Телегина Н.В., учитель биологии, химии
МБОУ СОШ №14 с.Новопаньшино
Горноуральского городского округа

Учебно-методический комплекс «Фитотерапия» для школьников

«Болезнь – это преступление,
не будьте преступниками»
Диетолог Поль Брегг.

Более 20 лет веду элективный курс, кружок, а сейчас курс внеурочной деятельности «Фитотерапия» по авторской составительской программе. Моя работа заняла первое место в областном конкурсе учебных образовательных программ по дополнительному экологическому образованию в г.Екатеринбурге. Ежегодно 100% шестиклассников посещают данный курс.

Цель программы – научить детей предупреждать и лечить болезни с помощью растений, рецептов народной медицины, ухаживать за собой, воспринимать жизнь и здоровье как главную ценность человека и просто быть самим собой. В содержание «Фитотерапии» входит 5 крупных тем: «История применения лекарственных растений», «Пища должна быть лекарством», «Растения дарят красоту», «Лекарственные растения родного края», «Заготовка лекарственных растений». Ребята учатся распознавать растения, готовить лекарственные препараты в домашних условиях, составлять лечебные меню, травники для себя и своей семьи, правильно питаться, ухаживать за волосами, кожей, зубами, определять полезность пищи с помощью биополя, разводить и ухаживать за комнатными растениями в школе и дома, благотворно влияющими на здоровье человека, оказание первой помощи домашними средствами и т. д. Работы могут быть выполнены на занятии и продолжены дома с привлечением родителей. Таким образом, практические навыки и теоретические знания становятся достоянием всей семьи.

Для мотивации детей использую на занятиях различные виды работ: рассказы, беседы, мини – опросы в игровой технологии, разминки «Угадай растение», «Найди пару», опорные конспекты, кроссворды, сюжетные рисунки, загадки, стихи, экологические сочинения, сказки и т. д. Наиболее интересными занятиями являются «Простуде – бой!», «Лекарства на обеденном столе» в форме телепередачи, «Салон красоты «Флора», «В гостях у бабушки», «День варенья». Спектакль в стихах «Знахаркины советы», написанный моим учителем биологии, посмотрели не только все ученики нашей школы, но и воспитанники детского сада, родители.

Есть методическая разработка 68 занятий по данному курсу, напечатана брошюра «Фитотерапия». Электронные варианты программы и методички пользуются популярностью у учителей района, области, страны. Одиннадцать лет выступаю с УМК перед коллегами в Межрегиональных экологических экспедициях школьников России, куда езжу с учениками после участия в российском конкурсе «Учитель года – 2007». Восемь лет мои воспитанники были победителями и призерами на фестивалях «Марш парков». С совместно с детьми составленным кроссвордом по фитотерапии участвовала в программе «Поле чудес» у Л.Якубовича. Подаренная нам видеодвойка долгое время служила на уроках.

Но самое главное, мои выпускники ведут здоровый образ жизни, пользуются записями занятий и некоторые выбрали профессии, связанные с медициной, фармацевтикой.