

АРОМАТЕРАПИЯ В ЖИЗНИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ



Работу выполнили:

Автор: *Доманина Маргарита*, 6 «А»,
МОУ-СОШ №4, г. Армавир.

Руководитель: *Баринова Татьяна*
Валентиновна, учитель начальных
классов МОУ-СОШ №4

• Цель ИССЛЕДОВАНИЯ.

Познакомить с правилами здоровьесбережения, понять и доказать, что запахи живой природы (фруктов, ягод, овощей, трав, деревьев и кустарников) укрепляют здоровье, придают новые силы организму, повышают иммунитет, создают атмосферу радостного настроения. Повышают работоспособность человека, помогают бороться с различными заболеваниями.

• Задачи ИССЛЕДОВАНИЯ.

- Проанализировать научную информацию по теме;
- Описать, как положительно запахи действуют на организм человека;
- Экспериментально подтвердить гипотезу исследования;
- Заинтересовать детей младшего школьного возраста проведением данного эксперимента;
- Выявить, снизился ли процент заболевания ОРВИ детей класса;
- Убедить младших школьников в необходимости беречь и познавать природу, как источник нашей жизни.

Всем известно, всем понятно,
Что здоровым быть приятно,
Только надо знать,
Как здоровым стать...



16/12/2010



Профилактика простудных заболеваний.

Через чеснокодавку выдавить 4 зубка чеснока. Расставить в разных углах помещения на 20-25 минут. Процедура повторяется 4-5 раз в день.





4-мя ложками лимонного сока пропитываются 4 ватных диска и кладутся в углах помещения на высоту 1м. Время воздействия 10-15 минут.

Калина
чрезвычайно
богата витамином
С. Ее сок, отвар
используют для
профилактики
ОРВИ





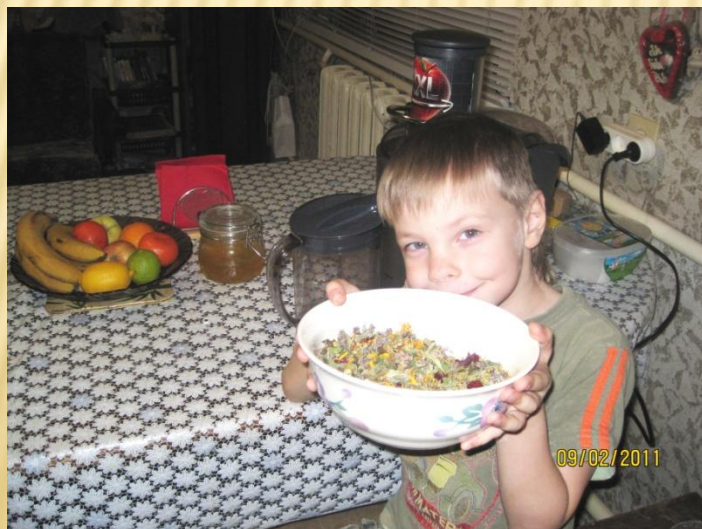
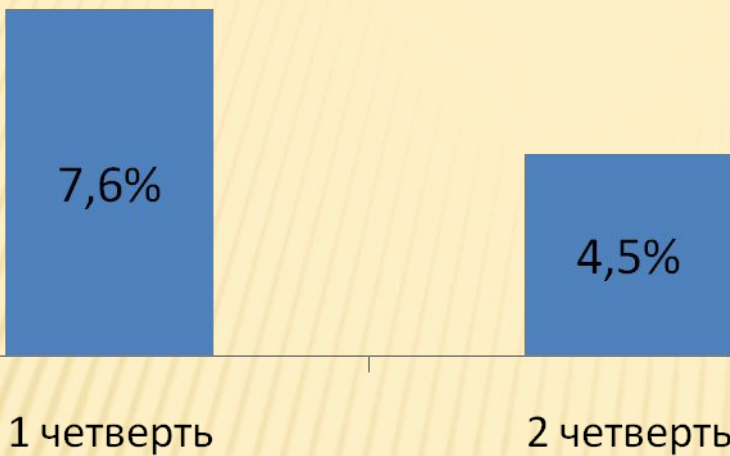
Апельсин пахнет
праздником!
Его используют для
поднятия настроения
и работоспособности.
А если весело, значит
и дружно!

В ёмкость для воды
от увлажнителя,
необходимо выжать
сок 1 среднего
лимона. Время
воздействия – 10 мин.

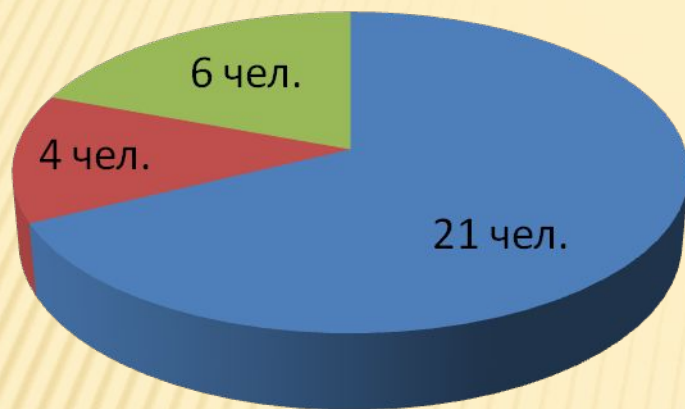




**Заболеваемость ОРВИ
снизилась на 3.1 %**



Мнение родителей класса.



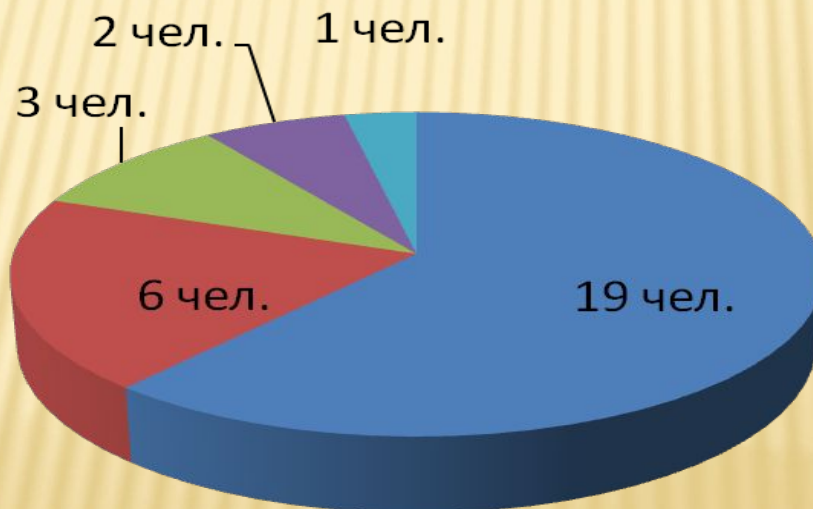
1. Да, можно попробовать.

2. Даже не знаю, затрудняюсь ответить.

3. Нет желания.

Опрос «Как вы думаете, полезны ли сеансы ароматерапии?»

Обобщенные мнения учащихся нашего класса.



1. Мне очень нравится такое оздоровление разными запахами.

2. Мне нравится. Мы можем съесть все, чем лечимся.

3. Я не знаю, нравится или нет.

4. Это интересно.

5. Мне не нравится запах редьки и чеснока.

Мы сделали вывод:

1. Что подавляющему большинству детей и родителей такая методика «по душе». Дети поняли, как много полезного приносит нам живая природа, она является своего рода «Доктором Айболитом с запахом здоровья»!

2. Природные натуральные гипоаллергенные запахи укрепляют здоровье людей. И их можно использовать в детском коллективе для предупреждения заболеваний вирусными инфекциями.

3. Такая лечебно-профилактическая деятельность является еще хорошим и доступным способом познания окружающего нас мира живой природы.