

ШКОЛЬНАЯ ЖИЗНЬ

МБОУ «Явенгская школа»

ДИКОРАСТУЩИЕ РАСТЕНИЯ ТЕРРИТОРИИ ШКОЛЫ

ВЫПУСК 2
21 МАРТА 2025

Если взглянуть по сторонам, особенно летом мы увидим вокруг огромное количество зелени. Растения чрезвычайно разнообразны. Если подробнее рассмотреть дикорастущие растения, то можно заметить, что произрастают они в лесах, на лужайках, возле рек и озер. За ними никто не ухаживает.

Но в то же время они могут быть и съедобные и очень активно использоваться в жизни человека. Много из этих растений используется как лекарственные травы. Но есть среди них ядовитые растения. Жизнь человека неразрывно связана с природой а, следовательно, и с жизнью растений.

Исследования и наблюдения проводились 5 июня 2024 года во время летнего оздоровительного пришкольного лагеря, выполняя одно из заданий в акции Движения Первых «Юннатская страница». Определение видов растений производилось с помощью «Определителя высших растений Вологодской области» и мобильного приложения Picture This. Во флоре исследованной территории выявили 57 видов дикорастущих растений. В составе данного перечня растений 2 вида (ель обыкновенная, сосна обыкновенная) относятся к отделу Голо-

семенные из класса Хвойные, что составляет 3,5 %, остальные 55 видов, что составляет 96,5 %, – к отделу Покрытосеменные. Класс Двудольных представлен 22 семействами, 50 растений. Класс Однодольных представлен 3 семействами, 5 растений. Все растения разделили на 3 категории жизненных форм – деревья (8 видов, что составляет 14 %), кустарники (3 вида, что составляет 5 %) и травянистые растения (46 видов, что составляет 81 %). В своей работе мы создали гербарий «Дикорастущие растения территории

школы». Среди исследуемых растений территории школы выявили, что есть 2 вида ядовитых растений (лютик едкий, ландыш майский). Так же есть 3 вида растений, имеющие охраняемый статус, – незабудка полевая ива козья, купальница обыкновенная, что составляет 5 %. 34 вида растений отнесли к категории лекарственных растения, что составляет 60%. Проанализировав медицинские справки, нами было установлено, что, ученики нашей школы очень часто болели простудными заболеваниями за последние три учебных года.

КАРТА ИССЛЕДУЕМОЙ ТЕРРИТОРИИ



МБОУ «Явенгская школа»

162180 п. Пролетарский
Вологодская область
Вожегодский район пер.
Школьный д.1а

Телефон: +7(81744)72135
Эл. почта:
school_yash@mail.ru



С целью повышения информированности по данному вопросу была создана памятка «Фитопомощь». где в доступной форме даны ответы на вопросы: «Когда собирать травы?», «Как правильно сушить траву?», а так же предложены простые рецепты при заболеваниях верхних дыхательных путей, используя лекарственные растения, произрастающие на территории школы.



Рекомендуем при заболеваниях верхних дыхательных путей:

Подорожник большой. 1 ст.ложку измельченных листьев залить стаканом кипятка, настоять в течение 15 минут, процедить. Принимать настой по 1 ст.ложке 4 раза в день до еды в качестве противокашлевого средства.

Мать-и-мачеха. 4 ч.ложки измельченных листьев заварить стаканом кипятка, настоять 30 минут и процедить. Принимать по ¼ стакана в день.

Для уменьшения бо-

лезненных ощущений в горле – сосать свежую, мягкую прозрачную **смолу сосны или ели.**

Помогают частые полоскания горла настоями и отварами **зверобоя** (2 ст.ложки заливают стаканом кипятка, отваривают на слабом огне 10 минут, настаивают полчаса, процеживают). Используют несколько раз в день.

Фитосмесь из почек или листьев березы, травы зверобоя, ли-

стья земляники, подорожника, крапивы – по 3 ст.ложки. заварить как чай – 1-2 ч.ложки сбора на стакан кипятка, настоять в теплом месте или в термосе, пить до 2 стаканов в день в несколько приемов.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!



Сушка растений

считается законченной, если листья, цветы и соцветия растираются в порошок, сочные плоды не образуют влажных комков, а корни и корневища ломаются с характерным треском.

Когда собирать травы?

Середина лета – лучшее время для сбора и сушки трав. Большинство лекарственных растений собирают во время цветения – с конца июня по август.

Как правильно сушить траву?

Обычная сушка на солнце не подходит для большинства трав, так как прямые солнечные лучи разрушают полезные вещества растений. Лекарственные травы следует сушить в тени, в хорошо проветриваемых местах. Проще всего сделать это, используя домашнюю электросушилку для овощей и фруктов.