного образца.
4. Запись рецептов — народные способы применения.

Интерактивные элементы:

- Обмен страницами между участниками.
- Голосование за лучший травник.
- Создание общей цифровой версии.

#### **5. Кейс-игра «Ситуации в походе».**

Цель: Развитие навыков применения знаний в реальных условиях.

Кейсы:

1. «Укус насекомого» — какие растения могут помочь?
2. «Потертость ног» — поиск ранозаживляющих средств.
3. «Расстройство желудка» — подбор вяжущих растений.
4. «Стрессовая ситуация» — нахождение успокаивающих трав.

Механика:

- Работа в малых группах (3-4 человека).
- Ограничение времени на решение.
- Защита своего решения перед «экспертной комиссией».

#### **6. Интеллектуальная битва «ФитоЭрудит».**

Форматы заданий:

- «Верю - не верю» - утверждения о свойствах растений.
- «Что лишнее?» - нахождение растения не из той группы.
- «Собери слово» - составление названий из букв.
- «Темная лошадка» - определение растения по поэтапным подсказкам.

**Принципы эффективного интерактива:**

- Постепенное усложнение — от простых игр к сложным проектам.
- Чередование форматов — поддержание интереса через разнообразие.
- Практическая направленность — связь с реальной жизнью.
- Групповая динамика — сочетание индивидуальной и командной работы.
- Обратная связь — немедленное подведение итогов и анализ.

**Критерии оценки эффективности:**

- Активность участия в упражнениях;
- Качество выполняемых заданий;
- Умение применять знания в новых ситуациях;
- Развитие коммуникативных навыков и творческий подход.

Интерактивные упражнения превращают изучение лекарственных растений в увлекательный процесс, способствующий запоминанию, развитию практических навыков, критического мышления и экологического сознания.

## **Тест №1**

**Цель:** проверить качество знаний и умений обучающихся.

**Задачей** тестирования является контроль усвоения обучающимися материала, предусмотренного программой.

*Обведи кружочком вариант правильного ответа на вопрос.*

**1. Это лекарственное растение растет у дорог, его листья заживляют раны.**

- A) камыш;
- B) подорожник;
- B) ландыш.

**2. Какое растение используется при простуде и кашле:**

- A) жасмин;
- B) ромашка;
- B) самшит.

**3. С этим растением каждый день встречается тот, кто любит чистить зубы. Оно придает приятный запах и свежесть зубной пасте.**

- A) амброзия;
- B) мята;
- B) калина.

**4. Какой овощ убивает болезнетворные микробы?**

- A) помидор;
- B) морковь;
- B) чеснок.

**5. Это растение в народе называют касатиком, а в книжке - конфетой.**

- A) тюльпан;
- B) нарцисс;
- B) ирис.

**6. И красивый, и колючий, и цветок, и лекарь...**

- A) одуванчик;
- B) календула;
- B) шиповник.

## Тест № 2

1. Соцветия этого растения заваривают для полоскания горла при ангине:  
А. шиповника      Б. валерианы      В. календулы
2. Корни какого растения используют как успокаивающее средство:  
А. липы      Б. календулы      В. валерианы
3. Для улучшения аппетита перед едой принимают настойку ...  
А. календулы      Б. тысячелистника      В. подорожника
4. Цветки какого растения заваривают при простуде? \_\_\_\_\_  
А. липы      Б. календулы      В. валерианы
5. Плоды этого растения содержат много витаминов, их употребляют для общего укрепления организма:  
А. липы      Б. шиповника      В. валерианы
6. Свежий лист ..., приложенный к ранке, может остановить кровотечение:  
А. липы      Б. подорожника      В. валерианы
7. Где хранили целебные травы в старину?  
а) в баночках;      б) в пакетах;      в) в куклах-целительницах.
8. Напиши названия 3 известных тебе лекарственных растений, которые есть в твоей домашней аптечке
9. Подпиши названия лекарственных растений



### **Тест № 3**

#### *Задание 1.*

1. Листья какого растения прикладывают к ране? (лист крапивы, лист подорожника, лист петрушки (правильный ответ – лист подорожника))
2. Растение, от которого начинается частое чихание (каланхоэ, алоэ, подорожник) (правильный ответ – каланхоэ)
3. Сок какого растения можно закапывать нос при насморке? (каланхоэ, алоэ, подорожник) (правильный ответ – алоэ)
4. Растение, в названии которого есть название родного и неродного человека (иван-чай, мать-и-мачеха, дочки-матери) (мать-и-мачеха)
5. Какое лекарственное зеленое растение кладут в борщ? (Шалфей, щавель, порей) (правильный ответ – щавель)
6. Семена какого растения используют при выпекании вкусных булочек? (мак, щирица, укроп) (правильный ответ – мак)
7. Самое горькое лекарственное растение? (полынь, чистотел, календула) (правильный ответ – полынь)
8. Самое ядовитое лекарственное растение? (полынь, чистотел, календула) (правильный ответ – чистотел)
9. Какое растение имеет своим вторым названием синоним маникюра? (календула, шалфей, полынь) (правильный ответ – календула, второе название «ноготки»)
11. Из листьев какого растения заваривают чай от температуры? (смородина, малина, клубника) (правильный ответ – малина)
12. От одного едкий запах, от другого слезы, а в народе говорят, что они лечат все болезни. Что это? (лук и чеснок, лимон и имбирь) (лук и чеснок)
13. Из листьев какого растения не заваривают ароматный целебный чай? (малина, смородина, чистотел) (правильный ответ – чистотел)
14. Какие ягоды самые полезные для глаз? (черника, голубика, ежевика) (правильный ответ – черника)

#### *Задание 2.*

1. Где хранили целебные травы в старину?  
а) в баночках;      б) в пакетах;      в) в куклах-целительницах.
2. Напиши названия 3 известных тебе лекарственных растений, которые есть в твоей домашней аптечке\_\_\_\_\_
3. Какие части календулы и тысячелистника используют для лечения?  
а) листья      б) соцветия      в) корни
4. Цветки какого растения заваривают при простуде? \_\_\_\_\_
5. Свежий лист какого растения может остановить кровотечение?
6. Какое растение используют для лечения кашля?  
а) подорожник      б) валериану      в) тысячелистник
7. Какое растение используют для улучшения аппетита?  
а) подорожник      б) валериану      в) тысячелистник
8. Плоды какого растения используют для общего укрепления организма?  
\_\_\_\_\_

**ОТЗЫВ РОДИТЕЛЯ  
НА РАБОТУ ПЕДАГОГА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
КВАСНИЦКОЙ АНАСТАСИИ ГЕННАДЬЕВНЫ**

Хочу выразить огромную благодарность педагогу Квасницкой Анастасии Геннадьевне за прекрасный кружок «Лекарственные растения», который посещает мой сын, ученик 3-го класса.

Это не просто кружок, а настояще погружение в мир живой природы! Ребенок в восторге от каждого занятия. Педагог обладает удивительным талантом – говорить с детьми на одном языке. Сложные темы о свойствах лекарственных растений, их пользе и даже мерах предосторожности преподносятся в легкой, игровой и очень запоминающейся форме.

Анастасия Геннадьевна создала невероятно доброжелательную и поддерживающую атмосферу, где каждый ребенок чувствует свою значимость. Виден ее высокий профессионализм, любовь к своему делу и, что самое главное, к детям.

Спасибо за это увлекательное и полезное путешествие в мир природы!

С уважением, Добрун Юлия Сергеевна, мама обучающегося учебного объединения «Лекарственные растения» Ефремова Кирилла.

