**Внеклассное мероприятие**

**Тема:** **«**Виды чая и его свойства».

**Мақсат:**

**Цель:** дать понятия о полезных свойствах чая, его значении для организма человека, учить заваривать чай, собирать и заготавливать лекарственные растения для приготовления фито чая, приучать детей следить за своим здоровьем и вести здоровый образ жизни, развивать кругозор, воспитывать аккуратность при выполнении работ, культуру поведения, умение работать в коллективе, соблюдать ТБ.

**Күрал – жабдықтар, көрнекті күралдар**

**Оборудование, наглядные пособия:** предметы для заваривания чая, фито чая, угощение к чаю, технологическая карта, интерактивное оборудование, предметы сервировки стола.

**Межпредметные связи:** биология, история

**Методы обучения:** словесный, наглядный, практический

**Ход мероприятия**

**Организационный момент.**

Приветствие, сообщение темы и цели.

**Изложение нового материала.**

Чай – поистине самый распространенный напиток. Где бы человек ни оказался, а стакан кипятка сдобренный щепоткой заварки, и согреет, и взбодрит. Но чай стали пить с 17 века, а до этого пили травяные настои и фруктовые напитки.

Использование настоев для лечения болезней и укрепления здоровья началось в глубокой древности. Первые документальные упоминания рецептов настоев можно найти на глиняных табличках цивилизаций шумеров, египетских папирусах. Римским легионерам в трудных походах и перед боем давали настой чеснока. По мнению римлян, он увеличивал выносливость, способствовал лучшему заживлению ран. С современной точки зрения, настой чеснока укрепляет иммунную систему и защитные функции организма. Очень широко лечение настоями применялось в древней Палестине, Египте, Греции, Риме, Индии и Китае. Практически без изменений дошли до нас из седой древности рецепты желудочных, грудных, настоев.

Много интересных сведений по лечебному употреблению настоев приведено древними мыслителями и врачами: Гиппократом, Парацельсом, Авиценна.

Секреты народной медицины всегда манили людей своими тайнами, сокрытыми в глубине истории, к забытым рецептам вечного долголетия и здоровья. Современные лекарства производят из сложных химических препаратов и синтетических средств, которые вступают в реакции, приводящие к ухудшению здоровья, вызывающие аллергию и интоксикацию. Зачастую намного эффективней и, главное безопаснее лечиться проверенными методами. Настои и отвары, приготовленные на основе старых добрых рецептов, справятся с недугом лучше, чем новинки фармацевтики.

Лес, как сказочное царство,

Там кругом растут лекарства,

В каждой травке, в каждой ветке-

И микстура, и таблетки.

Ну а чем и как лечить,

Мы вас можем научить.

**Заготовка, сушка и хранение полезных растений.** **(Презентация)**

Растения широко применяются в медицине с глубокой древности. С лечебной целью используют определенные части- корни, корневища, стебли, листья, плоды, семена. В зависимости от химического состава они находят разные области применения (медицина, косметология)

Целебные травы можно собирать самостоятельно, не рекомендуется собирать вблизи проезжей части.

В зависимости от сезона количество и качество целебных свойств меняется.

Почки деревьев заготавливают ранней весной в момент их набухания.

Кору деревьев и кустарников собирают весной перед самым началом сокодвижения.

Цветки, соцветия, листья и травы запасают в период цветения, так как в этот момент в них больше целительных веществ.

Семена и плоды заготавливают после их полного созревания. **(Презентация)**

Ранней весной или осенью принято запасаться корневищами и корнями.

Осуществлять сбор лекарственных растений следует только в ясный солнечный день, после схода росы. Заготовки перебирают, очищают от случайно попавшихся травинок, увядших растений.

Сушат на открытом воздухе под навесом или в хорошо проветриваемом помещении, переворачивая несколько раз в день.

Хранить растения можно хранить в картонных коробках, бумажных пакетах, льняных мешочках, стеклянных банках.

Целебные настои-ровесники рода человеческого. Из поколения в поколение передавались рецепты. Действительно, ученые установили, что чай из лекарственных растений обладает множеством полезных свойств: укрепляет иммунитет, усиливает сопротивляемость организма различным инфекциям, снимает головную боль и лечит от множества других болезней.

1. **Закрепление. (Презентация «Викторина»)**

* Что относиться к лекарственным растениям?
* Правила сбора и сушки растений?
* Как заварить фито чай?

**4. Практическая работа. Заваривание чая, фито чая.**

Для того, чтобы приготовить фито чай: надо измельчить растительный материал и поместить его в эмалированную кастрюлю, фарфоровую и стеклянную посуду и залить водой. Сосуд, в котором настаивается сырье, следует плотно закрыть крышкой и нагревать на водяной бане в течение 10-20 минут. Затем охладить и процедить. Второй способ без водяной бани, растения заливают кипятком, ставят на огонь и следят за тем, чтобы вода не закипала, через 15 минут жидкость нужно снять с огня, охладить и процедить.

Заваривание фито чая (боярышник, шиповник, липовый цвет, смородина) (технологическая карта)

Сегодня мы с вами заварим фито чай из плодов шиповника.

Пошаговые схемы (Презентация)

Разбить детей на две подгруппы, приготовить необходимый материал, плоды, листья, кипяток. Провести инструктаж по ТБ. Показ приемов работы

**Сервировка стола к чаю.**

**(стихи читают ученицы)**

Если хворь с кем приключится

Чаем можете лечиться,

Чай всех снадобий полезней,

Чай в жару нас освежает,

А в морозы согревает

И сонливость переборет,

И с усталостью поспорит,

Сокрушит любой недуг,

Чай здоровью лучший друг!

**Заключительное слово.**

**Рефлексия**

Благодарю вас за работу**.** Поделитесь своими впечатлениями о нашем мероприятии.

**Применяйте на практике полученные знания и будьте здоровы.**