

Шиповник детям



Паустовский писал о шиповнике: "По сторонам тропы высокими и крутыми стенами стоял шиповник и цвел таким влажным и алым огнем, что даже ранний солнечный свет, падавший на листву, рядом с цветами шиповника казался холодным и бледным. Казалось, что цветы шиповника навсегда отделились от колючих веток и висят в воздухе, как яркое маленькое пламя".

В целях укрепления иммунитета, в нашем детском саду было решено поить детей этим чудесным напитком после посещения бассейна. А чтобы процесс чаепития был не только вкусным, полезным, но и познавательным, инструктор по плаванию рассказывает детям легенду о шиповнике, разливая душистый чай из самовара, где он настаивается по старым древним традициям.



Легенда о шиповнике.

Остановилась однажды бабушка, которая давно болела, и неожиданно услышала голосок: «Возьми мои плоды, бабушка, завари из них целебный чай. Острых шипов не бойся, для злых людей они». Старушка собрала ягоды, приготовила чай из них, выпила и ощутила себя помолодевшей лет на десять. Силы и здоровье стали к ней возвращаться, и она прожила еще много лет. С тех давних пор люди открыли полезные свойства шиповника и стали использовать его чудесные плоды. Полезен шиповник для детей в качестве лечебного и профилактического средства.

Лечебный настой

Промывают сушеные плоды и заливают водой, ставят на огонь и кипятят под крышкой 10 минут. После этого снимают с плиты и ставят настаиваться на 3-4 часа.

Настой шиповника бесспорно очень полезен для детского организма и при использовании шиповника в правильных дозах, он не дает побочных эффектов и не оказывает вреда на детский организм.

Мы надеемся, что в осенне-зимний период отвары шиповника помогут уберечь ребенка от простуд.

