БЕСЕДЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Воспитатель
МАДОУ ДСКН№3 г. Сосновоборска
первой квалификационной категории
Хатыпова Алия Халяфовна

Беседа «Здоровые напитки - витамины на даче»

Цель: расширение представлений детей о лекарственных растениях, и ознакомление со способами сбора и приготовления чая не требующих финансовых затрат.

Педагог: У меня есть своя дача, где я выращиваю всё, что угодно моей душе. Сегодня я хотела бы рассказать вам о пользе травяных чаёв, которые мы с вами можем вырастить и собрать в лесу, сохраняя при этом семейный бюджет. Травяные чаи, как известно, обладают не только лечебными свойствами, но и успокаивающими и расслабляющими свойствами. Эти чаи особенно полезны в зимнее время года. У меня есть несколько видов трав, которые я завариваю по порядку, чередуя между собой.

Дышит зеленью земля,
О траве идет молва,
Силы придаёт уму,
Сердцу дарит теплоту.
Выпьешь чай, в одно мгновенье,
Сил добавит и смиренья,
Нервам даст успокоенье
И улучшит настроенье.

Лечебные растения- как они выглядят, где их достать, где собрать и что мы вообще знаем про них? Давайте просто познакомимся с ними с помощью стихов и загадок.

Загадка
Что растет у водоемов,
Лес приятно освежает,
А душистым ароматом
Нервы людям сберегает.
При ушибах, растяжениях,
Боль снижает постепенно.
А еще в кулинарии применяется почтенно.
Кто ответит мне, ребята,
Как зовется травка?..... (мята)

Посмотрите сколько разной травы я вам принесла. А как вы думаете, в какой вазочке находится мята? А как можно узнать? (дети). У мяты листочки овальные, края их похожи на острые зубчики. Если их взять в руки потереть, то по комнате разнесется необыкновенный аромат. Давайте мы с вами

потрём пальчиками листочки мяты и вдохнём ее запах. Помним, что вдох мы делаем носиком, а выдох ртом. (высказывания детей). А теперь положите свои листочки в кувшин, а я осторожно залью их кипятком. Накрою кувшин крышкой и уберу. А мы с вами поговорим о других травах.

Среди ягод- чемпион,
И людской молвой хвален.
Ее у нас на родине
Зовут черной…… (смородиной)

Давайте и эти листочки помнём пальчиками. Какой приятный аромат! А сейчас также как и мяту мы зальем листочки кипятком.

А теперь прослушайте стихотворение про травку, которая называется чабрец.
У чабреца листочки- крошки,
Желёзки нежные таят.
А в них эфир- тимол волшебный
Свой терпкий веет аромат.

Сегодня я принесла вам уже высушенный чабрец, у него такой же приятный, терпкий аромат, как у свежего.

Давайте в чай положим чабрец,
Кто выпьет его- тот молодец!

А что это лежит в тарелочке? (высказывания детей)

Сидит на палочке в красной рубашке,
Брюшко сыто, камешками набито.

Это ребята, шиповник. Я предлагаю вам попробовать его на вкус. А я заварила ягоды шиповника заранее, потому что их нужно настаивать дольше, чем другие травы.

Не приметна среди трав,
У нее спокойный нрав.
Кто полезностью гордится? -
Ароматная……(душица).

Пока мы с вами беседовали о травах, наши травы заварились и у нас получилось много вкусного и полезного чая.

Я приглашаю вас в наш фито-бар, где мы сможем попробовать травяные чаи.

яёюиеПФК