

**III Международная конференция учащихся  
"НАУЧНО-ТВОРЧЕСКИЙ ФОРУМ"**

**Тема исследовательской работы:**

**«Аптека в огороде»**

***Выполнил: Захаров Даниил Андреевич***

*2-й взвод 1-ой роты (б «б» класс)*

*Пермского суворовского военного училища*

*Россия, пгт Звёздный*

***Руководитель работы:***

***Атеева Юлия Александровна***

*преподаватель биологии*

*Пермского суворовского военного училища Россия,*

*пгт Звёздный*

**Звёздный. 2022**

## Оглавление

	Стр.
Введение .....	3
Глава I.Изучение лекарственных растений, растущих в огороде .....	4
1.1. Подорожник большой.....	4
1.2. Календула.....	5
1.3. Мята перечная.....	6
1.4. Крапива двудомная.....	7
1.5. Спорыш.....	8
1.6. Чистотел.....	9
1.7. Ромашка аптечная.....	9
1.8. Мать-и-мачеха.....	10
1.9. Одуванчик.....	12
Глава II.Рестаурация школьного гербария лекарственных трав Пермского края .....	13
2.1. Изготовление гербария лекарственных растений.....	13
2.2. Анализ состояния и рестаурация школьного гербария лекарственных трав .....	16
Глава III. Анкетирование среди воспитанников первой роты училища о знании лекарственных трав. Доклад о пользе лекарственных растений.....	17
Выводы.....	18
Заключение .....	18
Список литературы и интернет-источников .....	19
Приложения .....	19

## **Введение**

Нас повсюду окружают растения: цветы, травы, деревья и кустарники. Без растений не было бы жизни на земле. Растения помогают нам дышать. А еще с их помощью можно вылечить некоторые болезни. Просто нужно знать, какие растения являются лекарственными и правильно их использовать.

Лекарственные растения – это растения, содержащие активные вещества, которые оказывают лечебное действие на организм человека [6].

Когда мы боеем, то не всегда нужно бежать за таблетками в аптеку. Аптека находится практически под ногами. Каждое растение создано природой во благо. Нас окружает много растений, которыми можно лечиться. Люди давно заметили, что некоторые растения помогают вылечить определенные болезни, изучали эти растения, передавали другому поколению свои знания о лечебных свойствах растений. Так у каждого народа Земли, в каждой местности сложилась своя книга лекарственных трав, иначе ее еще называли «Травник».

Многие лекарственные растения известны людям с самого детства. Это: одуванчик, ромашка, крапива, подорожник.

В данной работе мы рассмотрим лекарственные растения, которые можно встретить прямо на своем приусадебном участке (огороде).

### **Актуальность темы**

Наша местность очень богата лекарственными травами. Существует множество растений, которые применяются в народной медицине и сейчас, но люди часто не знают или забывают об их целебных свойствах.

Мне стало интересно какие лекарственные растения растут в нашей местности, а точнее – прямо под ногами, в огороде.

### **Цель исследования:**

- Изучение многообразия лекарственных растений родного края на примере города Чермоза Ильинского района Пермского края.

### **Задачи исследования:**

- Познакомиться с лекарственными растениями, растущими в огородах г. Чермоза Ильинского района Пермского края.

- Выяснить значение лекарственных растений для человека.
- Провести анализ состояния и реставрацию школьного гербария лекарственных растений Пермского края.
- Провести анкетирование среди начальных классов Пермской кадетской школы о знании лекарственных трав.
- Рассказать в классах ученикам школы о пользе лекарственных растений.

**Объект исследования** - лекарственные растения, растущие в огородах г. Чермоза Ильинского района Пермского края.

**Методы исследования:** опрос, анкетирование, анализ и синтез, определение понятий, практическая работа.

**Этапы исследования:**

1 этап – изучение лекарственных растений, растущих в огородах г. Чермоза Ильинского района Пермского края.

2 этап – Анализ состояния и реставрация школьного гербария лекарственных трав Пермского края, выступление в роте перед воспитанниками училища о пользе лекарственных растений.

3 этап – проведение анкетирования и анализ результатов опроса. Цель анкетирования: знание лекарственных растений и их узнавание.

## **Глава I. ИЗУЧЕНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ, РАСТУЩИХ В ОГОРОДЕ**

### **1.1. Подорожник большой (*Plantago major*) (Приложение 2.1)**



Подорожник большой - многолетнее травянистое растение семейства Подорожниковые. Имеет короткое корневище с пучком нитевидных корней. Стебель тонкобороздчатый, безлистный, высотой 10-50 см. Листья черешковые, собраны в прикорневую розетку, голые, широкоовальные или эллиптические, с дугообразным жилкованием, благодаря которому они не ломаются и устойчивы к вытаптыванию [2].

Растет у дорог. В огороде растет на дорожках между грядками, на межах. Его русские названия «подорожник», «попутчик». Еще его называют «порезник», «ранник» — за ранозаживляющие свойства.

Еще в Китае, более 3000 лет назад, были известны лечебные свойства подорожника, и это растение собирали в медицинских целях. Листья и семена подорожника имеют широкую биологическую активность.

Подорожник большой широко используется как наружное средство. Отваром или настоем листьев полощут рот при воспалении дёсен, промывают раны и язвы, делают примочки при воспалении глаз и дерматитах. Настой из листьев подорожника применяют при заболеваниях верхних дыхательных путей (бронхита, туберкулеза), при заболеваниях желудка. Свежие листья прикладывают к ранам, ссадинам и порезам, ожогам, также к язвам, фурункулам. Свежим соком из листьев смазывают укусы пчел, ос и даже змей. Свежеистолченная масса из листьев подорожника предупреждает появление отека. Мазь с порошком сушёного подорожника будет эффективным средством для лечения гнойничковых заболеваний кожи.

## 1.2. Календула (*Caléndula officinális*) (Приложение 2.2)



Календула – однолетнее травянистое растение рода Календула семейства Астровые[2].

В простонародье календулу называют ноготками.

Календула широко распространена и в декоративном цветоводстве. Цветёт календула красивыми оранжево-жёлтыми цветами практически все лето, начиная с июня и до самой поздней осени, практически до самого октября.

В отечественной народной медицине это растение очень ценится.

В цветках этого лекарственного растения находится очень много каротина, витамина С и других полезных веществ.

Еще в древней Греции календула использовалась при самых различных заболеваниях: при фурункулах, для заживления ран, растолченными листьями и цветками выводили бородавки и мозоли.

Считается, что календула может излечивать рак.

На основе календулы готовят настои, мази, масла и используют их как для внутреннего, так и для наружного применения. Препараты из этого растения применяют при лечении ангины, отита, стоматита, ожогов, порезов и ушибов, они улучшают работу сердца, печени и почек, нервной системы. Настой календулы применяют как успокаивающее и общеукрепляющее средство.

### 1.3. Мята перечная (*Mentha piperita*) (Приложение 2.3)



Мята перечная – многолетнее травянистое растение, вид рода Мята семейства Яснотковые[2].

Полезные свойства мяты высоко ценились и широко использовались в Древней Греции и Риме. Считалось, что запах мяты поднимает настроение, тем самым способствует оживлённой застольной беседе. По этой причине, пиршественные залы обрызгивали мятной водой, а столы натирали мятными листьями. Считалось, что аромат мяты стимулирует работу мозга, поэтому студентам в Средние века рекомендовали носить во время занятий венки из мяты.

Для лечебных целей используют стебли и листья мяты перечной. Заготовку сырья проводят, когда, примерно, половина цветков уже распустилась, а другая половина ещё в бутонах.

Мята широко применяется в народной медицине. Она усиливает аппетит, улучшает пищеварение, прекращает спазмы желудка и колики. Мята перечная обладает успокаивающим, обеззараживающим, желчегонным, болеутоляющим свойствами. Настой или чай из листьев мяты применяют при тошноте различного происхождения, рвоте, изжоге, поносе, метеоризме, состояниях нервного возбуждения, бессоннице, при болях в сердце, кашле,

головной боли. Также настой и чай из мяты помогают печени при переваривании жирной пищи.

Масло мяты перечной входит в состав зубных паст и порошков, полосканий, как антисептическое и освежающее средство, является составной частью сердечных препаратов корвалол, валидол, капель Зеленина.

Она считается одним из древнейших лекарственных растений на земле. Помимо лечебных свойств, мята богата витаминами А и С, марганцем. Заваривая чай, обязательно добавляйте листья мяты — и вам не придется жаловаться на недомогания.

#### 1.4. Крапива двудомная (*Urtica dióica*) (Приложение 2.4)



Крапива двудомная – многолетнее травянистое растение, достигающим в высоту от 55 см до двух метров. Стебель двудомной крапивы ребристый, четырехгранный, прямостоящий, разветвленный на пазушные побеги, внутри полый.

Стебли и листья крапивы покрыты жгучими волосками. Корневище длинное, ползучее, ветвистое с тонкими корнями в узлах [2].

Крапива двудомная распространена практически повсюду на нашей Земле. Для садоводов и владельцев огородов крапива – ненавистный и трудно выводимый сорняк.

Слово произошло от древнерусского слова «копрена» — шелк. Из крапивы получали волокно и изготавливали ткани.

В трудные годы крапива очень выручала людей. Ее употребляли в пищу, готовили супы, салаты.

Как лекарственное растение известна давно. Народная мудрость гласит: «Одна крапива заменит семерых врачей».

Для лекарственных целей заготавливают и используют листья, корни и семена крапивы двудомной. Из нее готовят настои, отвары и свежий сок.

Применяют крапиву при воспалении легких, кровотечениях, полощут горло, используют для укрепления и роста волос, для заживления ран. Ею лечат болезни печени, заболевания сердца, желудка и кишечника, аллергии. Свежим соком крапивы смазывают раны, которые плохо заживают. Отвар или настой используют для полоскания полости рта при профилактики и лечении зубов, при кашле и бессоннице.

Кровоостанавливающим действием обладают только свежие листья крапивы. Сушеные листья наоборот, замедляют процесс свертывания крови.

Кроме того, препараты этого растения нормализуют состав крови, увеличивают количество эритроцитов, уменьшают количество сахара в крови.

Если человек утратил обоняние, то крапива сможет помочь в его восстановлении.

Крапива - хорошее укрепляющее средство для пожилых людей, так как активизирует жизненно важные органы, увеличивает защитные силы организма.

### **1.5. Спорыш (горец птичий) (*Polygonum aviculare*)**



#### **(Приложение 2.5)**

Спорыш - однолетнее травянистое растение семейства Гречишные, с прямостоячими или лежащими, сильно разветвленными стеблями длиной 15 - 25 см, иногда до 50 см (общая длина всех веточек развитого растения может достигать 80 и более метров) с сильно выраженными узлами. Стебли после цветения становятся плотными[2].

Спорыш (горец птичий) не прихотлив, растёт на любых видах почв, поэтому очень широко распространён по всем материкам кроме Антарктиды. Хорошо отрастает после многократного скашивания. Устойчив к вытаптыванию.

Трава спорыш (горец птичий) очень популярна в народной медицине. Препараты из этого растения обладают разнообразными лечебными свойствами - мочегонным, антимикробным, противовоспалительным, вяжущим, потогонным, жаропонижающим, ранозаживляющим, кровоочистительным,



тонизирующим, общеукрепляющим, болеутоляющим. Также они повышают свертываемость крови.

Трава горца птичьего препятствует образованию мочевых камней. Дубильные вещества, обладающие антимикробными, противовоспалительными и вяжущими свойствами положительно влияют на работу желудка и кишечника.

В народной медицине также это растение используют для лечения ожирения, туберкулёза, дизентерии, различных опухолей, бронхита, кашля, угревой сыпи, заболеваний кожи.

Траву спорыша используют как самостоятельно, так и в составе сбора с другими растениями. Например, он входит в травяные сборы, которые используют при лечении рака.

Наружно отвар спорыша в виде примочек и обмываний применяют при плохо заживающих ранах, язвах, при ожогах, ушибах, нарывах, фурункулах; в виде полосканий при воспалениях полости рта; при перхоти отваром моют голову.

### 1.6. Чистотел (*Chelidonium majus*) (Приложение 2.6)



Чистотел большой - многолетнее травянистое растение семейства Маковые. Имеет мощный стержневой, светло-коричневый корень. Стебель разветвленный, прямостоячий, слабо опушенный, внутри полый, высотой 30-80 см. Цветки правильные, состоящие из четырёх лепестков, собраны в простой зонтик, на длинных цветоножках, золотисто-желтые[2].

Растёт в садах, парках, на пустырях, под заборами, возле жилья, на засоренных местах.

У этого лекарственного растения богатая история, которая также восходит ко временам Древнего Рима. Ещё тогда на основе чистотела создали крем «Чилидония», которым и сейчас пользуются для лечения заболеваний кожи.

Чистотел свое название получил благодаря своим свойствам исцелять различные заболевания кожи. В связи со способностью выводить бородавки,

чистотел в простонародье еще называют бородавником. Также им выводят мозоли, веснушки, смазывают трещинки на пятках и на руках. Сок излечивает носоглотку, аденоиды, полипы, гланды, гайморит, десны, прыщи, нарывы, чесотку, экзему, грибок, раздражение кожи после бритья, ожоги, вызванные огнем, паром, горячим молоком, солнечными лучами, химическими веществами.

Чистотел обладает бактерицидным, успокаивающим, обезболивающим, желчегонным, мочегонным, слабительным свойствами.

Чистотел большой входит в состав комплексного гомеопатического препарата Холедиус, который применяется для лечения острых и хронических заболеваний желчного пузыря и для лечения поджелудочной железы.

Прежде, чем использовать чистотел как лечебное средство, необходимо знать, что он считается сильным ядовитым растением и при передозировке могут последовать отравления.

При отравлении чистотел вызывает тошноту, судороги, замедление пульса и резкое снижение давления.

При сильном отравлении может наступить паралич сердца и смерть.

Если есть проблемы с органами дыхания, то применять чистотел нужно очень осторожно, так как может произойти даже остановка дыхания. Поэтому препараты из чистотела могут быть опасны для детей. Категорически нельзя давать препараты с чистотелом детям дошкольного возраста.

### **1.7. Ромашка аптечная (*Matricaria chamomilla*) (Приложение 2.7)**



Ромашка аптечная - однолетнее травянистое растение семейства Сложноцветные. Имеет прямостоячий сильноветвистый стебель высотой до 35 см. Корень стержневой, тонкий, ветвистый, светло-бурый. Листья очередные, сидячие, дважды перисторассеченные на узкие дольки. Цветки собраны в корзинку, которая состоит из белых языковидных лепестков и желтых трубчатых цветков [2].

Название произошло от латинского «*romana*» — римская, заимствована из польского языка. В литературе ее образ ассоциируется с образом скромной красоты и доброты.

Растет ромашка аптечная на полях, огородах, около жилищ человека практически на всей территории России.

В качестве лекарственного растения ромашка известна как противовоспалительное, успокаивающее, антимикробное, обезболивающее, мочегонное средство. Кроме того, её применяют при проблемах с пищеварением при заболеваниях желудка и кишечника.

Ромашку применяют при повышенной возбудимости, зубной боли, поносах у детей. Для лечения применяют настои, отвары. Настоем ромашки промывают воспаленную слизистую глаз. В виде настоя для компрессов она употребляется при ожогах, нарывах, ушибах, болезненных ранах, для ножных ванн при неприятной потливости ног, и для поддержания свежести кожи. Её препараты улучшают аппетит, уменьшают газообразование, а также широко применяются для полоскания при лечении воспаления десен, слизистых оболочек, при ангинах.

Ромашка является еще и прекрасным косметическим средством. Отваром из цветков ромашки моют голову, что способствует росту и укреплению волос, избавлению от перхоти. Также отваром ромашки подкрашивают волосы в светлый тон, особенно седые.

### **1.8. Мать-и-мачеха(*Tussilago farfara*) (Приложение 2.8)**



Мать-и-мачеха - многолетнее травянистое растение семейства Сложноцветные с прямыми стеблями, покрытыми буроватыми чешуевидными листьями и ползучим ветвистым корневищем. Прежде, чем появятся листья, корневище выбрасывает цветоносы высотой 10-25 см с яйцевидно-ланцетными чешуевидными листьями буроватого цвета и и золотисто-жёлтыми цветками, собранными в одиночные поникающие корзинки.

При созревании корзинок, подобно одуванчику, превращаются в пушистые головки. Листья появляются после цветения [2].

Растение широко распространено в России. Мать-и-мачеха предпочитает влажную глинистую почву. В огороде растет как сорняк.

Название растение получило по строению листа. Снизу они белые, пушистые, мягкие, как материнские руки. Сверху зеленые, холодные — как мачеха.

Издавна растение использовали как лекарственное. Мать-и-мачеха — медоносное растение. И это первые весенние цветы, которые радуют нас.

У растения используют и цветки, и листья. Листья мать-и-мачехи чаще, чем цветки, применяются как отхаркивающее, дезинфицирующее и противовоспалительное средство. Их назначают при бронхитах, кашле, ларингитах, фарингитах в виде настоя.

Также это растение обладает лёгким потогонным и желчегонным свойствами. В народной медицине мать-и-мачеху применяют и при воспалительных заболеваниях. Свежий сок является хорошим желчегонным и потогонным средством. Ещё, сок рекомендован при туберкулёзе лёгких.

Наружно мать-и-мачеху применяют для лечения инфицированных ран, язв, нарывов, фурункулов (настоем делают обмывания, прикладывают свежие размятые листья), полощут горло при ангине. Для усиления терапевтического эффекта одновременно принимают настой внутрь по 1 ст. ложке 4-5 раз в день.

При выпадении волос, перхоти, при чесании кожи головы настоем моют голову.

### 1.9. Одуванчик (*Taraxacum officinale*) (Приложение 2.9).



Одуванчик - это многолетнее растение семейства сложноцветных. Растет на всей территории России [2].

Корень одуванчика стержневой, длиной до 40 см, толщиной до 2 см, буроватого цвета снаружи и белый внутри. Листья перистораздельные или перистолопастные, с долями, направленными вниз и зубчатыми по краю,

собраны в прикорневую розетку, прижаты к земле или под углом направлены вверх, длиной до 25 см. Форма листьев может отличаться. Цветки жёлтые, собранные в соцветия-корзинки, которые расположены на верхушках цветоносов.

Одуванчик используют давно в лечебных целях. Его называют «эликсиром жизни» не зря: все части растения полезны. И корни, листья, цветы. Из цветов одуванчика делают варенье, похожее на мед. Из листьев - весной полезные салаты. Корень одуванчика можно использовать в жареном виде, он становится сладковатым и теряет горечь. Сильно поджаренный, коричневый корень применяется как хороший заменитель кофе с приятным запахом.

В качестве лекарственного сырья используют корни одуванчика лекарственного.

Препараты одуванчика лекарственного обладают желчегонными, отхаркивающими, успокаивающими, снотворными, потогонными, слабительными, свойствами. Также установлены противотуберкулезные, противовирусные, фунгицидные, антигельминтные, антиканцерогенные свойства.

Горькие вещества, содержащиеся в одуванчике способствуют повышению аппетита и улучшению пищеварения.

Препараты одуванчика снижают уровень холестерина в крови, нормализуют обмен веществ и улучшают общее состояние. Настой корней одуванчика применяют для лечения гастритов, туберкулёза легких, при заболеваниях почек и мочевого пузыря, угревой сыпи, дерматите, используют при ожогах, обморожениях, гноящихся ранах.

## **Глава II. РЕСТАВРАЦИЯ ШКОЛЬНОГО ГЕРБАРИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ТРАВ ПЕРМСКОГО КРАЯ.**

### **2.1. Изготовление гербария лекарственных растений.**

Гербарий (лат. *herbatum*, от *herba* – «трава») – это коллекция засушенных

растений, изготовленная по определенным правилам [3][4].

После того как образцы растений высыхают их закрепляют на плотной бумаге [4],[5].

Первые гербарии появились в Италии в 16 веке. Их изобретение принадлежит врачу и ботанику Луке Гини, основателю Пизанского ботанического сада [1].

Гербарии стали основным средством исследования и хранения данных о растениях, которое использовали ученые-ботаники [5].

Когда после летних каникул я пришел в школу, то узнал, что гербарий я сделал «по-домашнему». Я просто высушил, те части растений, которые мне были нужны. Учитель биологии Атеева Юлия Александровна объяснила мне как надо было правильно изготовить гербарии для научных целей: растение должно иметь цветок, стебель и корень.

Классические гербарии создают на гербарных листах – плотной бумаге. Они и в настоящее время являются основным средством исследования и хранения данных о растениях, которое использовали ученые-ботаники.

Карл Линней описал технологию сбора растений, которая не претерпела почти никаких изменений и до настоящего времени [4].

Основные моменты следующие:

1. Растения не следует собирать влажными.
2. Все части должны быть сохранены, осторожно расправлены.
3. Органы плодоношения должны быть налицо.
4. Сушить следует между листами сухой бумаги, умеренно прижав прессом.
5. Для наклеивания употреблять рыбий клей.
6. Хранить следует всегда на листе, в полную величину,

только одно растение на странице.

7. Род растения надписывается сверху, вид и его описание указываются на обороте.

Линней считал, что гербарий необходим любому ботанику превыше любого изображения.

## **Какие растения для гербария нужно использовать**

- Листья для гербария должны быть здоровыми и неповрежденными насекомыми.
- Аккуратно выкапывают их вместе с корнем; освобождают корневище от земли.
- Качественным и долговечным сделать гербарий из листьев, можно только, если собирать их днем в теплую солнечную погоду.
- Образец должен иметь в наличии распустившиеся цветы, желательно, и плоды тоже.
- Не стоит ограничиваться одним образцом. Желательно собирать с запасом, чтобы можно было выбрать лучший вариант для изготовления травника.

В своей работе я использовал наиболее распространенный метод сушки – плоская сушка. Засушенный так материал можно использовать для декоративных аппликаций и альбомов.

## **Как сделать гербарий самостоятельно, используя метод плоская сушка.**

### **Пошаговые действия.**

1. Приготовим необходимые инструменты и материалы для сбора материала: лопатка, нож, экскурсионная папка (ее можно изготовить из двух листов фанеры или картона), газетные «рубашки» для просушки, этикетки, ручка.
2. Правильно выбираем место и время сбора растений:
  - Собираются растения только в ясную сухую погоду;
  - Желательно, найти место подальше от проезжей части;
  - Время выбираем такое, когда воздух прогрелся;
  - Годится только свежее растение, без каких-либо признаков увядания.
3. Выбираем подходящую книгу, такую, чтобы на странице свободно размещались наши растения.

Необходимо помнить, если что высыхают растения быстрее, если переложить их чистой бумагой с обеих сторон.

4. Берем пресс, который прижмет книгу. Это могут быть другие увесистые печатные издания.

Сохнут растения примерно 1-4 недели.

Кроме привычной книги, можно применить горячий утюг. На лист бумаги ровно выкладываем растение и покрываем его другим листом, прижимаем утюгом, а потом проглаживаем. Но в этом способе сушки есть один минус – растение может потерять цвет.

Растения готовы к дальнейшему использованию.

5. Размещаем высушенные растения на картоне.

Для монтирования материала используем нитки, бумажную соломку и прозрачный клей. **Ни в коем случае нельзя применять пластырь или скотч.**

6. Крепим этикетку.

7. Закрываем растение папиросной бумагой (калькой).

**Гербарий готов**

**Первый лист в России засушил Петр Первый, сделав к нему краткую надпись: «Рван 1717 года».**

## **2.2. Анализ состояния и реставрация школьного гербария лекарственных трав.**

Из всего школьного гербария растения отобрал лекарственные растения, которые растут в Пермском крае (Приложение 3, 4).

Гербарии с данными растениями я отреставрировал, то есть где-то подклеил листья или стебли растений, заменил кальку на новую, сделал новые этикетки. Ко всем гербариям я прикрепил описание лекарственных свойств растений.



### Глава III. Анкетирование среди воспитанников пятой роты училища о знании лекарственных трав. Доклад о пользе лекарственных растений.

Я составил простую анкету (Приложение 1), в которой попросил воспитанников пятой роты (пятые классы) в общем перечне растений указать лекарственные растения своей местности. В данном случае – лекарственные растения Пермского края.

В анкетировании приняли участие 80 человек. Результаты приведены в Таблице 1.

Почти все указали подорожник, ромашку аптечную и календулу, многие знают о крапиве, мяте перечной и мать-и-мачехе. Но все же ребята мало знают о лекарственных растениях нашего края.

По окончании анкетирования я познакомил ребят с лекарственными растениями Пермского края, показал им гербарии (Приложение 2, 3).

**Таблица 1**

#### Узнаваемость лекарственных растений, растущих в огороде.

№ п/п	Название растения	Количество ответов	% узнаваемости
1	Подорожник большой	72	90,0
2	Календула	62	77,5
3	Мята перечная	58	72,5
4	Крапива двудомная	60	75,0
5	Спорыш	1	1,3
6	Чистотел	42	52,5
7	Ромашка аптечная	79	98,8
8	Мать-и-мачеха	57	71,3
9	Одуванчик	43	53,8

Также предложил ребятам попробовать несколько видов чая с лекарственными растениями: с мятой, с мятой и ромашкой, одуванчиком. Больше понравился чай с мятой.

Надеюсь, ребята запомнят мой рассказ и будут теперь бережнее относиться к растениям, зная о пользе, которую те приносят человеку.

## **ВЫВОДЫ**

1. На территории г. Чермоза Ильинского района Пермского края растет много лекарственных растений.
2. Большинство растений, которые покупаются в аптеках, произрастают в нашей местности.
3. Лекарственные растения помогают людям вылечиться от болезней.
4. Лекарственные растения можно выращивать в огороде (на приусадебном участке).
5. Лекарственные травы нельзя применять бесконтрольно.
6. Лекарственные растения нужно охранять и не рвать их без надобности.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

В наше время, при сильном загрязнении окружающей среды невозможно остаться абсолютно здоровым. Мы постоянно находимся под угрозой получить целый «букет» новых заболеваний. Часто медицина не может быстро отреагировать на изменения.

Нельзя забывать о том, что у нас имеется тысячелетний опыт наших предков, которые веками складывали в копилку народной медицины рецепты лечения различных недугов. Болезнь легче предупредить, чем потом, мучаясь, пытаться от неё избавиться.

Не проще ли сейчас просто оглянуться вокруг и увидеть то, что дает нам природа. Наш добрый и всесильный доктор Природа всё предусмотрел и всё

подготовил. Нужно просто это лекарство взять и воспользоваться им. Но не все об этом лекарстве знают.

Поэтому и надо помнить и изучать лекарственные растения нашей местности, их действие и применение.

В дальнейшем я планирую сравнительное изучение действия на организм человека лекарственных растений из разных уголков России, а также эффективности видов препаратов.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ-ИСТОЧНИКОВ**

1. Википедия. Свободная энциклопедия. [ru.wikipedia.org](http://ru.wikipedia.org)
2. Большая энциклопедия лекарственных растений. М.: Олма-Пресс, 2006. – 383 с.
3. Гербарий // Энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона: В 86 томах (82 т. и 4 доп.). — СПб., 1890—1907. - 4407 с.
4. Павлов В. Н., Барсукова А. В. Гербарий. Руководство по сбору, обработке и хранению коллекций растений: Учеб.-метод. пособие. - М: Изд-во МГУ, 1976. — 32 с.
5. Шишкин Б. К. Как составлять гербарий./ Отв. ред. чл.-корр. АН СССР Н. А. Буш. — М.—Л.: Изд-во АН СССР, 1941.- 2-е изд., испр. и доп. - 54 с.
6. Щелокова Л.Г., Глумов С.Г. Атлас лекарственных растений Пермского края. Применение в медицине и ветеринарии. Пермь, 2009. – 240 с.

## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

1. Анкета «Знаете ли Вы лекарственные растения Пермского края?», 80 шт.
2. Гербарий лекарственных трав Пермского края, 9 шт.
3. Фотоотчет, 17 фотографий.

## Анкета

## «Знаете ли Вы лекарственные растения Пермского края?»

Отметьте галочкой  лекарственные растения Пермского края, растущие в огороде

№ п/п	Название растения	✓
1	Подорожник большой	
2	Календула	
3	Молочай	
4	Мята перечная	
5	Крапива двудомная	
6	Спорыш	
7	Пырей	
8	Чистотел	
9	Ромашка аптечная	
10	Мать-и-мачеха	
11	Одуванчик	
12	Осот	

Всего анкет – 80 шт.

Используется как наглядный материал при презентации исследовательской работы.

## **Гербарий лекарственных трав Пермского края**

Всего – 9 шт., а именно:

- 2.1. Подорожник большой.
- 2.2. Календула.
- 2.3. Мята перечная.
- 2.4. Крапива двудомная.
- 2.5. Спорыш.
- 2.6. Чистотел.
- 2.7. Ромашка аптечная.
- 2.8. Мать-и-мачеха.
- 2.9. Одуванчик.

Используется как наглядный материал при презентации исследовательской работы.

Фотоотчет

Мои гербарии.«По-домашнему».



## Работа со школьным гербарием

