Байдакова Людмила Георгиевна

276-991-324

Статья. DOC.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Советская основная общеобразовательная школа»

**Лекарственные растения**

**посёлка Советский.**

Работу выполнили: учащиеся 5 «а» класса

Полуэктова Евгения,

Трубанова Юлия,

Фёдорова Арина,

Кузнецова Елизавета,

Зайцева Полина

Руководитель:

Байдакова Людмила Георгиевна, учитель биологии

 Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Советская основная общеобразовательная школа»

Адрес школы: 161320 Вологодская область, Тотемский район, п. Советский, ул. Стандартная, д.1.

п. Советский

2016

**Оглавление.**

1. Введение.
2. Лекарственные растения и их значение.
3. Сбор и заготовка лекарственных растений.
4. Виды лекарственных растений, произрастающих на территории посёлка Советский.
	1. Мать-и-мачеха.
	2. Шиповник.
	3. Крапива двудомная.
	4. Одуванчик.
	5. Зверобой продырявленный.
	6. Иван-чай узколистный.
	7. Подорожник.
	8. Пижма.
	9. Тысячелистник.

4.10 Лапчатка прямостоячая.

4.11 Донник лекарственный.

4.12 Клевер луговой.

4.13 Василёк луговой.

4.14 Золотарник обыкновенный или золотая розга.

4.15 Хвощ полевой.

4.16 Земляника лесная.

4.17 Малина лесная.

4.18 Черника обыкновенная.

4.19 Брусника обыкновенная.

4.20 Берёза бородавчатая.

4.21 Рябина обыкновенная.

5. Заключение.

6. Литература.

7. Источники.

8. Приложение.

1. **Введение.**

Растительный мир является источником различных веществ, используемых человеком в качестве пищевых продуктов, производственного сырья, технических материалов, а также лекарственное средство.

 **Цель:** - познакомиться, какие лекарственные растения произрастают на территории посёлка Советский.

**Задачи:**  - изучить лекарственные свойства этих растений;

 - выяснить в какое время собирают лекарственные растения и где они произрастают;

 - уметь определять и заготавливать лекарственные травы.

**Объектом** исследования выступают лекарственные растения.

**Предметом** **исследования** является изучение роли и значения лекарственных растений в природе и жизни человека (на примере исследования лекарственных растений посёлка Советский Тотемского района).

**Методы исследования:**

- изучение литературы о лекарственных растениях;

- изучение интернет ресурсов по лекарственным травам;

- исследование окрестностей посёлка Советский;

- сбор лекарственных растений;

- оформление гербарного материала.

1. **Лекарственные растения и их значение.**

Использование растений с лечебной целью известно с глубокой древности. Многовековой опыт человека из поколения в поколение совершенствовался и обогащался новыми наблюдениями по применению лекарственной флоры. Лекарственные растения широко применяют при различных заболеваниях людей как в научной, так и в народной медицине. Некоторые виды лекарственных растений введены в культуру – их выращивают на плантациях специальных хозяйств. Но большая часть – дикорастущие. Они в изобилии встречаются на лугах, болотах, в лесах, по склонам гор, в оврагах, на полях и огородах и «предлагают» человеку свои услуги.

Лечебные свойства растений обуславливаются наличием в них разнообразных по своему составу и строению химических веществ, обладающих фармакологическим действием на организм человека или на причину заболевания.

1. **Сбор и заготовка лекарственных растений.**

Собирать лекарственные растения может только тот, кто хорошо с ними знаком. Нужно безошибочно распознавать их и уметь отличать от похожих на них близких, но не лекарственных видов.

 Цветки, соцветия, листья и траву собирают в начале цветения и в период полного цветения до начала плодоношения, когда растения накапливают наибольшее количество действующих веществ. Плоды и семена запасают в момент их полной спелости. Почки деревьев собирают ранней весной во время их набухания. Кору деревьев и кустарников заготавливают весной перед началом сокодвижения, снимая её с ветвей не старше 3-4 лет. Корни и корневища собирают осенью, или ранней весной, в момент, когда они имеют наибольшее количество активных веществ.

Листья, траву, цветки и плоды собирают только в сухую погоду, лучше в утренние часы после высыхания росы.

Лекарственные растения сушат на открытом воздухе в тени, под навесом или на хорошо проветриваемых чердаках зданий. Сырьё раскладывают тонким слоем. В процессе сушки растения надо осторожно переворачивать несколько раз в день. На солнце растения сушить нельзя, так как разрушаются активные вещества.

Хорошо высушенные растения приобретают следующие признаки: корни и корневища не гнутся, а ломаются на изгибе с небольшим треском. Листья и трава легко перетираются на ладони, а жилки листьев и стебли легко ломаются. Цветки на ощупь должны быть сухими.

Высушенное сырьё помещают для хранения в бумажные или матерчатые мешки, хорошо закрытые ящики, коробки или в стеклянные банки с пробками. В каждую тару кладут этикетку с указанием научного названия растений, времени и места сбора. Лекарственное сырья хранят в сухом месте не более 1 - 1,5 лет.

1. **Виды лекарственных растений, произрастающих на территории посёлка Советский.**

**4.1** **Мать-и-мачеха (см приложение 1, рисунок 1)**

**Среда обитания.** Обычно встречаются на участках, свободно от дёрна, на самых неплодородных песчаных и глинистых почвах, - берегах водоёмов, на склонах оврагов и оползней, не редко на участках, подвергшихся антропогенному воздействию –полях, пустыня, свалках, по обрывам.

**Описание.** Это многолетнее растение семейства сложноцветных. Ни одно растение не цветёт так рано, как мать-и мачеха. Не успеет появится первая проталинка, как на ней, часто в окружении снега, уже раскрылись золотисто – жёлтые корзиночки.

Одиночные корзинки цветов растения расположены на прямостоячих, покрытых сидячими чешуйчатыми буроватыми листочками стеблях. Многочисленные наружные (краевые) цветки — женские, язычковые. Цветки, которые находятся в середине соцветия — обоеполые, трубчатые, бесплодные.

 [Плод](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BB%D0%BE%D0%B4) — цилиндрическая [семянка](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B5%D0%BC%D1%8F%D0%BD%D0%BA%D0%B0), с [паппусом (хохолком)](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B0%D0%BF%D0%BF%D1%83%D1%81%22%20%5Co%20%22%D0%9F%D0%B0%D0%BF%D0%BF%D1%83%D1%81) из мягких волосков. После созревания плодов цветоносные побеги отмирают.

Вскоре после цветения появляются мощные прикорневые розеточные листья мать-и -мачехиокругло-сердцевидные, неравнозубчатые, крупные и на длинных черешках. Нижняя сторона листа у растения мягкая, беловойлочная – тёплая, а верхняя голая, кожистая, холодная.

[Корневище](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%BD%D0%B5%D0%B2%D0%B8%D1%89%D0%B5) длинное, ветвистое, ползучее. Благодаря мощной корневой системе она никогда не страдает от засухи, хотя очень влаголюбива. Из почек на корневище развиваются [побеги](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%B1%D0%B5%D0%B3_%28%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%29) двух типов: цветоносные и вегетативные.

 **Лекарственные свойства.** Сбор**:** цветки –в марте-апреле, листья-в июне-июле. Отвар из ее листьев при легочных заболеваниях и кашле, отхаркивающее средство. Свежие листья прикладывают на раны.

* 1. **Шиповник. (см приложение 1,** **рисунок 2)**

**Среда обитания.** Широко известный декоративный кустарник в России уже с 16 века стали выращивать на аптекарских грядках как ценное лекарственное растение. Растёт по речным поймам, лугам, среди кустарников, по лесным полянам, опушкам и оврагам.

**Описание.** Стебель этого кустарника густо усажен шипами. Листья очередные непарноперистые с эллиптическими и листочки. Цветки крупные душистые одиночные или в соцветиях по 2-3 на концах ветвей. Плод ложный сочный ягодообразных шарообразной или эллиптический формы оранжевого или буроватого – красного цвета. Внутри многочисленные плодики -орешки светло –желтого цвета.

 **Лекарственные свойства.** Плоды и семена собирают в августе –сентябре, цветки и листья – во время цветения. В природе нет такого естественного продукта, более богатого витамином С. Они защищают от болезней, придают силу, повышают работоспособность. Применяют наружно для лечения трофических язв экзем плохо заживающих ран, масло шиповника, полученное из семян, используют при трещинах сосков у кормящих матерей трофических язвах дерматозах воспалении десен, при малокровии, атеросклерозе.

* 1. **Крапива двудомная. (см приложение 1, рисунок 3)**

**Среда обитания.** Крапива предпочитает засорённые места растёт у заборов, стен зданий, на окраинах садов и огородов, на лесных вырубках, во влажных лесах и по берегам рек.

**Описание.** Многолетние растение высотой до 120 см. густо усаженное жгучими волосками с ползучим ветвистым стеблем. Листья супротивные. Поверхность листьев и стеблей шершавая. Цветки мелкие, зеленоватые.

**Лекарственные свойства.** Сбор листьев проводят все лето: с мая по август. Стебли срезают ножом и через 2-3 часа, когда листья перестают обжигать их обрывают и подвяливают.

Сушат листья в помещениях с хорошей вентиляцией, без доступа северных лучей. Применение отвары из крапивы хорошо кровоостанавливающее, ранозаживляющее средство.

В ранку из внутренней полости волоска вытекает жидкость, содержащее муравьиную кислоту, которая раздражает кожу, вызывая сильное жжение. Потому-то свежие крапивные веники используют как отвлекающее средство при заболеваниях суставов, ломоте.

Лист крапивы содержит каротиноиды, витамины С, В1, В2, различные минеральные вещества железо, медь, калий, кальций…

Препараты крапивы повышают гемоглобин. Настой из листьев предупреждает выпадение волос. После каждого мытья косметологии советуют смачивать им волосы, втирать в кожу головы.

* 1. **Одуванчик. (см приложение 1, рисунок 4)**

**Среда обитания.** Встретить одуванчик можно встретить повсеместно, за исключением Арктики высокогорий и пустынных районов.

**Описание.** Все знают голые продолговатые выемчатые листья, собранные в розетку. Цветоносная стрелка сочная, цилиндрическая, полая внутри, оканчивающаяся одиночной корзинкой язычковых обоеполых ярко-жёлтых цветков диаметром до 5 см. Цветоложе голое, плоское, ямчатое. Листья одуванчика голые, перисто-надрезанные или цельные, ланцетные или продолговато-ланцетные, зубчатые, длиной 10—25 см, шириной 1,5—5 см, собранные в прикорневую розетку. Плод — серовато-бурая веретенообразная семянка с хохолком, состоящим из белых не ветвистых волосков. Семянки прикреплены к цветоложу непрочно и легко разносятся ветром. Все части растения содержат густой белый млечный сок, горький на вкус. Цветёт одуванчик в мае—июне, иногда наблюдается осеннее цветение, плодоносит — с конца мая по июль.

 **Лекарственные свойства.** С лечебной целью используют корень, листья, траву, сок. Листья, траву и сок заготавливают в июне, корни — ранней весной или поздней осенью в стадии увядания листьев, сушат в сушилках при температуре 40—50 °С. В народной медицине корень одуванчика применяют при малокровии, истощении, при подагре, как мочегонное средство. Горькие вещества одуванчика возбуждают аппетит и улучшают деятельность органов пищеварительного тракта, обладают желчегонным, диуретическим, слабительным средством. Одуванчик пользуется широкой популярностью и в народной [косметике](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D1%81%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0): маска из его свежих листьев питает, увлажняет и омолаживает кожу, а настой цветков отбеливает [веснушки](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D1%81%D0%BD%D1%83%D1%88%D0%BA%D0%B8) и пигментные пятна.

Цветочные почки маринуют и добавляют в качестве приправы в винегреты, солянки и блюда из дичи. Из цветков варят янтарное варенье. Из корней получают фруктовый сахар. А если сушёные корни поджарить и перемолоть, то получится не плохой кофе.

* 1. **Зверобой продырявленный. (см приложение 1, рисунок 5)**

**Среда обитания.** Растёт на опушках леса, суходольных лугах, по берегам рек, никогда не образуя сплошных зарослей.

**Описание.** Стебли большей частью четырёхгранные.

Листья сидячие, супротивные, эллипсовидные, цельнокрайние, с просвечивающими точками.

Цветки одиночные или многочисленные в полузонтиках, собранные в конечные метельчатые или щитковидные цимозные соцветия. Чашечка глубоко пятираздельная, остающаяся. Чашелистиков пять, равных или иногда неравных или неодинаковых по форме. Лепестков пять, очень редко четыре, золотистых или жёлтых, редко снаружи пурпурово-розовых, опадающих или иногда остающихся. Тычинки многочисленные, сросшиеся основанием нитей в три—пять пучков или редко тычинки немногочисленные, все сросшиеся только основанием нитей или свободные. Плод — кожистая коробочка, по созревании растрескивающаяся на три—пять многосемянных гнёзд, редко одногнёздная или иногда ягодообразная, нерастрескивающаяся. [Семена](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B5%D0%BC%D1%8F) многочисленные, мелкие, цилиндрические, овальные или продолговато овальные, крылатые, ворсинчатые или ячеистые.

**Лекарственные свойства.** Считалось прежде волшебным растением: оно защищало от ведьм и привидений, а фиолетовый сок, получаемый при прессовании цветочных почек, считался за чарующее средство. Зверобой обладает вяжущим, кровоостанавливающим, противовоспалительным, обезболивающим, антисептическим, ранозаживляющим, мочегонным и желчегонным действием. Действует успокаивающе на нервную систему.

* 1. **Иван-чай узколистный. (см приложение 1, рисунок 6)**

**Среда обитания.** Многолетнее травянистое растение рода Иван-чай (Chamerion) семейства Кипрейные. Растёт на сухих песчанистых местах в светлых лесах, часто на вырубках и опушках, вдоль железнодорожных насыпей и канав, возле посевов, у воды, на сыроватой почве.

Является пионером вырубок и гарей, по мере появления кустарников и деревьев вымирает. Характерна для сообщества вырубок и гарей, где является диагностическим видом. Часто растёт вместе с малиной. Длинноволосые мелкие семена разносятся ветром на далёкие расстояния, сохраняют всхожесть несколько лет.

 **Описание.** Многолетнее травянистое растение высотой 50—150 (до 200) см.

Корневище толстое, ползучее; на вертикальных и горизонтальных корнях развиваются многочисленные дополнительные почки, которые способствуют быстрому вегетативному размножению.

Стебель прямостоячий, округлый, простой, голый, густо облиственный.

Листья очередные, длинные, с короткими черешками, простые, линейно-ланцетные, заострённые, к основанию клиновидно суженные.

Цветок с двойным околоцветником, четырёхчленные, обоеполые, диаметром 2,5—3 см, собраны в редкую верхушечную кисть длиной 10—45 см, бледно-розовые. Цветёт с начала второй половины лета в течение 30—35 дней.

Плод — пушистая, немного изогнутая коробочка, напоминающая стручок. Семена голые, продолговатые, наверху с длинными, тонкими, белыми волосками. Плоды созревают в августе — сентябре.

**Лекарственные свойства.** «Верба-трава», «ива-трава» — это название возникло из-за схожести листьев с листьями ивы. «Огненная трава», «пожарник» — такое имя дано растению, потому что оно первым заселяет пожарища. «Скрипун и плакун» — при попытке выдернуть траву из земли возникает соответствующий звук. Также называют «дикая конопля» или «дикий лён» за высокие лубяные свойства его стеблей, дающих 15%-й выход волокна. Из этого волокна на Руси вили верёвки и изготавливали ткани. У иван-чая узколистного также есть названия «хлебница» или «мельничник». Высушенные и размолотые корни растения добавлялись в муку и использовались для выпечки хлеба. Добавка эта, помимо содержания витаминов и микроэлементов, экономила или замещала сахар. Помимо хлеба, народные умельцы изготовляли из корней спиртной напиток. Весьма распространённым названием являлся «пуховик». Пух, весьма обильный при цветении, использовался при изготовлении ваты, им набивали подушки и матрасы.

В листьях содержаться флавоноиды, витамин С, дубильные и пектиновые вещества, микроэлементы – железо, марганец, никель, бор другие минеральные соли как стимуляторы обновления крови.

Чай, приготовленный из свежих листьев иван-чая, оказывает благотворное действие при головных болях и бессоннице. Настои и отвары листьев иван-чая обладают сильным противовоспалительным и обволакивающим свойствами.

В пищу годится всё растение от корня до макушки. Корни употребляют как в свежем, так и варёном виде. Из высушенных корней можно приготовить муку и выпекать хлеб. Из поджаренного корня – кофе. Завяленные и высушенные листья можно заваривать вместо чая.

* 1. **Подорожник. (см приложение 1, рисунок 7)**

**Среда обитания**. Подорожник неприхотливое многолетнее растение**.** Встречается как сорняк вдоль дорог троп (отсюда и название), на сорных местах, пустырях, на сухих лугах, по берегам рек и озёр.

**Описание.** Листья собраны в прикорневую розетку, черешковые. Форма листа чаще всего яйцевидная или широкоовальная, края ровные. Жилкование дуговое. Цветоносы прямостоячие, безлиственные. Цветки мелкие, невзрачные, собраны в густой конечный колос. Плод — многосемянная коробочка. Опыление происходит с помощью ветра.

**Лекарственные свойства.** Время сбора июнь – июль. В народной медицине листья подорожника пользуются большой популярностью при лечении всевозможных ран. Настой листьев применяют при бронхите, коклюше, астме, как «кровоочистительное средство», пьют при кожных заболеваниях. Сок растения при желудочно-кишечных заболеваниях.

* 1. **Пижма. (см приложение 1, рисунок 8)**

**Среда обитания.** Это многолетнее травянистое растение семейства сложноцветных. Растёт по дорогам, полям, межам, в кустарниках, на опушках, в луговых степях, берёзовых лесах, на суходольных лугах. Больших зарослей не образует, но встречается повсеместно. Среди народных названий — «полевая рябинка», «дикая рябинка», «приворотень».

**Описание.** Многолетнее дернистое растение высотой 50—150 см. Растению присущ характерный (камфорный) запах.

Корневище длинное, деревянистое, ползучее, ветвящееся. Стебли многочисленные, прямые, гранёные, ветвистые в верхней части, слегка опушённые или голые.

Листья очерёдные, продолговато-яйцевидные, дваждыперисторассечённые, с 5—12 парами продолговато-ланцетных, заострённых, пильчатых листочков; с верхней стороны тёмно-зелёные, с нижней — желёзистые, с точками. Самые нижние листья черешковые, остальные — сидячие, жёсткие.

Цветки мелкие, обоеполые, правильные, жёлтые, трубчатые, собраны в корзинки, а те, в свою очередь, в густые верхушечные щитковидные соцветия. Обёртка многорядная, черепитчатая, полушаровидная, листочки обёртки зелёные, с сухоплёнчатым краем; цветоложе голое, периферические цветки женские, иногда короткоязычковые; срединные цветки обоеполые. Плод — продолговатая пятигранная семянка с короткой, мелко зазубренной окраиной.

Цветёт в июле — сентябре. Плоды созревают в августе — сентябре.

**Лекарственные свойства.** Древние египтяне, персы, греки использовали пижму для бальзамирования трупов. Из корней растения можно получать зелёную краску.

Используется как инсектицидное средство против блох и мух. Репеллент. Проявляет активность в отношении вируса табачной мозаики. В большом количестве для скота ядовито.

Цветки пижмы используют как глистогонное средство. Настой цветков при лечении болезней печени, кишечно-желудочных заболеваниях, как потогонное и жаропонижающее. Пижма как ядовитое растение требует осторожности при внутреннем применении.

* 1. **Тысячелистник. (см приложение 1, рисунок 9)**

**Среда обитания.** Это неприхотливое к условиям существования растение семейства сложноцветных встречается повсеместно на сухих лесных опушках, межах, вдоль дорог, троп, у заборов, во дворах и садах. Цветёт с июня по октябрь.

**Описание**. Многолетнее корневищное растение. Стебель прямостоячий либо слегка изогнутый у поверхности почвы. Листья зубчатые, надрезанные или перисто-рассечённые, расположенные в очередном порядке. Соцветия — мелкие корзинки, большей частью собранные в общее щитковидное соцветие. Плод — семянка.

**Лекарственные свойства.** В медицинских целях тысячелистник собирают во время цветения, не дожидаясь, когда его головки станут темнеть. Можно собирать и всё растение, и только цветочные головки. Собирают тысячелистник небольшими букетиками и подвешивают эти букетики на чердаке под крышей. Когда трава высыхает, режут её садовыми ножницами и убирают в стеклянные банки с хорошо закрывающейся крышкой. Используется как кровоостанавливающее, заживляющее раны. Растение обладает вяжущим, мочегонным, потогонным свойствами и способствует правильному обмену веществ. Возбуждает аппетит, улучшает пищеварение, кровообращение, ускоряет свёртываемость крови, обладает противоаллергическим, противомикробным, обезболивающим и инсектицидным свойствами.

* 1. **Лапчатка прямостоячая**. **(см приложение 1, рисунок 10)**

**Среда обитания.** Лапчатка прямостоячая чаще всего встречается на сыроватых лугах, вырубках, лесных опушках и пастбищах.

**Описание**. Лапча́тка прямостоя́чая, или Калга́н, — многолетнее травянистое растение; вид рода Лапчатка (Potentilla) семейства Розоцветные (Rosaceae). Прямостоячая травка высотой до 50 см. с тонким стеблем, ветвящимся вверху. Корневище цилиндрическое, деревянистое, короткое, почти горизонтальное, неравномерно утолщённое, изогнутое или прямое. Стеблевые листья сидячие, тройчатые, с двумя большими прилистниками, прикорневые – пятипальчатые, на длинных черешках. Цветёт с июня до осени. Цветки мелкие, одиночные, четырёхлепестковые, жёлтого цвета, диаметром 1,5—2,5 сантиметра. Плод — многоорешек, орешки яйцевидные или слегка почковидные, гладкие, реже слегка морщинистые, тёмно-оливковые.

**Лекарственные свойства.** Корневища используют как пряность для рыбных консервов и в ликёро-водочной промышленности для приготовления ароматных настоек.

В качестве лекарственного сырья используют корневище лапчатки. Заготовку проводят в период цветения. Корневища выкапывают, отмывают от земли и сушат. В научной медицине используют вяжущие, бактерицидные, кровоостанавливающие и противовоспалительные свойства корневищ. Наружно отвар растения используют при кровоточащих ранах, обморожении, ожогах, различных сыпях и других кожных болезнях.

Порошком растения можно чистить зубы для предупреждения воспаления дёсен и уничтожения дурного запаха изо рта. Корневища лапчатки входят в состав многих лекарственных сборов и вяжущих чаев. Из корневищ добывают красильные (красная и чёрная краска) и дубильные вещества.

* 1. **Донник лекарственный. (см приложение 1, рисунок 11)**

**Среда обитания.** Растёт на пустырях, залежах, лугах, вдоль дорог, в карьерах.

**Описание**. Двухлетнее травянистое растение, вид рода Донник семейства Бобовые подсемейства Мотыльковые. С сильным кумариновым запахом. Корень стержневой.

Развивает прямостоячий ветвистый стебель высотой 1—1,5 м .

Листья с тремя листочками. Листочки ланцетные, зубчатые по краю. У основания черешка — прилистники (значительно мельче листочков), цельные или зубчатые. Средний листочек на более длинном черешке, чем боковые.

Цветки в длинных и узких пазушных и вершинных рыхлых кистях, мелкие, поникающие, жёлтые. Чашечка пятизубчатая. Венчик мотылькового типа. В цветке 10 тычинок, из них 9 срослись нитями на 2⁄3, одна — свободная. Цветение — июнь—сентябрь. Цветение продолжается более месяца.

Плод – боб, мелкий (3—4 см), голый, одно- реже двухсемянный, созревают с августа.

**Лекарственные свойства.** Настой и отвар донника применяют как отхаркивающее средство, болеутоляющее и успокаивающее. Наружно в виде компрессов при кожных заболеваниях.

Травой донника пересыпают одежду для предохранения от моли.

Донник нельзя употреблять в больших количествах и длительно, так как это вызывает головную боль, головокружение, рвоту, беспокойный сон.

* 1. **Клевер луговой. (см. приложение 1, рисунок 12)**

**Среда обитания.** Растет на среднеувлажнённых [лугах](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%83%D0%B3), [лесных](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B5%D1%81) [полянах](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%BB%D1%8F%D0%BD%D0%B0), вдоль полей и дорог.

**Описание.** Клевер луговой — двулетнее, но чаще многолетнее травянистое растение, достигает в высоту 15—55 см. Ветвистые стебли приподнимающиеся.

Листья тройчатые, с широкояйцевидными мелкозубчатыми долями, листочки по краям цельные, с нежными ресничками по краям.

Соцветия головки рыхлые, шаровидные, сидят часто попарно и нередко прикрыты двумя верхними листьями. Цветки мелкие, мотылькового типа.

Плод — яйцевидный, односемянный боб; семена то округлые, то угловатые, то желтовато-красные, то фиолетовые.

Цветёт в июне — сентябре. Плоды созревают в августе — октябре.

Размножается как семенами, так и вегетативно.

**Лекарственные свойства.** Из листьев получают витаминные концентраты. Эфирное масло применяют в ароматических композициях. Из листьев готовят салаты, ими заправляют зелёные щи. Сухие растёртые листья в прошлом добавляли к муке при выпечке ржаного хлеба, а также использовали для приготовления соусов и при производстве сыров. Накапливающийся в корнях азот остаётся в почве после запахивания, что способствует повышению плодородия полей. С древних времён клевер служит составной частью ароматических целебных ванн и лечебных чаев. Эссенцию из свежих цветущих растений применяют в гомеопатии. Цветочные головки и листья использовали в отечественной народной медицине: внутрь — как отхаркивающее, мочегонное и антисептическое средство при цистите, вяжущее при желудочно-кишечных расстройствах; наружно — при фурункулёзах и ожогах, как мягчительное и болеутоляющее при ревматических и невралгических болях. В народной медицине различных стран отвар и настой цветков применяли как средство, повышающее аппетит, при туберкулёзе, как противокашлевое при коклюше, бронхиальной астме, при малярии, мигрени, маточных кровотечениях, болезненных менструациях, болях. Соком свежего растения промывали глаза при аллергии. Измельчённые листья прикладывали к гнойным ранам и язвам.

* 1. **Василёк луговой. (см приложение 1, рисунок 13)**

**Среда обитания.** Растёт по суходольным и заливным лугам, кустарникам, полянам, иногда как сорняк на полях.

**Описание.** Многолетнее травянистое растение; высотой обычно около метра.

Прямостоячие, крепкие, шероховатые на ощупь побеги в верхней части ветвятся, заканчиваясь одиночными корзинками. Листья — удлинённые, седоватые от опушения.

Нераскрывшаяся корзинка представляет собой желтоватый гладкий шарик. Цветёт в течение всего лета, украшая луга и поляны яркими розовыми пятнами. Отдельные цветущие растения могут встретиться даже осенью, после листопада.

Цветки василька лугового — лилово-розовые соцветия-корзинки. В них два типа цветков: краевые — воронковидные, бесполые (без тычинок и пестиков). Их задача привлечь насекомых-опылителей к срединным — более скромным внешне — трубчатым цветкам. В них есть и тычинки, и пестик. В каждом трубчатом лепестке пыльца собрана в комочек у его верхнего края, а зубцы отгиба венчика сомкнуты над ней, как крышечка. Когда насекомое касается цветка, зубцы открываются, трубка «съёживается», скользя вниз, и комочек пыльцы выталкивается наружу под брюшко насекомого. После этого цветок снова закрывается до следующего толчка. Обычно в цветке 5—7 «порций» пыльцы. Плод — семянка с хохолком.

**Лекарственные свойства.** Траву и корзинки собирают июне августе. Растение обладает мочегонным, противовоспалительным и обезболивающем действием.

* 1. **Золотарник обыкновенный или золотая розга. (см. приложение 1, рисунок 14)**

 **Среда обитания.** Растёт в светлых лесах, встречается по лесным опушкам, полянам, вырубкам, среди кустарников, на лугах, в придорожных насаждениях. Селится в основном на проницаемых песчаных почвах.

**Описание.**  Многолетнее травянистое растение с коротким деревянистым стержневым корневищем. Стебли прямостоячие, обычно неветвящиеся, облиственные, высотой 30—100 см, нередко красноватые.

Листья очередные, яйцевидные или эллиптические, заострённые, по краю пильчатые; прикорневые и нижние стеблевые листья сужены в крылатый черешок; средние и верхние — более мелкие и узкие сидячие. Все части растения опушены, но очень слабо, волоски едва заметны.

Цветки жёлтые, в мелких, диаметром 10—15 мм, многочисленных корзинках, собранных на верхушках стеблей в узкое прямостоячее кистевидное или метельчатое соцветие. Серединные цветки в корзинке трубчатые, буровато-жёлтые, краевые — ложноязычковые, жёлтые, с линейным трёхзубчатым отгибом 4—8 мм длиной.

Краевые пестичные цветки развиваются раньше обоеполых внутренних. Через несколько дней раскрываются обоеполые цветки, раньше всего наружные, ближе стоящие к язычковым, и их пыльца благодаря изгибанию этих цветков может попасть на рыльце язычковых, и таким образом может произойти опыление.

Плоды — цилиндрические ребристые семянки 3—4 мм длиной, опушённые по всей поверхности, с буроватым хохолком 4—5 мм длиной.

Цветёт с мая до сентября, семянки созревают в июне — октябре.

**Лекарственные свойства.** Растение растворяет камни в почках имочевом пузыре, уменьшает и снимает боли, обладает мочегонным, вяжущим, противовоспалительным, антисептическим и ранозаживляющим действием.

* 1. **Хвощ полевой. (см. приложение 1, рисунок 15).**

**Среда обитания.** Растёт по сырым местам, около озёр, болот, рек и на пойменных лугах.

**Описание.** Многолетнее споровое травянистое растение высотой до 40, редко до 50 см, с длинным ползучим корневищем.

Надземные побеги диморфные:

генеративные побеги буроватые или розоватые, неветвистые, с треугольными бурыми листовыми зубцами, не имеющими полупрозрачного плёнчатого окаймления.

вегетативные побеги зелёные, прямостоячие или приподнимающиеся, полые, с пикообразной верхушкой, обычно 15—50 см высотой, 1,5—5 мм в диаметре. Веточки всегда имеются.

Листовые зубцы собраны в мутовки по 6—12, иногда до 16, свободные или сросшиеся не до верху. Ветви в мутовках косо направлены вверх, простые или слабоветвистые. Влагалища (редуцированные листья) на стебле цилиндрические.

Колоски 2—3 см длиной, почти цилиндрические.

**Лекарственные свойства.** В научной медицине в качестве лекарственного сырья используют бесплодные весенние побеги — траву хвоща. Настои хвоща применяют как мочегонное при отёках, противовоспалительное при воспалительных процессах мочевого пузыря и мочевыводящих путей, кровоостанавливающее, общеукрепляющее, ранозаживляющее и вяжущее средство. Помогают они при сердечной недостаточности, улучшают водно-солевой обмен. В народной медицине применяют при лечении злокачественных новообразований, наружных и внутренних кровотечений. Хвощ заготавливают в середине лета.

* 1. **Земляника лесная. (см. приложение 1, рисунок 16).**

**Среда обитания.** Земляника лесная растёт на опушках, в осветлённых лесах, на лесных вырубках и среди кустарников.

 **Описание.** Многолетнее травянистое растение со стелющимся толстым корневищем, покрытым бурыми прилистниками. От корневища отходят тонкие мочковатые придаточные корни и длинные нитевидные побеги, так называемые «усы», которые укореняются в узлах. В местах укоренения усов развиваются розетки длинночерешковых прикорневых листьев и выходят цветоносные стебли.

Прикорневые листья тройчатосложные длинночерешковые, листочки сидячие с крупными острыми зубцами. Листья сверху почти голые, снизу покрыты шелковистыми волосками.

Цветки пятичленные обоеполые белые, собранные в малоцветковые рыхлые зонтиковидные или щитковидные соцветия, выходящие из пазух простых, иногда двойных, крупнозубчатых яйцевидных листьев. Чашечки остаются при плодах.

Плод — многоорешек, образующийся из разрастающегося, сросшегося с чашечкой цветоложа, в мякоть которого погружены мелкие орешки. Такой плод часто называют «земляничиной».

**Лекарственные свойства.** Водный настой листьев земляники лесной применяются в качестве мочегонного средства при мочекаменной и жёлчнокаменной болезнях. Их употребление также назначается при диабете и малокровии. Плоды применяют как витаминное средство.

* 1. **Малина обыкновенная. (см. приложение 1, рисунок 17).**

**Среда обитания.** Мали́на обыкнове́нная (лат. Rúbus idáeus) — полукустарник; вид рода Рубус семейства Розовые (Rosaceae). Растёт по вырубкам, лесам, кустарникам, берегам рек.

**Описание.** Листопадный полукустарник с многолетним корневищем, из которого развиваются двухгодичные надземные стебли высотой 1,5—2,5 м.

Корневище извилистое, деревянистое, с множественными придаточными корнями, образующими мощную разветвлённую систему.

Стебли прямостоячие. Побеги первого года травянистые, зелёные с сизым налётом, сочные, покрыты тонкими, обычно частыми миниатюрными шипами. На второй год побеги деревенеют и приобретают коричневый цвет, сразу после плодоношения засыхают, но из того же корня на следующий год вырастают новые стебли.

Листья овальные, очерёдные, черешковые, сложные, с 3—7 яйцевидными листочками, сверху тёмно-зелёные, снизу беловатые, опушены мелкими волосками.

Цветки белые, около 1 см в поперечнике, собраны в небольшие кистевидные соцветия, располагаются на верхушках стеблей или в пазухах листьев. Лепестки короче долей чашечки. В средней полосе России малина цветёт с июня по июль, иногда вплоть до августа.

Плоды представляют собой небольшие волосистые костянки, сросшиеся на цветоложе в сложный плод. Плоды, как правило, красного цвета. Плоды появляются обычно на второй год.

**Лекарственные свойства.** Плоды малины употребляют как свежими, так и замороженными или используют для приготовления варенья, желе, мармелада, соков. Малиновые вина, настойки, ликёры обладают высокими вкусовыми качествами.

В качестве лекарственного сырья используют плод малины. Плоды собирают зрелыми, без цветоножек и цветоложа. Сушат после предварительного провяливания в сушилках при температуре 50—60° С, разложив сырьё тонким слоем на ткани или бумаге. В медицине сушёные плоды употребляются как потогонное средство, сироп — для улучшения вкуса микстур.

В народной медицине используются плоды и листья при простуде, гриппе, как жаропонижающее средство.

Листья могут служить заменителем чая. Их сминают руками, листья выделяют сок и чернеют, а затем их сушат на печи.

* 1. **Черника обыкновенная. (см. приложение 1, рисунок 18).**

**Среда обитания.** Растёт в сосновых и еловых лесах.

**Описание**. Черника — кустарничек высотой 10—50 см. Ветви отходят от главного стволика под острыми углами.

Листья очерёдные, мелко-городчато-пильчатые, яйцевидные, кожистые, на зиму опадающие. Растение имеет ползучее корневище, дающее большое количество побегов.

Цветёт в мае. Цветки зеленовато-белые, правильные, сидят по одному. Венчик имеет пять зубчиков. Цветок наклонён вниз, и это защищает пыльцу от сырости. Главными опылителями цветков являются домашние пчёлы и шмели. Плоды синевато-чёрные из-за воскового налёта или просто чёрные. Восковой налёт легко удаляется, и тогда ягода полностью соответствует своему названию.

**Лекарственные свойства.** Ягоды черники употребляются в пищу и для приготовления наливки, киселей, варенья, пирогов. Хранят также в замороженном виде. Ягоды — хороший источник витамина С, магния и кальция.

Принято считать, что суп, отвар или кисель из сушёных ягод помогает от поноса. Свежая ягода считается полезной при лечении цинги.

В медицине используются как ягоды, так и листья черники. Они применяются в основном при болезнях глаз, желудочно-кишечного тракта, сахарного диабета, а также местно при лечении ожогов и язв, стоматитов и гингивитов. В основном, положительное действие связано с улучшением кровотока сетчатки глаза.

Листья и побеги употребляют при начальных формах диабета. Заготавливают в стадии полной зрелости (в июле — августе), листья — в период цветения, срывают руками, сушат под навесом. Сырьё хранят в бумажных мешках, коробках, ящиках. Срок хранения — до 2 лет.

* 1. **Брусника обыкновенная (см. приложение 1, рисунок 19).**

**Среда обитания.** Растёт в хвойных, смешанных, лиственных лесах, по кустарникам и торфяным болотам.

 **Описание.** Корневище ползучее горизонтальное с приподнимающимися ветвистыми побегами высотой 15—20 см.

Листья очерёдные, частые, кожистые, на коротких черешках, обратнояйцевидные или эллиптические, с цельными загнутыми краями, блестящие, длиной 0,5—3 см, шириной до 1,5 см, сверху тёмно-зелёные, снизу светло-зелёные, матовые. Цветки на коротких цветоножках обоеполые правильные, собранные по 10—20 в верхушечные густые поникающие кисти. Венчик 4—6,5 мм длины, белый или бледно-розовый, спайнолепестный, колокольчатый, с четырьмя несколько отклонёнными лопастями. Венчики брусники во время цветения поникают, это защищает пыльцу от сырости. Цветёт в конце весны — начале лета около 15 дней. Плоды — красные многосемянные шаровидные блестящие ягоды до 8 мм в диаметре, несущие на верхушке засохшую чашечку, — держатся под снегом до весны. Семена красновато-бурые, слегка полулунной формы. Плоды созревают в августе — сентябре.

**Лекарственные свойства.** Свежие плоды брусники применяют при авитаминозах, как слабительное, диуретическое, бактерицидное, антисептическое, антигельминтное и желчегонное средство. Отвар листьев — при заболеваниях почек, диабете, ревматизме, подагре (он способствует размягчению и выведению камней и солей). Ягоды — при туберкулёзе лёгких, почечнокаменной болезни, ревматизме, как витаминное и противогнилостное средство. Отвар ягод хорошо утоляет жажду при горячке. Сок пьют при повышенном артериальном давлении, при неврозах и анемии у беременных.

* 1. **Берёза бородавчатая.** **(см. приложение 1, рисунок 20).**

**Среда обитания.**  Берёза (лат. Bétula) — род листопадных деревьев и кустарников семейства Берёзовые (Betulaceae). Берёза широко распространена в Северном полушарии, встречается в широколиственных и смешанных лесах.

 **Описание.** Однодомное дерево с белой корой, треугольно-ромбическими листьями и мужскими и женскими соцветиями –серёжками. Высота до 20 метров. Время цветения апрель-май.

**Лекарственные свойства.** Водный настой и отвар почек обладает мочегонным, желчегонным, кровоочистительным, обезболивающим противовоспалительным и ранозаживляющим действием. При сухой перегонке белой коры образуется дёготь.

Берёзовый дёготь применяется в медицине и парфюмерии, преимущественно как противовоспалительное и антисептическое средство. В старину им смазывали ступицы тележных колёс для уменьшения трения. Берёзовые веники в России традиционно использовали в лечебных и профилактических целях в русской бане.

Считалось, что запах берёзы излечивает от меланхолии и помогает от сглаза, а берёзовый сок, собранный в особые дни марта и апреля, очищает кровь.

* 1. **Рябина обыкновенная.** **(см. приложение 1, рисунок 21).**

**Среда обитания.** Растёт отдельными экземплярами, не образуя сплошных зарослей, в подлеске или втором ярусе хвойных, смешанных, изредка лиственных лесов, на лесных полянах и опушках, между кустарниками. Теневыносливое и зимостойкое растение.

 **Описание.** Дерево, реже кустарник. Достигает 12 м высоты (обычно 5—10 м). Крона округлая, ажурная.

Молодые побеги серовато-красные, опушены. Кора взрослых деревьев гладкая светло-серо-коричневая или жёлто-серая, блестящая. Почки войлочно-пушистые.

Листья до 20 см длиной, очерёдные, непарноперистосложные, состоят из 7—15 почти сидячих ланцетных или вытянутых, заострённых, зубчатых по краю листочков, снизу заметно более бледных, опушённых. Осенью листья окрашиваются в золотистые и красные тона.

Цветки пятичленные многочисленные, собранные в густые щитковидные соцветия диаметром до 10 см; соцветия располагаются на концах укороченных побегов. Венчик белый (0,8—1,5 см в диаметре), лепестков пять. При цветении источается неприятный запах (причиной тому газ триметиламин). Цветёт в мае — июне. Плод — шаровидное сочное оранжево-красное яблоко (около 1 см в поперечнике) с мелкими округлыми по краю семенами, созревают в конце августа — сентябре и висят зрелыми до зимы.

**Лекарственные свойства.** Отвар и настой плодов применяют при авитаминозах, поносах, дизентерии. Плоды обладают лёгким слабительным, мочегонным, вяжущим, противовоспалительным и кровоостанавливающим средством.

1. **Заключение.**

В процессе работы мы исследовали окрестности посёлка Советский. Собрали лекарственные растения. Составили гербарий. Изучили лекарственные свойства и значение растений в жизни человека, используя интернет ресурсы и литературные источники. Познакомились с морфологией растений, делали сообщения. Собранные материалы, использовали на уроках биологии. Цели и задачи данной работы выполнены. Продукт нашей работы – гербарий «Лекарственные травы посёлка Советский».

**6. Литература.**

- Книга «Лекарственные растения в народной медицине» Махлаюк В.П. Издательство Москва «Нива России» 1992год.

- Книга «Лесное лукошко». Чумаков Ф.И. (Ягоды и грибы Архангельской области).- Архангельск: Сев.-Зап. Кн. изд-во, 1992год.

**7. Источники.**

**https://ru.wikipedia.org/wiki/**

**8. Приложение.**