**Экологическая тропа ДОУ**

**Цель:** формирование экологической культуры,под которой понимается совокупностьэкологического сознания, экологических чувств и экологической деятельности.

**Задачи:**

* воспитание любви к природе через прямое общение с ней, восприятие её красоты и многообразия;
* формирование знаний о природе;
* развитие сопереживания к бедам природы, желание бороться за её сохранение;
* формирование у детей основных природоведческих представлений и понятий о живой и неживой природе;
* развитие понимания взаимосвязей в природе и места человека в них;
* воспитание бережного отношения ко всему живому на Земле, любви к природе;
* вовлечение детей в разнообразные виды деятельности в природе и по её охране;
* формирование навыков экологически грамотного, нравственного поведения в природе;
* развитие первоначальных географических представлений, знакомство с простейшими способами ориентирования на местности.

**Общие рекомендации по работе с детьми на экологической тропе детского сада:**

* – Использовать прогулки для общения детей с природой ближайшего окружения и оздоровления детей на свежем воздухе.
* – Использовать наблюдения за живой природой для развития сенсорных качеств каждого ребёнка.
* – Познакомить с разными объектами живой природы и показать её взаимосвязь с окружающим миром.
* – Сделать общение ребёнка с природой безопасным для ребёнка и самой природы.
* – Формировать чувства близости к природе и сопереживанию всему живому, забо-ты и бережного отношения к природе.
* – Формировать умение передавать свои впечатления от общения с природой в ри-сунках, поделках, рассказах и других творческих работах.
* – Проводить на тропе наблюдения в разные времена года, игры, экскурсии, иссле-дования.

**Предполагаемые результаты:**

* озеленение территории растениями;
* оснащение детской игровой площадки новыми объектами, пригодными для игры;
* создание нескольких зон: «деревенский дворик», лесная поляна, «во саду ли, в ого-роде», «тихий уголок», мини-стадион, цветник.

**Конечный результат**:комплексная эколого-развивающая среда,каждый компонент ко-торой отвечает принципу функционального комфорта и основным этапам развития дет-ской деятельности.

**Возможные варианты работы на тропе:**

* проведение занятий, сезонных экскурсий
* мини-субботники
* исследования на тропе:
* фенологические наблюдения за растениями в природе (по сезонам)
* развешивание кормушек
* наблюдения за перелётными и зимующими птицами (по сезонам)
* оформление гербария
* фотографирование
* рисунки, плакаты, поделки
* сбор природного поделочного материала (шишки, листья...)

**Формы и методы работы с детьми на экологической тропе:**

* экологические беседы;
* наблюдения в природе;
* уроки доброты;
* целевые прогулки;
* решение экологических ситуативных задач;
* чтение художественной литературы;
* детские проекты;
* обсуждение и проигрывание ситуаций;
* труд в природе;
* «Красная книга природы»;
* «Лесная аптека» (рассматривание иллюстраций и беседы с детьми, поиск лекарст-венных растений на участке, беседы о правилах сбора растений);
* выставки и экспозиции;
* экологические сказки;

**Формы и методы работы с родителями на экологической тропе:**

* взросло-детские проекты;
* изготовление поделок, рисунков;
* субботники по облагораживанию территории детского сада;
* участие в конкурсах;
* фотовыставки;

**Актуальность**

***«Природа так обо всем позаботилась, что повсюду ты находишь чему учиться»***

Леонардо да Винчи

Последние десятилетия ознаменовались выраженным интересом к проблемам эко-

логического образования подрастающего поколения.

Что означает слово «экология» и откуда оно происходит? «Экология» произошло от греческого oikos — дом, жилище, родина + logos — понятие, учение. В основном и первоначальном своём значении — одна из биологических дисциплин, наука, изучающая многочисленные связи населяющих землю организмов, как между собой, так и с окру-жающей средой.

Эффективная работа ДОУ по формированию основ экологической культуры детей

* родителей требует грамотного подхода в этом направлении со стороны педагогов дет-ского сада. Надо тренировать в детях наблюдательность, сочувствие, сопереживание. Ка-ждый выход на улицу для ребёнка должен оборачиваться увлекательной прогулкой, даю-щей возможность наблюдать, познавать, запоминать!

Важно формировать у детей потребность в самостоятельном изучении природы. Осуществить эту задачу можно, создавая развивающую среду экологического направле-ния, в которой ребёнок мог бы познать окружающий мир, самостоятельно выделять связи

* зависимости, существующие в природе, наблюдая за объектами и явлениями неживой и живой природы и активно взаимодействуя с ними.

Один из важнейших компонентов экологической развивающей среды в детском са-ду — экологическая тропа, которая позволяет дошкольнику наглядно познакомиться с разнообразными процессами, происходящими в природе, изучить живые объекты в их ес-тественном природном окружении, получить навыки простейших экологических исследо-ваний, определить на элементарном уровне местные экологические проблемы и по-своему решить их. *Экологическая тропа* *—* *это специально разработанный или специально обо-рудованный маршрут в природу.*

Работу на экологической тропе можно построить интересно и содержательно, что-бы решить практически все задачи экологического образования детей дошкольного воз-раста. Именно экологическая тропа позволяет понять общую связь живого организма с внешней средой, наблюдать жизнь живых организмов в экосистемах, их взаимное влияние друг на друга и т. д.

Планирование работы на экологической тропе возможно осуществлять с учётом се-зонных изменений и местных условий. Важно сочетать ознакомление детей с яркими объ-ектами растительного и животного мира, сезонными явлениями и видами труда в природе.

Учитывая особенности возраста, а также специфику этой развивающей среды, при организации работы на экологической тропе можно использовать разнообразные формы: экскурсии, занятия-опыты, занятия-наблюдения, экологические игры, конкурсы, виктори-ны, праздники. Экологическая тропа — это средство нравственного, эстетического, тру-дового воспитания.

Таким образом, с помощью экологической тропинки можно грамотно использовать земельный участок детского сада в экологическом образовании детей. В идеале эта терри-

тория должна быть зоной максимальной экологической безопасности, обеспечивая на со-временном уровне следующие функции:

* оздоровительную;
* рекреационную;
* учебно-просветительскую.

Все эти функции позволяют отнести территории дошкольных образовательных уч-реждений в ведение Федерального закона «Об особо охраняемых природных территори-ях». К сожалению, в существующей редакции Закона упоминание о ДОУ отсутствует. Но общими усилиями можно сделать каждый детский сад действительно цветущим садом.

**Видовые точки экологической тропы**

**Т.1 —** берёза

**Т.2 —**  тополь

**Т.3 —** поляна сказок

**Т.4 —** муравейник

**Т.5 —** черёмуха

**Т.6 —** скворечник

**Т.7 —** кормушка

**Т.8 —** рябина

**Т.9 —** клумба

**Т.10 —**огород

**Т.11 —** сосна

***Начало маршрута***

1т



11т

9т

8т

2т

7т

***МБДОУ***

***«Лесная поляна»***

12т

6т 4т

3т

5т

**Труд дошкольников в природе**

**Младшая группа**

Во второй младшей группе полученные в предшествующих группах представления

* природе расширяются. Прививаются трудовые навыки по уходу за растениями: с помо-щью воспитателя дети кормят птиц, поливают растения, сеют крупные семена цветов, са-жают лук, поливают растения на грядках и др.

Уход за растениями малышам недоступен: воспитатель делает это сам, но обяза-тельно в присутствии детей, привлекает их внимание к своим действиям, предлагает по-смотреть, как льётся вода из лейки, как она впитывается в землю; некоторые дети могут и немного помочь взрослому: подержать лейку, налить в неё воды и т. д.

* + процессе работы необходимо объяснять детям, что поливают растения для того, чтобы они лучше росли.

Можно предложить детям погладить плотные гладкие листья растений, понюхать, полюбоваться цветками, вспомнить, как называется данное растение и т. д. В конце зимы малыши сажают лук. Каждый ребёнок сажает свою луковицу в наполненный землёй ящик (луковицу можно сажать почти вплотную).

Предлагается детям сначала потрогать землю: она мягкая, рыхлая, рассмотреть свою луковицу. Потом каждый ребёнок по указанию делает неглубокую ямку, кладёт в неё свою луковицу (ростком вверх), а затем вдавливает её в землю (луковица должна плотно сидеть в земле).

* + конце апреля в начале мая проводится посев крупных семян бобов, фасоли, на-

стурции.

**Средняя группа**

* + средней группе дети более самостоятельные. Они приобрели некоторые знания и навыки по уходу за растениями. Теперь они уже могут под присмотром ежедневно выпол-нять поручения: полить растения, опрыскать их. Уход за растениями в начале года осуще-ствляется в присутствие детей. Постепенно привлекая их к посильной помощи, показывая, как наливать воду, как держать лейку, поливать, обтирать листья, называя предметы ухо-да, приучая детей класть все на свои места. Вначале под наблюдением, а затем самостоя-тельно дети выполняют поручения по уходу за растениями.
  + течение зимы дети сеют овёс, сажают лук, следят за его ростом, осторожно поли-вают (не заливая луковицы).

Поливка растений является для детей трудным видом ухода. Необходимо показать, как рыхлить палочкой землю в горшках, на огороде приучая к этому уходу и детей.

**Старшая группа**

* + старшей группе детей знакомят с некоторыми способами размножения растений. Для этого пересаживают и размножают два-три растения. В этой работе принимают уча-стие и дети. Хорошо, если дети будут вести наблюдение за ростом и развитием своего че-ренка и все интересное (по своему желанию) зарисовывать в альбом. Такой альбом может быть использованы, как иллюстрации к беседе о растениях.

**Подготовительная к школе группа**

* + подготовительной к школе группе детей учат новым приёмам ухода: рыхлению, опрыскиванию. Весной — пересадке, размножению растений. Они должны понимать зна-чение того или иного вида ухода за растениями.

Одним из наиболее важных и трудных по освоению видов ухода за растениями яв-ляется *полив.* Детей нужно научить не только правильно поливать, но и определять недос-таток влаги в горшке и на грядке по сухости верхнего слоя земли. При поливке растений необходимо учитывать период развития (время года), погоду, степень сухости помещения. В период роста (весной и летом) растения требуют обильной поливки, т. е. более частой, в период покоя (осенью и зимой) — умеренной, более редкой.

*Опрыскивание.* Для лучшего роста растений весной и летом нужно их не толькополивать, но и ежедневно опрыскивать отстоянной водой .

Детей можно научить опрыскивать растения из пульверизатора или с помощью распылителя, вставленной в бутылку. Первое время воспитатель опрыскивает растения сам в присутствии детей и постепенно привлекает к этой работе.

Летом, в жару, хорошо опрыскивать растения по два раза в день. Надо объяснить ребятам, что на солнце опрыскивать растения нельзя: на листьях появляются ожоги. Неко-торые растения, листья которых покрыты волосками нельзя опрыскивать.

*Рыхление.* Важным видом ухода за растениями является рыхление земли в горшках

* на грядке. Надо объяснить, что уплотнённая земля плохо пропускает воздух и воду к корням растений, поэтому растения хуже растут. Рыхлить землю надо очень осторожно, чтобы не повредить корней. Первое время рыхлит землю воспитатель в присутствии де-тей, в дальнейшем он привлекает детей к помощи и, дав им тупые палочки, предлагает взрыхлить землю в горшках тех растений, у которых корни не находятся на поверхности земли.

Дети 6 — 7 лет уже по мере надобности самостоятельно сеют семена: укроп, салат, пшеницу, петрушку; сажают корнеплоды для получения молодой зелени. Посев цветочных семян на рассаду проводится на занятии (примерно в начале мая, чтобы рассада не пере-росла). Перед посевом семена следует рассмотреть, сравнить, вспомнить, с каких растений их собрали, показать ранее засушенные цветки или иллюстрации, чтобы повысить интерес ребят к выращиванию этих растений. Для выращивания рассады можно использовать ящики и цветочные горшки.

Посеянные семена рекомендуется засыпать песком, который лучше пропускает воздух, происходит более полная аэрация; песок при поливке не смывается так легко, как земля, как превращается после поливки в корку, легко оседает и пропускает воду. После посева земля, покрытая песком, снова опрыскивается. Посевы следует беречь от пересы-хания, резких колебаний температуры; надо дать им как можно больше света.

Когда рассада подрастёт, их надо рассадить (пикировка), после чего они быстро пойдут в рост. Наблюдения за развитием и ростом растений надо провести до пересадки в грунт и продолжать их после высадки на участок.

* + подготовительной группе желательно вырастить два-три вида овощей и цветов. Не обязательно выращивать все те растения, которые хотят посадить на участке рассадой. Весь смысл этой работы заключается в том, чтобы показать детям рост и развитие расте-ния от посева семени до получения новых плодов и семян. Удобнее выращивать рассаду в бумажных стаканчиках, в торфяных горшочках или в обыкновенных цветочных горшках небольшого размера.

У выращенной в горшочках рассады при высадке земляной ком не разрушается, рассада хорошо приживается и не болеет. Изготовление бумажных стаканчиков и посадка рассады проводятся с детьми на занятиях.

**Примерный план работы на экологической тропе МБДОУ детский сад**

**«Лесная поляна»** *«Все времена года на нашей экологической тропе»*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Название** | **Задача, мероприятия** |  |
|  | Давайте знакомиться | — знакомство вновь пришедших детей с |  |
|  |  | экологической тропой; |  |
|  |  | — работа со схемой ЭТ; |  |
|  |  | — обзорная экскурсия по экологической |  |
|  |  | тропе — познакомить с объектами эколо- |  |
|  |  | гической тропы |  |
|  | Целевая прогулка: «Деревья — | — сравнение разных растений, выделение |  |
|  | кустарники» | общих и отличительных признаков де- |  |
|  |  | ревьев и кустарников, закрепление назва- |  |
|  |  | ний деревьев (берёза, тополь, ель, клён) и |  |
|  |  | кустарников |  |
| **СЕНТЯБРЬ** | Наблюдение за деревьями и | — наблюдение за изменением цвета ли- |  |
| кустарниками | стьев деревьев и кустарников, за цвету- |  |
|  |  |
|  |  | щими растениями (какие растения цвели |  |
|  |  | летом, какие сейчас); |  |
|  |  | — беседа о том, почему цветущих расте- |  |
|  |  | ний осталось так мало |  |
|  | Игры «К дереву беги», «Найди | — закрепление названий деревьев, кус- |  |
|  | лист по образцу», «Найди | тарников; |  |
|  | кустарник (дерево, цветок, тра- | — уточнение их видовых отличий |  |
|  | ву) по описанию». |  |  |
|  | Наблюдение за птицами | — закрепить понятия «кормушка», «скво- |  |
|  |  | речник»; |  |
|  |  | — закрепить знания о птицах; |  |
|  |  | — вспомнить понятия «перелётный пти- |  |
|  |  | цы» и «зимующие птицы» |  |
|  | Труд в природе | — сбор семян на клумбе, пересадка одно- |  |
|  |  | летних цветов в горшки (герань) |  |
|  | Целевая прогулка «К Берёзке» | — продолжать знакомить детей с деревь- |  |
|  |  | ями, их строением, внешним видом; |  |
|  |  | — формировать наблюдательность; |  |
|  |  | — рассказать о роли берёзы в жизни чело- |  |
|  |  | века (берёзовый сок, берёзовые почки, бе- |  |
| **-НОЯБРЬ** |  | реста) |  |
| Наблюдение за деревьями | — дать определение: Что такое листопад?; |  |
|  | — изучение контрастных по окраске ли- |  |
|  | стьев деревьев |  |
| Исследование: Какое дерево | — развивать наблюдательность и интерес |  |
| **ОКТЯБРЬ** | останется без листьев раньше |  |  |
|  |  |  |
|  | других? |  |  |
|  | Наблюдение за птицами: Какие | — закрепить знания о зимующих птицах |  |
|  | птицы остались зимовать? |  |  |
|  | Наблюдение за травами: Как | — уточнить знания детей о сезонных из- |  |
|  | они изменились? | менениях в природе |  |
|  | Игры на прогулках: «Что сна- | — уточнить знания о деревьях |  |
|  | чала, что потом», «С какого де- |  |  |
|  | рева листок», «К дереву беги», |  |  |
|  | «Цепочка слов»(дети называют |  |  |

|  |
| --- |
| **ДЕКАБРЬ** |

|  |
| --- |
| **ЯНВАРЬ** |

|  |  |
| --- | --- |
| деревья, кустарники, птиц, яго- |  |
| ды) |  |
| Труд в природе | — сбор природного материала для поде- |
|  | лок: шишек, веточек, листьев |
| Цикл наблюдений «В гости к | — закрепить знания об особенностях ели; |
| ёлочке» | — познакомить с понятиями: «хвоя», |
|  | «вечнозелёная», «иголки»; |

— рассказать о пользе ели;

— вспомнить песни и стихотворения о ели

Обзорная экскурсия по эколо-— познакомить с зимними явлениями в

|  |  |
| --- | --- |
| гической тропе «Здравствуй, | неживой природе. |
| зимушки — зима!». |  |
| Наблюдение за снегом | — исследование снега: холодный, рассып- |
|  | чатый, липкий, белый, грязный; |
|  | — проведение опыта «Как вода превраща- |
|  | ется в лёд»; |
|  | — изготовление цветных льдинок |
| Труд в природе | — уборка участка от снега; |
|  | — постройка снежных горок, снеговиков, |
|  | снежных поделок |
| Игры на прогулке | — «Кто мороза не боится»; |
|  | — «Опиши, а я отгадаю» (птицы у кор- |
|  | мушки); |
|  | — »Кто знает, пусть продолжает», |
|  | — «Следопыты» (птичьи следы, кошачьи, |
|  | собачьи) |
| Столовая для птиц | — развешивание кормушек; |
|  | — наблюдение за птицами, прилетающи- |
|  | ми к кормушке; |
|  | — подкормка птиц зерном, семечками |
|  | и т. д. |
| Сравнение ели и сосны | — закреплять умение сравнивать знако- |
|  | мые предметы: у сосны иголки более |
|  | длинные, мягкие и светлые; шишки корот- |
|  | кие, округлые; сосна выше ели и т. д. |
| Наблюдения за свойствами сне- — во время снегопада рассмотреть сне- | |
| га | жинки через увеличительное стекло, опре- |
|  | делить форму, сосчитать лучи; |
|  | — полюбоваться красотой снежинок, при- |
|  | думать, на что они похожи; |
|  | — послушать, как скрипит снег, опреде- |
|  | лить в какую погоду он скрипит |
| Наблюдения за птицами: во- | — сравнить поведение птиц у кормушек, |
| робьями, синицами, воронами, | их внешний вид; |
| сороками. | — продолжать подкармливать птиц у кор- |
|  | мушек |
| Исследование «Где быстрее | — внести в группу два стаканчика со сне- |
| растает снег» | гом, один укутать в рукавицу. Понаблю- |
|  | дать, где быстрее растает снег. |
| Труд в природе | — подкормка птиц; |
|  | — уборка снега; |
|  | — создание построек из снега; |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | — в сильный снегопад «помочь» некото- |  |
|  |  | рым деревьям, стряхнув часть снега с ве- |  |
|  |  | ток. |  |
|  | Целевая беседа: «Зимующие | — обобщить наблюдения за зимующими |  |
|  | птицы» | птицами; |  |
|  |  | — воспитывать у детей заботливое отно- |  |
|  |  | шение к животным |  |
|  | Целевая прогулка «В гости к | — обобщить основные признаки зимы |  |
|  | деревьям» |  |  |
|  | Наблюдения за сугробами | — закрепить знания детей: откуда берутся |  |
|  |  | сугробы? (В метель ветер наметает снег, |  |
|  |  | который задерживается на возвышенных |  |
| **ФЕВРАЛЬ** |  | местах) |  |
| Наблюдение за ветром | — закрепить знания детей и расширить |  |
|  |  |
|  |  | словарный запас: зимний ветер злой, ле- |  |
|  |  | дяной, колючий, холодный, лютый |  |
|  | Наблюдение за птицами | — проведение исследования: в одну кор- |  |
|  |  | мушку насыпать зерно, семечки, кусочки |  |
|  |  | сала, а в другие — только хлеба. Пона- |  |
|  |  | блюдать какие птицы будут прилетать к |  |
|  |  | этим кормушкам. |  |
|  | Игры на прогулках: | «Что изменилось», «Следопыты» (срав- |  |
|  |  | нить следы вороны и воробьёв), «Найти по |  |
|  |  | названию», «Когда это бывает» |  |
|  | Труд на прогулках: | — расчистка дорожек от снега; |  |
|  |  | — подкормка птиц |  |
|  | Исследование «Как узнать рас- | — продолжать учить детей сравнивать ос- |  |
|  | тение» | новные признаки деревьев и кустарников, |  |
|  |  | — продолжать учить выявлять их отличи- |  |
|  |  | тельные признаки; |  |
|  |  | — продолжать изучать части растения |  |
|  | Экскурсия по экологической | — развивать наблюдательность: поиск |  |
|  | тропинке «Здравствуй, весна!» | первых признаков весны (оседание снега у |  |
|  |  | стволов деревьев, почки на сирени, со- |  |
|  |  | сульки на солнечных сторонах крыш |  |
|  |  | и т. д.) |  |
|  | Наблюдение за снегом | — развивать наблюдательность: иногда |  |
| **МАРТ** |  | снег идёт вместе с дождём, снежный по- |  |
|  | кров стал серым, в тёплую погоду снег |  |
|  |  |  |
|  |  | липкий.– расширять словарный запас: что |  |
|  |  | такое наст |  |
|  | Наблюдение за сосульками | — развивать наблюдательность: сравнение |  |
|  |  | сосулек на солнечной стороне здания и на |  |
|  |  | теневой |  |
|  | Наблюдение за деревьями | — развивать наблюдательность: почему |  |
|  |  | около стволов деревьев появились ворон- |  |
|  |  | ки? |  |
|  | Наблюдение за птицами | — развивать наблюдательность: все чаще |  |
|  |  | слышны голоса птиц, которые чувствует |  |
|  |  | приближение весны |  |
|  | Исследование: подставить ла- | — выяснить, стало ли солнышко пригре- |  |
|  | дошку под солнечные лучи | вать |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Исследование: сбор обломан- | — наблюдение в группе за ветками, по- |  |
|  | ных ветром веток | ставленными в воду, и за ветками деревьев |  |
|  |  | на участке |  |
|  | Игры на прогулках | — «К дереву беги»; |  |
|  |  | — «Летают — не летают»; |  |
|  |  | — «Следопыты»; |  |
|  |  | — «Найди по описанию» |  |
|  | Труд в природе | — уборка снега на участке, посыпание до- |  |
|  |  | рожек песком. |  |
|  | Целевая прогулка по экологи- | — учить видеть красоту природы, наслаж- |  |
|  | ческой тропе | даться ею, стремиться её сохранить |  |
|  | Исследование «Что происходит | — развивать наблюдательность: как изме- |  |
|  | с почками» | няются почки на ветках? |  |
| **АПРЕЛЬ** | Наблюдение за капелью | — обогащение словаря: что значит выра- |  |
|  | жение «звенит капель»? Почему это явле- |  |
|  |  |  |
|  |  | ние природы называется «капель»? |  |
|  | Игры на прогулке: | — «Найди дерево по описанию»; |  |
|  |  | — «Загадай — мы отгадаем»; |  |
|  |  | — «Съедобное — несъедобное»; |  |
|  |  | — «Птички» |  |
|  | Труд в природе | — уборка старых листьев и травы; |  |
|  |  | — подготовка рассады для огорода |  |
|  | Экскурсия по экологической | — найти признаки весны: изменение цвета |  |
|  | тропе | неба, количество солнечных лучей, таяние |  |
|  |  | сосулек, капель, появление проталин, на- |  |
|  |  | бухание почек на деревьях и кустарниках, |  |
|  |  | появление зелёных листочков |  |
|  | Наблюдение за лужами и ручь- | — развивать наблюдательность: откуда |  |
|  | ями | берутся лужи? (Отметить повышение тем- |  |
|  |  | пературы днём, которое приводит к тая- |  |
|  |  | нию снега, а следовательно, к образова- |  |
|  |  | нию луж и ручейков) |  |
|  | Наблюдение за птицами. | — развивать наблюдательность: какие но- |  |
|  |  | вые птицы появились на участке; каких |  |
| **МАЙ** |  | птиц не стало видно |  |
|  |  |  |
| Наблюдение за насекомыми: | — развивать наблюдательность: Как дви- |  |
|  |  |
|  | лужайка с насекомыми» | гаются? В каких местах их больше |  |
|  |  |  |  |
|  | Целевая прогулка «На лужок» | — развивать наблюдательность: Наблю- |  |
|  |  | дение за травами и цветами на лугу |  |
|  |  |  |  |
|  | Труд в природе | — подготовка клумб, рыхление почвы, |  |
|  |  | посадка семян цветов в землю; |  |
|  |  | — подготовка грядок для высаживание |  |
|  |  | рассады |  |
|  |  |  |  |
| **ИЮНЬ** | Экскурсия на лужок | — продолжать наблюдать за одуванчиком |  |
| Цикл наблюдений «сосна летом». | — определить связь дерева с другими рас- |  |
|  |  |
|  |  | тениями и животными; |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | — познакомиться с лечебные свойства де- |  |
|  |  | рева |  |
|  | Труд в природе | — уборка мусора (фантиков, бумажек) на |  |
|  |  | экологической тропинке; |  |
|  |  | — полив цветов на клумбе; |  |
|  |  | — сезонные работы на огороде |  |
|  | Наблюдение за листьями де- | — продолжать учить сравнивать основные |  |
|  | ревьев и кустарников | признаки деревьев: сравнение их по цвету, |  |
| **ИЮЛЬ** |  | форме |  |
| Цикл наблюдений за божьими | — учить наблюдательность; |  |
| коровками | — выделить основные признаки божьей |  |
|  | коровки; |  |
|  |  | — повторить признаки насекомых |  |
|  | Труд в природе | — полив цветов на клумбе; |  |
|  |  | — сезонные работы на огороде |  |
|  | Экскурсия на лужок | — беседа о насекомых и наблюдение за |  |
| **АВГУСТ** |  | ними |  |
| Экскурсия по экологической | — поиск признаков лета |  |
| тропе «В гостях у лета» |  |  |
|  |  |  |
| Труд в природе | — полив цветов на клумбе; |  |
|  |  |
|  |  | — сезонные работы на огороде |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Календарное планирование труда в природе** |
| **Месяц** | **Мероприятия** |
| **ЯНВАРЬ** | Подготовка почвы для выращивания рассады. |
|  | Подготовка тары для посева рассады. |
|  | Проверка семян на всхожесть. Для этого влажный лист бумаги склады- |
|  | вают гармошкой, в каждую «борозду» насыпают не менее 3 семян и по- |
|  | мещают в тёплое место, пока семена не прорастут. |
|  | Посадка лука, полив лука (мл. гр.). |
| **ФЕВРАЛЬ** | Необходимо определить какие семена будите сажать приго- |
|  | товить их. |
|  | Посев на рассаду семян кукурузы. |
|  | Посев рассады высокорослых и среднерослых томатов. |
|  | Самостоятельный полив растений (стар., подг. гр.), уход за посадками. |
| **МАРТ** | Посев на рассаду семян лука-порея и лука-чернушки. |
|  | Посев среднепоздних сортов капусты. |
|  | Опрыскивание растений совместно с воспитателем. |
|  | Уход за посадками, рыхление, полив, пикировка (стар. гр.). |
| **АПРЕЛЬ** | Когда стает снег и земля чуть подсохнет, следует начинать готовить |
|  | почву для посева семян овощных культур. Необходимо пробороновать |
|  | граблями все грядки, перекопанные осенью или вскопать заново. |
|  | Посев на рассаду семян огурцов. |
|  | Посев на рассаду семян кабачков, тыквы. |
|  | Подготовка теплиц под огурцы и томаты и патиссонов. |
|  | Посев гороха и бобов. |
|  | Опрыскивание растений совместно с воспитателем, пересадка, рыхле- |
|  | ние. |
|  | Выращивание рассады уличных цветов. |
| **МАЙ** |  |
|  | Посадка в открытый грунт рассады ранней белокочанной |
|  | капусты мартовского посева. |
|  | В открытый грунт на тёплую грядку высеваются огурцы семенами или |
|  | высаживаются рассадой. |
|  | Высадка в открытый грунт рассады кабачков, тыквы и патиссонов ап- |
|  | рельского посева. |
|  | Посев в открытый грунт семян кабачков, тыквы и патиссонов. |
|  | Посев репы и редьки для летнего потребления. |
|  |  |
|  | Посев свёклы и моркови. |
|  | Посадка картофеля. |
|  | Высаживаем рассаду или сеем семена теплолюбивых зелёных культур. |
|  | Посев семян фасоли. |
|  | Необходимо также проводить уход за растениями (рыхления, полив, |
|  | прополка). Поливать всегда лучше вечером, водой, отстоявшейся в боч- |
|  | ке на солнце. |
|  | Поставить опоры для гороха, фасоли и томатов. |
| **ИЮНЬ** | Повторный посев редиса, редьки, укропа и салата. |
|  | Подвязать огурцы (по необходимости). |
|  | Огурцы в фазе пятого-шестого настоящего листа следует прищипнуть в |
|  | конце плети, в целях развития боковых плетей, |
|  | Окучить картофель, прорыхлить междурядья. |
|  | Проредить всходы моркови, свёклы. |

|  |  |
| --- | --- |
| **ИЮЛЬ** | Посев редьки для зимнего хранения. |
|  | Полив растений. |
|  | Уборка сорняков с грядок. |
|  | Частичный сбор огурцов. |
| **АВГУСТ** | Уборка лука. |
|  | Полив растений. |
|  | Рыхление почвы. |
|  | Частичный сбор помидоров. |
| **СЕНТЯБРЬ** | Уборка картофеля. |
|  | Уборка моркови и свёклы. |
|  | Совместно с воспитателем собирать природный материал и расклады- |
|  | вать в коробки по видам (мл. гр.). |
|  | На участке совместно с воспитателем уборка опавших листьев, пересад- |
|  | ка цветущих растений. |
|  | Сбор семян для зимней подкормки птиц. |
|  | Сбор природного материала для поделок. |
|  | Сбор красивых листьев для букета в природный уголок. |
| **ОКТЯБРЬ** | Продолжение уборки овощей: сельдерея (корнеплодов), петрушки (кор- |
|  | неплодов), репы. |
| **НОЯБРЬ** | Подготовка теплиц к зиме (вскапывание грядок). |
|  | Помогать воспитателю в уборке сухих листьев на участке (мл. гр.). |
|  | Установка кормушек, подкормка птиц. |
| **ДЕКАБРЬ** | Подкормка птиц. |
|  | Уход за комнатными растениями (обрезка сухих листьев, полив). |
|  | Посев овса, салата, посадка лука в уголке природы (стар. гр.). |

|  |  |
| --- | --- |
| **Распределение функций между сотрудниками ДОУ** | |
|  | **для работы на экологической тропе** |
|  |  |
| **СПЕЦИАЛИСТ** | **ОСНОВНЫЕ ФУНКЦИИ СПЕЦИАЛИСТА** |
|  |  |
| *Воспитатель* | — создание предметно-развивающей среды |
|  | — разработка экопроектов, наблюдений, опыты |
|  | — подбор животных, растений, уход за ними |
|  |  |
|  | — коррекционная работа по итогам диагностики |
|  | — проведение праздников, развлечений |
|  | — работа с семьёй |
|  |  |
| *Медицинская сест-* | — профилактическая работа с детьми и родителями |
| *ра* | — пропаганда ЗОЖ |
|  | — проведение бесед по валеологии |
|  | — контроль реализации комплекса оздоровительных мероприятий с |
|  | детьми |
|  | — консультативная помощь для всех специалистов ДОУ |
|  |  |
| *Педагог-психолог* | — наблюдение и анализ психоэмоционального состояния дошкольни- |
|  | ков |
|  | — анализ методик, программ, занятий с целью соответствия их уровню |
|  | развития детей. Нагрузка на дошкольников |
|  | — проведение диагностики и коррекционной работы |
|  | консультации для родителей и работников ДОУ |
|  |  |
| *Музыкальный ру-* | — разработка сценариев познавательных праздников, развлечений, уро- |
| *ководитель* | ков здоровья и т. д. |
|  | — привлечение специалистов к участию в утренниках |
|  | — отбор с логопедом речевого материала для использования в работе с |
|  | детьми |
|  | — обеспечение музыкального сопровождения познавательных занятий |
|  | — подбор видео, аудиозаписей для работы воспитателя |
|  |  |
| *Старший воспитатель* | — координация работы специалистов в области экологического образо- |
|  | вания развития элементарных естественнонаучных представлений у де- |
|  | тей в ДОУ |
|  | — организация выбора программы совместно со специалистами и опре- |
|  | деление путей её реализации |
|  | — проведение мониторингов деятельности коллектива |
|  | — организация семинаров, встреч, совещаний и пр. |
|  | — обеспечение внешних взаимосвязей с образовательными учреждениями посёлка и района. |
|  | — организация курсовой подготовки |
|  | — распостраненение опыта работы |
|  | — ознакомление сотрудников с имеющимися экологическими про- |
|  | граммами и методиками |
|  | — организация работы в ДОУ по созданию эколого-развивающей среды |
|  | — участие в диагностике, анализ и коррекция работы со всеми специа- |
|  | листами ДОУ |
|  | — организация работы с родителями |
|  |  |
|  |  |

*Заведующий ДОУ* — организация образовательного процесса — экологического образо-вания и развития элементарных естественнонаучных представлений у детей дошкольников

— обеспечение преемственности со школой

— решение материального обеспечения инновационного процесса

— координация работы с департаментом образования, другими учреж-дениями

— подведение итогов работы коллектива

**Работа с родителями:**

Работа с родителями требует тщательного, непрерывного и системного подхода. Большую роль здесь играет информация, которую несут педагоги в семью. Отбор инфор-мации должен происходит тщательно. Абстрактные сведения о глобальных экологических проблемах родителей, как правило, не интересуют, а катастрофы и катаклизмы даже от-торгают принятие информации.

Мы будем стараться предоставлять сведения, лично значимые для родителей, осно-ванные на конкретных примерах из жизни. Красочно оформленная, опосредованная ин-формация вполне может изменить точку зрения или, хотя бы, заставит задуматься о про-исходящем.

* + каждой группе детского сада будет оформлена экологическая страничка и стра-ничка элементарных естественнонаучных представлений у детей с целью заинтересовать родителей, привлечь их к совместной деятельности, т.к. это способствует эмоциональному сближению детей и родителей, даёт возможность ребятам почувствовать себя взрослыми,
* папе и маме — лучше понять мир ребёнка.

Совместная деятельность имеет разнообразные формы: это встречи у фонтана (в экологической лаборатории), «полёты в космос», походы и экскурсии с различной тема-тикой. Будет, применяется такая форма работы, как анкетирование. Анализ анкет позво-лит составить прогнозы, выработать стратегию и тактику, определить коррекционную ра-боту

**Использованная литература:**

1. Воланский Б.Г., Бендер К.И. «Лекарственные растения в научной и народной ме-дицине», М.:-1972г.
2. Волина В. «Пословицы, поговорки, ребусы», М.:— 1997
3. Гром И.И. «Растения витаминоносители», М.: — 1970
4. Дыбина О.В., Рахманова Н.П., Щетинина В.В. Неизведанное рядом: Опыты и экс-перименты для дошкольников/ Под ред. О.В. Дыбиной. — М.: ТЦ Сфера, 2010. — (Ребё-нок в мире поиска)
5. ж. «Дошкольное воспитание» 2001 г. № 3, № 7, № 10; ст. Н. Рыжова «Здравствуй, дерево»
6. Масленникова О.М., Филиппенко А.А. Экологические проекты в детском саду/ Масленникова О.М , Филиппенко А.А. — Волгоград: Учитель, 2011
7. Машкова С.В. и др. Познавательно — исследовательские занятия с детьми на эко-логической тропе / С.В. Машкова и др. — Волгоград: Учитель, 2011
8. Николаева С.Н. Методика экологического воспитания в детском саду / С.Н.Николаева. — Москва. «Просвещение», 2000г. Приложение 1
9. Николаева С.Н. Юный эколог. Программа экологического воспитания в детском саду / Под ред. С.Н.Николаевой. — Москва «Мозаика — синтез» 2010
10. Петров В.В. «Растительный мир нашей родины», М: — 1991
11. Рыжова Н.А. «Развивающая среда дошкольных учреждений», М.: — 2003
12. Смирнова В.В., Балуева Н.И., Парфенова Г.М. «Тропинка в природу», 2001
13. Шишкина В.А., Дедулевич М.Н. « Прогулки в природу», 1999

**Приложение**

**Т.1**

**БЕРЕЗА**

Берёза повислая — дерево из семейства Бере-зовых (Betulaceae) высотой до 25м. Замечательной особенностью дерева служит белая кора её стволов. Кроме берёзы, природа никого не наделила такой за-мечательной корой. Крона часто плакучая за счёт то-го, что ветви повислые (отсюда и название растения).



Листья очередные, ромбически-яйцевидные, с клиновидными основаниями, голые, кожистые, два-жды пильчатые по краям, с короткими черешками. Цветки мелкие, невзрачные, раздельно-полые, собра-ны в разнополые соцветия-серёжки, расположенные на одном и том же дереве, т. е. растение однодомное. Опыление осуществляется ветром. Ветром же разно-сятся и односемянные плоды-орешки с двумя специ-

альными выростами (крыльями), облегчающими их летучесть.

Она сразу вырастает густой чащей на освободившихся площадях. Листья у неё мелкие, поэтому берёзовые леса всегда светлые. Под их пологом легко поселяются хвой-ные породы, им вполне хватает света. Постепенно эти поселенцы перерастают берёзу и затеняют её. А берёза очень светолюбива, поэтому не может долго жить в густой тени хвойных пород. Так и происходит смена лесов. Берёзовые леса, как правило, временные. Да и живёт берёза недолго, редкие деревья достигают 90—100-летнего возраста.

Распространение:

Берёза повислая имеет обширный ареал, расположенный в умеренном и холодном поясах Евразии. В России она распространена по всем лесным и лесостепным районам, образуя чистые насаждения или примешиваясь к другим породам. Берёза — любимое многими россиянами дерево. Её широко разводят в населённых пунктах и придорожных насаждениях.

Хозяйственное значение и использование человеком.

* старой русской песне так говорится о четырёх делах берёзы: Первое дело — мир освещать, Второе дело — крик утишать, Третье дело — больных исцелять, Четвёртое дело — чистоту соблюдать.

Есть старинная русская загадка про берёзу: с одного дерева да четыре угодья: пер-вое — от тёмной ночи свет (лучина), второе — некопаный колодец (берёзовый сок), третье — старому здоровье (банный веник), четвёртое — разбитому связь (береста).

Действительно, берёзовые лучины, дающие яркое пламя почти без копоти и искр, долго были на Руси основными светильниками. Дёгтем из её коры смазывали оси колёс у телег и тарантасов, чтобы они не скрипели и лучше вращались. Лекарственными свойст-вами у берёзы обладают прежде всего почки, которые собирают весной, когда они ещё не распустились. Лекарства из почек обладают мочегонными, желчегонными и отхаркиваю-щими свойствами. Их назначают при болезнях почек, печени, желчного пузыря, дыха-тельных путей. А вот что чистоту помогают обеспечивать берёзовые веники и метла, по-нятно каждому россиянину. Веники из берёзы используют не только для подметания, но и незаменимы в банях. Они значительно усиливают целебное и гигиеническое действие банных процедур.

* + песне не сказано об основной пользе берёзы — её ценной древесине. Она доста-точно прочная, а главное — имеет красивый рисунок, поэтому высоко ценится при изго-товлении мебели и отделочной фанеры. Наружную часть коры, бересту, люди используют

не только для перегонки на дёготь. На ней северные славяне писали, и их берестяные гра-моты дошли до нас с XI—XV веков. Сейчас из бересты делают сувениры.

Берёза имеет и пищевое значение. Речь идёт о берёзовом соке, который добывают ранней весной, когда он поднимается по стволу вверх, надрезая кору и собирая вытекаю-щий сок в посуду. Иногда в стволе пробуравливают отверстия глубиной от 1 до 5см, в ко-торые вставляются трубочки или делаются канавки, по которым сок стекает в подвешен-ную посуду. В течение примерно 10 дней сок течёт из каждого отверстия, за один день натекает от 1 до 5 л сока в зависимости от погоды и температуры.

Берёзовый сок содержит моносахара, органические кислоты, белки и ростовые ве-щества, соли калия, железа, кальция. Это прекрасный освежающий напиток, укрепляю-щий организм, обладающий приятным вкусом. Необходимо подчеркнуть, что сбор сока желательно вести только на лесосеках, используя деревья, подлежащие вырубке, так как любая операция, связанная с повреждением коры, неизбежно ведёт к ослаблению и забо-леванию дерева.

Из Березовой древесины по специальной технологии получают так называемый ак-тивированный уголь, обладающий сильной адсорбирующей способностью. Он находит широкое применение при оказании скорой помощи в случаях отравлений ядовитыми ве-ществами. Помогает активированный уголь и больным желудочно-кишечными заболева-ниями с повышенным газообразованием. Через уголь в России издавна фильтровали луч-шие сорта водки. Великий русский химик Д. И. Менделеев предложил заполнять активи-рованным углем из берёзы коробки противогазов, что спасло жизнь тысячам российских солдат первой мировой войны, подвергшимся газовым атакам немцев.

Берёза — одно из лучших деревьев для озеленения городов и посёлков

Древесина берёзы

Главной ценностью берёзы является её малотребовательность, а именно она обла-дает свойством возобновлять свой рост в различных условиях. Берёза обширно использу-ется в народном хозяйстве, а также из неё получают сырьё высокого качества для различ-ных отраслей промышленности. Цвет древесины — белый. Плотная тяжёлая древесина берёзы очень прочная и имеет хорошее сопротивление раскалыванию. Качество древеси-ны отличается у разных видов берёзы. Древесина хорошо полируется, легко обрабатыва-ется и обладает свойствами упругости и однородности. Из древесины изготавливают пар-кет, лыжи, фанеру, токарные изделия. Особую ценность представляет древесина карель-ской берёзы, которая имеет извилисто-узловатое расположение волокон.

Древесина берёзы обладает высокими физическими и механическими свойствами. Сама древесина довольно гладкая и имеет однородную структуру. Также обладает бледно-коричневым ядром и имеет широкую бело-кремовую заболонь. Древесине берёзы можно легко придать вид, который будет подобен ценным породам деревьев, из-за этого свойства берёзу широко применяют при отделке интерьера деревянного дома. Древесина очень твёрдая и прочная, в особенности при ударных нагрузках, однако дерево не переносит большое обилие влаги и при высокой влажности начинает гнить, тем самым ограничивая своё использование в строительстве домов из дерева.

Для того чтобы получить высококачественную древесину берёзу срубают в шести-десяти-восьмидесяти и даже столетнем возрасте. Однако на дрова берёза пригодна при-мерно в сорока-шестидесятилетнем возрасте. Для строительства домов древесина берёзы не пригодна из-за загнивания благодаря развитию грибка.

Другой ценностью берёзы является береста: она имеет высокую прочность, а также

* ней содержатся, смолисты вещества, которые защищают бересту от гниения даже в зем-ле. Именно благодаря свойству не гниения до наших дней сохранились так называемые берестяные грамоты — древнерусские документы 11-15 веков, которые были нацарапаны на бересте. Бересту также использовали для изготовления прочных и в то же время лёгких ладей. Издавна в России использовали берестяные коробы, утесы и другие вещи.

Иногда на корнях, стволах, крупных сучьях берёзы образовывались наросты, так называемый кап, который имеет на разрезе красивый и в то же время сложный рисунок. Издавна обработанный кап применяли для изготовления шкатулок, портсигаров, табаке-рок, а также декоративной мебели. Продукты, получаемые из особого вида капа — «птичьего глаза» — имели такую же цену, как и золотые.

Берёза не требовательна ни к химическому составу почвы, ни к физическому строению, пи к характеру гумуса, пи к мощности корнепроницаемого слоя и пр. Вследст-вие этого берёзу мы можем найти и на бедных песчаных почвах, и на суглинках на севере, встречается она и на чернозёме в южной полосе, образуя чистые насаждения. В отноше-нии влажности почвы берёза также очень неприхотлива. Наряду с сосной мы её встретим

* на сухих песчаных почвах, правда, не на высоких дюнах, растёт она и на сфагновых бо-лотах, и на иловато-болотных почвах, являясь иногда спутником чёрной ольхи. Другими словами, мы можем отметить не только приспособляемость берёзы к почвам различной влажности, но и неприхотливость по отношению к характеру грунтовых вод, — развива-ется она и на застойных водах сфагнового болота, и на проточных лугового болота.

Берёза обладает огромною семенною производительностью: семенные годы насту-пают рано (в 10—15 лет) и повторяются ежегодно; количество семян доходит до колос-сальной цифры — 50 млн. в год на гектар, но всхожесть этих семян из-за массы вредите-лей невелика (15% в среднем) и сохраняется недолго, редко до весны следующего года. Благодаря своей лёгкости семена разносятся на очень большие расстояния. Раннее насту-пление семенных годов, их чистота, лёгкость семян — все это содействует чрезвычайно быстрому распространению этой породы. Берёза даёт поросль от пня, сохраняя эту спо-собность на хороших почвах до 80 лет; вследствие этого вырубка березняков не очень старых обеспечивает это место за берёзой.

Быстрота роста в молодые годы—свойство, которое обычно параллельно со свето-любием, — даёт берёзе возможность быстро перегонять в росте других представителей и, таким образом, не страдать от затенения.

* + отношении климата берёза является достаточно устойчивой породой. Правда, однолетние её всходы очень нежны, страдают и от мороза и от солнцепёка, но уже со вто-рого года, когда берёза начинает быстро прирастать в высоту, всходы становятся устойчи-выми. Выносит берёза и малую влажность воздуха. Ветер оказывает на берёзу неблаго-приятное влияние, — она час-то страдает от ветровала из-за поверхностно! развитой кор-невой системы и неглубокого стержневого корня.

Берёза относится\* к деревьям первой величины, достигая 35 м высоты. Предель-ный возраст её в насаждении невысок — около1 150 лет, но отдельные деревья живут и до, 500 лет.

Большинство видов берёз — деревья высотой 30—45 м, с обхватом ствола до 120— 150 см, некоторые виды — кустарники от крупных до мелких, вплоть до стелющихся, ед-ва приподнимающихся над землёй. Все представители рода — однодомные, раздельнопо-лые, ветроопыляемые (анемофильные) растения.

Корневая система берёз мощная, в зависимости от вида и условий произрастания либо поверхностная, либо, что чаще, уходит косо вглубь. Стержневой корень проростка отмирает очень быстро, зато боковые корни развиваются мощно и богаты тонкими мочко-видными корешками. Берёза растёт медленно только в первые годы. Потом, наоборот, на-чинает расти быстро, и это обеспечивает ей победу над конкурирующей травянистой рас-тительностью.

Кора у большей части берёз белая, желтоватая, розоватая или красновато-бурая, у некоторых видов серая, коричневая или даже чёрная. Полости клеток пробковой ткани на стволах заполнены белым смолистым веществом — бетулином, который придаёт коре белую окраску. Внешняя часть — берёста — обычно легко отслаивается лентами. У ста-рых деревьев нижняя часть ствола нередко покрывается тёмной коркой с глубокими тре-щинами.

Листья берёзы очерёдные, цельные, по краю зубчатые, яйцевидно-ромбические или треугольно-яйцевидные, моносимметричные, с широким клиновидным основанием или почти усечённые, гладкие, до 7 см длиной и 4 см шириной, перед опаданием желтеют. Молодые листья клейкие. Жилкование листовой пластинки совершенное перисто-нервное (перисто-краебежное): боковые жилки оканчиваются в зубцах.

Почки попеременные, сидячие, покрытые спирально расположенными, часто клей-кими чешуйками; боковые почки немного отстоящие.

*Распространение и экологическое состояние*

Многие виды берёзы — широко распространённые и важнейшие лесообразующие породы, во многом определяющие облик и видовой состав лиственных и хвойно-лиственных (смешанных) лесов в умеренной и холодной части Евразии и Северной Аме-рики. Есть среди берёз и кустарники. Самая известная из них Берёза карликовая (Betula nana) обычна в тундрах Европы и Северной Америки и горных тундрах Сибири. Она не достигает и 1 м в высоту. В ледниковый и послеледниковый период эта берёза была рас-пространена гораздо дальше на юг, сейчас она встречается там на болотах как реликт.

Большинство берёз очень морозостойки, не страдают от весенних заморозков, пе-реносят вечную мерзлоту, проникают далеко за Полярный круг или образуют верхнюю границу леса в горах (берёзовое криволесье на Кавказе). Более требовательны к теплу бе-рёзы субтропических районов (гималайско-китайские, некоторые японские и американ-ская Берёза речная (Betula nigra)).

* богатству почвы берёза не требовательна. Виды берёзы растут на песчаных и суглинистых, на богатых и бедных, на влажных и сухих почвах. Она встречается на сырых берегах рек и морей, на болотах, в болотистых тундрах, на сухих каменистых склонах, в знойных сухих степях. Так, например, Берёза Радде (Betula raddeana) образует леса, по-крывающие ущелья в горно-лесном поясе в горах Дагестана.

Большинство берёз светолюбивы, хотя есть и довольно теневыносливые (Берёза ребристая (Betula costata), Берёза шерстистая (Betula lanata) и Берёза жёлтая (Betula lutea)).

Многие виды берёзы — пионеры заселения вырубок, гарей, пустошей и обнажений (такова Берёза повислая (Betula pendula)): в этих местах нередко наблюдаются чистые бе-рёзовые насаждения (вторичные леса) в основном травяного типа, поэтому нередко берёзу относят к почвоулучшающим породам. В дальнейшем состав древостоя меняется: берёза вытесняется елью, так как еловая поросль может существовать под относительно светлым берёзовым пологом, а молодые берёзы затеняются елями и гибнут (см. Сукцессия).

В лесостепи на увлажнённых местах в блюдцеобразных понижениях берёза (зачас-тую вместе с осиной и изредка с ивой) образует небольшие леса, называемые колка́ми. Колки́ характерны для лесостепи Западной Сибири, встречаются на Окско-Донской рав-нине.

Род Берёза в коллекциях ботанических садов России в целом представлен 92 таксо-нами, исключительно в коллекциях открытого грунта. Крупнейшая коллекция рода нахо-дится в Главном ботаническом саду Российской Академии наук.

Продолжительность жизни берёзы, по разным данным, — 100—120 лет

150 (300) лет100—150 лет, отдельные деревья доживают до 400 лет и более.

На берёзе живут, среди других, гусеница бражника липового, пяденица берёзовая, малинница обыкновенная. Жук-олень — самый крупный жук Европы — обитает в древе-сине берёзы и других лиственных деревьев. Листьями берёзы питаются Майские жуки, и в отдельные годы, когда их численность особенно высока, они способны причинить серьёз-ный вред деревьям.

*Значение и применение*

Простая и трогательная красота берёзы сообщает ей высокую эстетическую цен-ность. Стройное белоствольное светлое дерево, дающее сквозистую тень, украшающее в любое время года всякий сельский вид, пользуется особой любовью в России. С давних лет берёза была образом России.

Ветвями берёзы украшают церкви и жилища на Троицу.

Листья дают с квасцами жёлтую краску для шерсти.

В пчеловодстве берёза важна как пыльценос.

Берёзовая лучина считалась в старину лучшей для освещения крестьянских изб — она горит ярко и почти без копоти.

Берёзовые веники заготавливаются как корм для домашнего скота, на зимний пе-

риод.

Берёза чаще других пород дерева используется при заготовке дров.

*Древесина*

Для получения крупного хорошего поделочного материала берёза срубается в 60— 80 и даже иногда в 100-летнем возрасте; на дрова же, считающиеся лучшим топливом, она пригодна уже в 40—60 лет. На постройки берёза мало годится, так как скоро загнивает благодаря развитию грибка.

Тяжёлая плотная берёзовая древесина довольно прочная, хорошо сопротивляется раскалыванию. Цвет — белый, с более жёлтым ядром. Используется для изготовления вы-сококачественной фанеры, лыж, мелких резных игрушек, прикладов огнестрельного ору-жия.

Наросты, изредка образующиеся на корнях, крупных сучьях или стволах берёз, — кап — на разрезе имеют своеобразный сложный и красивый рисунок. Обработанный кап издавна использовали для изготовления изящных поделок: шкатулок, табакерок, портси-гаров, декоративных деталей мебели. Особенно ценится карельская берёза, которая отли-чается очень сложной фактурой древесины. Изделия из «птичьего глаза» — особого вида капа, белого с чёрным рисунком — стоили столько же, сколько и золотые.

*Дёготь*

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.

*Берёста*

Верхний слой коры берёзы имеет собственное название — берёста, или береста́ (допустимы оба варианта написания и произношения).

Благодаря присутствию смолистых веществ берёста отличается чрезвычайной прочностью.

Берёста издавна применялась в народных промыслах для изготовления туесков, корзинок, коробок, ковшей, лукошек, другой кухонной утвари, простейшей обуви (лапти), служила материалом для письма (берестяная грамота).

Берёста прекрасно сохраняется в речных наносах, торфяниках, благодаря чему ака-демик В. Л. Янин открыл в Новгороде целый клад древнерусских рукописей.

Известно также множество древних китайских и санскритских текстов на берёсте.

* прежние времена употреблялась от малярии (которую называли перемежающей-ся лихорадкой).

Народности Севера и Дальнего Востока использовали берёсту для изготовления лодок и сооружения жилищ — чумов.

*Берёзовый сок*

Берёзы к концу вегетативного периода накапливают питательные вещества, в том числе сахара́. Весной, с началом сокодвижения (до распускания листьев), эти вещества начинают подниматься к листьям.

Сироп на основе берёзового сока берёзы бумажной (Betula papyrifera). США. Аля-

ска

Если на стволе сделать в это время надрезы, из них будет вытекать значительное количество сока (пасоки — жидкости, выделяющейся из перерезанных сосудов древесины стеблей или корней живых растений под влиянием корневого давления), содержащего от

0,43 до 1,13 % сахара. Явление вытекания наблюдается вслед за первыми оттепелями; в первые дни вытекание незначительно, но затем постепенно возрастает и, достигнув через некоторое время максимума, начинает постепенно убывать, а ко времени распускания по-чек совершенно прекращается. Длительность вытекания сока — несколько недель.

Сбор берёзового сока истощает дерево, к тому же через раны на коре в живые тка-ни могут проникнуть болезнетворные микроорганизмы, дерево может заболеть и в конце концов погибнуть. В связи с этим после сбора сока рекомендуется повреждения на коре замазывать варом или глиной.

Берёзовый сок идёт на приготовление разных напитков. Крупная берёза может дать

* сутки больше одного ведра сока. Сок иногда консервируют, подкисляя фосфорной ки-слотой. Упаренный берёзовый сок применяют для весенней подкормки пчёл[24].

*Медицинское применение*

Берёзу традиционно использовали в лечебных целях: настои из берёзовых почек и листьев — как мочегонное, бактерицидное и ранозаживляющее средство, а масляную вы-тяжку из берёзовых почек — как дерматологическое средство.

Из эфирного масла берёзы вишнёвой (Betula lenta) (путём перегонки коры и побе-гов с водяным паром) получают метилсалицилат.

Берёзовый дёготь — традиционное консервирующее и дезинфицирующее средство. Берёзовые веники в России традиционно использовали в лечебных и профилакти-

ческих целях в русской бане.

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

* + северных широтах берёзовая пыльца иногда является аллергеном, ответственным за проявление сезонной сенной лихорадки у людей с повышенной чувствительностью.

**Стихотворения про берёзу**

|  |  |
| --- | --- |
| **Берёза, Сергей Есенин** | **Берёза, Владимир Солоухин** |
| Белая берёза | В лесу еловом всё неброско, |
| Под моим окном | Приглушены его тона. |
| Принакрылась снегом, | И вдруг белым-бела берёзка |
| Точно серебром. | В угрюмом ельнике одна. |
| На пушистых ветках | Известно, смерть на людях проще. |
| Снежною каймой | Видал и сам я час назад, |
| Распустились кисти | Как начинался в дальней роще |
| Белой бахромой. | Весёлый, дружный листопад. |
| И стоит берёза |  |
| В сонной тишине, |  |
| И горят снежинки |  |
| В золотом огне. |  |
|  |  |
| **Загадки о берёзе** |  |
| Стоят в поле сестрицы — | На лесной опушке |
| Платьица белены, | Стоят подружки. |
| Шапочки зелены. | Платьица белёны, |
|  | Шапочки зелёны. |
| В белом сарафане |  |
| Стала на поляне. | Не заботясь о погоде, |
| Летели синицы, | В сарафане белом ходит, |
| Сели на косицы. | А в один из тёплых дней |
|  | Май серёжки дарит ей. |
| Разбежались по опушке |  |
| В белых платьицах подружки. |  |
|  |  |

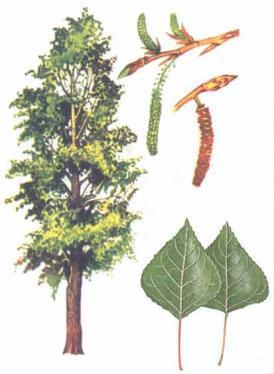
**Т.2**

**ТОПОЛЬ**

* природе большинство видов тополей произра-стает по долинам рек и по хорошо увлажнённым склонам. Осина (*Populus tremula*) кроме того, поселяется на солон-цах и на месте бывших дубовых и еловых лесов. Тополь разнолистный (*Populus heterophylla*) можно встретить на дюнных песках. В культуре тополя успешно растут на любых почвах.

Тополя требовательны к богатству и аэрации поч-вы, не выдерживают заболачивания.

Быстрый рост тополей продолжается до 40—60 лет, после чего замедляется. Некоторые виды доживают до 120—150 лет, но обычно растения рано поражаются различными грибковыми заболеваниями. В основном то-поля живут до 60-80 лет.



Крупные деревья высотой 40—45 м (до 60 м) и диаметром ствола более 1 метра. Крона шатровидная, яйцевидная, яйцевидно-пирамидальная или пирамидальная. Кора ствола трещиноватая, буровато-серая или тёмно-серая; ветвей — гладкая, серая или олив-ково-серая.

Древесина у тополей лёгкая, белая, мягкая, хорошо обрабатывается и используется очень широко в технических целях: как сырьё для бумаги, для получения искусственного шёлка, изготовления спичечной соломки, фанеры, простой мебели, пиломатериалов, тары, долблёных лодок и многого другого. Древесина также идёт на дрова и древесный уголь низкого качества, так как теплотворность дров тополя в 1,5 раза меньше теплотворности, например, берёзовых дров. В южных, малолесных районах древесина идёт на строитель-ство зданий. Древесина тополя длительное время использовалась также при постройке железных дорог в качестве шпал.

Из почек получают фиолетовую краску, из листьев — жёлтую.

Побеги с листьями служат веточным кормом для скота.

Зимой становится заметно относительно вертикальное положение ствола тополя, что и послужило широкому распространению тополя в озеленении улиц и аллей. Тополь растёт быстро и образует мягкую древесину, продолжая расти, даже если дерево ломается или отпиливается его верхняя часть.

* + связи со сравнительно быстрым ростом и образованием биомассы тополь наряду
* ивой используется всё активней в качестве регенеративного источника энергии для про-изводства горючего (этанол) и получения тепла (сжигание). Недавние исследования пока-зали, что ещё больше ускорять рост тополей способны некоторые виды эндофитов[15].
  + настоящее время в США, Канаде, ЕС и Китае проводятся полевые испытания ге-нетически модифицированного тополя с целью улучшения качества древесины, устойчи-вости к вредителям и усвоения и накопления тяжёлых металлов для санации почвы.

Разные виды тополя (особенно Тополь чёрный) во время цветения дают медонос-ным пчёлам пыльцу-обножку[16].

Дерево «*Kenand Merry*» в окрестностях японского посёлка Биэй на острове Хок-

кайдо.

* + некоторых среднеазиатских странах обычай: при рождении сына отец рассажи-вает тополя для того чтобы сын, когда вырос, из готового сырья построил себе дом

**Стихотворения о тополе:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Под тополем** |  |
| Глафира Галина | **Летний снег** |
| Шёпот тополя весною | Бэла Белова |
| Я задумчиво ловлю... | Встал Андрейка |
| Будто слышу над собою | Раньше всех, |
| Чьё-то робкое «люблю»... | Выглянул с балкона |
| Диким мёдом и цветами | И увидел |
| Пахнет свежая листва, | Белый снег |
| И туманится мечтами, | На траве зелёной! |
| И кружится голова. | Летом — снег? Ой, скорей, |
|  | Надо торопиться. |
|  | Он от солнечных лучей |
|  | Может растопиться! |
|  |  |

**Т.3**

**ПОЛЯНА СКАЗОК**





**Т.4**

**МУРАВЕЙНИК**

**Муравейник** (муравьиное гнездо) —назва-ние гнезда муравьёв, которое, как правило, заметно своей надземной частью, представляющей собой кучу из кусочков листьев, хвои, веточек и земли (является надземной частью муравьиного гнезда, которое состоит из сложной системы ходов и ми-ниатюрных сооружений).



Размер муравейника у разных видов может быть от жёлудя (*Leptothorax*, *Temnothorax*) до двух-метровых куполов лесных муравьёв рода *Formica*. Муравейники бывают земляные, древесные (в пнях

* стволах, *Camponotus*), из растительных остатков (хвоинки, веточки), из живых листьев (например у муравьёв-ткачей рода *Oecophylla*). В крупных муравейниках рыжих лесных муравьёв и американских муравьёв-листорезов рода *Atta* могут жить до пяти миллионов насекомых. Срок существования муравейника может быть от нескольких лет до веков. Как правило, муравейник сооружён из еловых иголок, листьев и мелких веток. Подземная часть сооружения с ходами и камерами уходит в землю на глубину до двух метров. Под вечер для сохранения тепла выходы проходов закупориваются смолой. Муравейники очень хрупки.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Е. Николаева** |  | **Г. Шмонов** |
| Долго дом из хворостинок |  | Мы вчера в лесу сосновом |
| Собирали для семьи, |  | Повстречали **муравья** - |
| Не жалея ног и спинок, |  | У него там дом огромный, |
| Непоседы **муравьи**. |  | И большущая семья! |
| **С. Островский** |  | **Е. Аксельрод** |
| **Муравьишка** на весь лес |  | Кличет войско **муравьишка**: |
| Знаменит — тяжеловес. |  | -На дороге кочерыжка! |
| Тяжесть может он поднять |  | Муравьиный генерал |
| Тяжелей себя раз в пять. |  | Кочерыжку штурмом брал. |
|  |  | С ним братишки муравьишки… |
|  |  | Вот и крышка кочерыжке. |
| **Загадки про муравейник** |  |  |
| **Е. Зих** | **А. Алферова** | |
| Тащит он соломинку | Строят маленькие гномы | |
| К маленькому домику. | Новый домик из соломы | |
| Всех букашек он сильней | И осиновой коры – | |
| Наш трудяга…**(муравей.)** | Не нужны им топоры. | |
|  | Вот уже похож на холм | |
| **В. Аношина** | Удивительный их дом. **(** **Муравейник** **)** | |
| Кто работает с утра: |  |  |
| Строит дом, несёт дрова, | **В. Стручков** | |
| Тащит целый воз еды, | Под сосной — Гора. | |
| Мало ест, не пьёт воды, | В Горе— мастера. | |
| У него полно друзей. | Из травинок и иголок | |
| Тот работник… **(муравей.)** | Под сосной построен Город.**(Муравейник.)** | |
|  |  |  |

**Т.5**

**ЧЕРЁМУХА**



Сегодня поговорим о русской красавице, о черемухе обыкновенной. Столько стихов и песен о черемухе сложено, какой аромат чудесный стоит, когда она цветет. Давайте познакомимся с ней поближе, это целый кладезь полезных свойств и витаминов. В народной медицине используют все части этого чудесного дерева, листья, плоды, кору, цветы, почки.  
Черемуха обыкновенная относится к семейству розоцветных. Дерево высотой до 17 метров, растет в природе по берегам рек, оврагов, с очень давних пор культивируется людьми. В старых, заброшенных деревнях растут целые сады черемухи. Когда она начинает цвести, кругом стоит головокружительный аромат и кажется, что ты попал на чудесный праздник, так это красиво и торжественно выглядит.

 Еще в каменном веке люди пользовались лечебными свойствами черемухи, а мы мало уделяем внимания ее целебным качествам, лучше горсть таблеток съесть. А натуральное лекарство, вот оно, рядом, за окном растет.

В детстве бабушка поила отваром ягод, когда случалось расстройство желудка, а из сушеной черемухи пекла вкусные пироги. Кора черемухи у нее тоже всегда лежала в коробочке, при простуде и болях в горле в чай добавляла, и горло отваром полоскали. Букет цветущей черемухи на день ставила в комнате, а на ночь выносила на улицу, говорила, что комнату от нечисти очистила.

Перебрав кучу материала о полезных свойствах черемухи, была очень удивлена таким огромным спектром действия на наш организм, ну прямо целая аптека в одном дереве.

Давайте разберем все полезности по порядку, а в конце статьи будут выложены народные рецепты и в том числе рецепты моей бабушки (не помню лекарства аптечные на ее полочках, только травки, да настойки).

В плодах, листьях и коре есть дубильные вещества, свободная синильная кислота (в больших количествах она ядовита), в плодах есть органические кислоты – яблочная и лимонная. Плоды и листья богаты аскорбиновой кислотой, флавоноидами, сахарами и эфирными маслами.  
Почки, цветки, плоды, кора и особенно листья содержат бензойный альдегид, что и придает черемухе фитонцидные свойства.  
Еще много разных полезных соединений можно обнаружить в составе черемухи, перечислены основные.

Красота — медонос

Начнем с того, что цветущая черемуха, это очень красиво. Созерцая эту белоснежную красоту, человек получает положительный заряд энергии и от этого все системы в организме начинают работать активнее, а значит, наступает бодрость, улучшается настроение, что очень важно для нашего здоровья.

Черемуха является хорошим медоносом, для пчел наступает активная работа, когда черемуха расцветает, а цветет она целых десять дней, за это время можно собрать хороший урожай меда.

Полезные свойства плодов черемухи

Спелые ягоды черемухи оказывают вяжущее, закрепляющее, бактерицидное, витаминное, противовоспалительное действие и нормализует функции кишечника, желудка.  
Сок плодов назначают как потогонное, мочегонное, противоцинготное, противотуберкулезное средство.  
Сок плодов применяют при лихорадке, гангрене, нарушении обмена веществ.  
Для мужчин плоды черемухи особенно полезны, они увеличивают потенцию.  
Плоды действуют, как противозачаточное средство, поэтому если вы планируете беременность, откажитесь от спелых ягод черемухи.  
Плоды черемухи собирают зрелыми с июля по сентябрь. Можно есть свежие ягоды, они слегка вяжут во рту, но довольно вкусные.  
Ягоды сушат, заваривают чай, делают настои.

Полезные свойства листьев и цветков черемухи

Листья обладают укрепляющими и витаминными свойствами, принимают настои при простуде, как отхаркивающее средство. Полощут во рту при заболевании зубов и десен, при болях в горле.  
Отвар листьев применяют для заживления ран и фурункулов.  
Цветы используют как противовоспалительное, ранозаживляющее средство. Настоем промывают глаза и используют для промывания ран.  
Настой цветов употребляют при туберкулезе легких.  
Цветы и листья сушат в тени, до полного высыхания, хранить можно в бумажных или картонных коробочках.

Полезные свойства коры черемухи

Кора черемухи обладает жаропонижающим, потогонным и мочегонным действием. Применяют при суставном и мышечном ревматизме. При венерических заболеваниях, белях.  
Кору черемухи применяют для лечения головных болей, укрепления стенок сосудов, расстройств желудочно- кишечного тракта.  
Кору заготовляют ранней весной, в период сокодвижения, сушат и хранят в сухом месте, в картонных коробках.  
Удивительно полезное дерево черемуха, дерево – аптечка.  
При всей своей полезности нужно осторожно относиться к лечению народными средствами из черемухи.

Противопоказания и ограничения

* Нельзя употреблять черемуху беременным и кормящим мамам.
* Когда едите свежие ягоды, косточки не глотайте, а выплевывайте. Не стоит есть черемуху килограммами, пара горстей будет в самый раз. Косточки черемухи содержат синильную кислоту, которая может привести к отравлению организма, не раскусывайте косточки.
* Цветущая черемуха может вызвать обострение аллергии, если вы склонны к этому, избегайте контакта, если же не удается, примите сразу препарат против аллергии.
* При использовании народных средств, приготовленных из черемухи, обязательно посоветуйтесь с врачом и ни в коем случае не проводите длительное лечение, только положенный курс, соблюдая дозировку.
* Нельзя давать листья черемухи домашней птице, для них это очень вредно.

Применение черемухи не ограничивается народной медициной, применяют ее в кулинарии, ликеро-водочном производстве, из древесины выстрагивают красивые поделки, посуду.

Полезные вытяжки используют в гомеопатии. Косметология использует полезные свойства черемухи для приготовления [красок для волос](http://vaneevasdorove1.ru/xorosaa-kraska-dla-volos/) и моющих средств.

Отвар листьев черемухи

20гр сухих листьев кипятить в 200мл воды. Охладить, процедить и пить по 1\4 стакана 3 раза в день. Принимать при поносе, гиповитаминозе.

Отвар коры черемухи

10гр измельченной сухой коры варят 10 минут в 200мл воды, настоять 2 часа, процедить. Принимать по 1 чайной ложке перед едой при цистите, простуде и кашле. Втирать в больные суставы.

Отвар плодов черемухи

20гр сухих плодов кипятить 5 минут в 300мл воды. Пить по 50 мл 3 раза в день при поносах, расстройствах желудка.

Настой цветов черемухи

10гр сухих цветков черемухи залить 200мл кипятка, настаиваем 10 минут. Промывать глаза при воспалении. Промывать ранки и язвы.

Сок из ягод черемухи принимают по 50мл 3 раза в день, добавив ложечку меда. Принимают за 30 минут до еды  при авитаминозе, простуде, поносе.

Рецепты из черемухи для ухода за кожей

Этот рецепт для освежения и омоложения кожи лица и шеи. Столовую ложку цветков черемухи заливаем стаканом кипятка и настаиваем один час, процеживаем и используем для умывания. Средство снимает воспаление на коже.  
Использую это средство для растрескавшихся пяточек, в виде ванночки.

Хорошо добавлять в воду, которой ополаскиваете волосы.

Лосьон молодости из черемухи

Одна столовая ложка цветов черемухи, одна чайная ложка меда и глицерина, 50мл водки и 50мл воды. Все ингредиенты смешиваются и настаиваются сутки. Использовать вместо обычного лосьона утром и вечером.

Сегодня мы познакомились с полезными свойствами и применением черемухи в различных областях жизнедеятельности человека. Заготовьте себе на зиму немного этого снадобья, будет экономия на лекарствах.

**ЗАГАДКИ**

|  |  |
| --- | --- |
| Матушкой—весной Я в платьице цветном, Мачехой—зимой Я в саване одном. | Стоит красавица — Всем нравится. Платье потерялось, А пуговицы остались. |
| Будто снежный шар бела, По весне она цвела, Нежный запах источала. А когда пора настала, Разом сделалась она Вся от ягоды черна. | Внизу — камень, сверху — камень, Четыре ноги и одна голова. Не зная страха, Триста лет живет … |
| В панцирь прячусь, Будто в дом, Мне тепло, Спокойно в нем. | Всем известный тихоход, По делам она ползет, В панцирь прячется от страха Долгожитель… |

**СТИХИ**

|  |  |
| --- | --- |
| Черемуха душистая С весною расцвела И ветки золотистые, Что кудри, завила. Кругом роса медвяная Сползает по коре, Под нею зелень пряная Сияет в серебре. | Черёмуха, черёмуха В овраге расцвела. Черёмуха, черёмуха Стоит белым-бела. |
| Ходили за черемухой Девчонки вчетвером, Да оборвать черемуху Им не позволил гром. | Сначала он не полный, Не полный подал голос, Потом от желтых молний Все небо раскололось. Все громче, громче слышится, Гремит через огонь: «Черемуху, черемуху, Черемуху не тронь!» |

**СКВОРЕЧНИК Т.6**

*Цель:*способствовать расширению и обогаще-нию представлений детей о птицах в весенний период (прилёт птиц, гнездование, выведение птенцов, забота



* них, помощь человека), умение сравнивать скворца с другими птицами; развивать любознательность.

*Беседа о птицах:*

*—* Чем отличаются птицы от других животных?

— Назовите известных вам птиц.

— Чем питаются птицы?

**—** Кто такие первые весенние вестники?

*Отгадывание загадок о птицах:*

— Зимой на ветках яблоки! Скорее собери! И вдруг вспорхнули яблоки, Ведь это (снегири).

— Без рук, без топорёнка построена избёнка (Гнездо).

— В лесу, под щебет, звон и свист, Стучит лесной телеграфист: «Здорово, дрозд при-ятель!» И ставит подпись…(дятел).

— Как лисица среди зверей, Это птица всех хитрей. Прячется в зелёных кронах, А зовут её…(ворона)

— Кто летает, кто стрекочет— Рассказать нам новость хочет?(Сорока).

— Грудка ярче, чем заря У кого..(у снегиря).

*Подвижная игра:* «Птички и кот».(Дети птички ищут корм,находят,клюют,котпритаился за деревом. По сигналу «Кот» дети разбегаются, а кот пытается их поймать.)

*Игра-звукоподражание* «Кто как кричит?»

Кар-кар(ворона).

Ча-ча (сорока)

Рюм-рюм (снегирь)

Синь-синь (синица).

*Дидактическая игра:* «Назови птиц,которые прилетели».(Дети сидят по кругу,воспита-тель бросает мяч кому-либо из детей. Поймавший мяч должен назвать птицу, вернувшую-ся весной из краёв.

*Беседа о скворце:*

Мы в скворечнике живём, Песни звонкие поем(Скворец).

Составление устного описания скворца. (Дети по картинке описывают скворца. Крупная,

красивая птица с блестящими чёрным оперение, у скворца прямой длинный клюв, кото-

рый помогает добывать из земли червяков).

*Игра-имитация* «Скворцы кормят своих скворчат».

*Музыкальная игра* «Строим скворечник»

**Загадки про скворечник:**

|  |  |
| --- | --- |
| На шесте весёлый дом | Крепкий деревянный дом |
| С круглым маленьким окном. | С круглым маленьким окном. |
| Чтоб уснули дети, | Он стоит на длинной ножке, |
| Дом качает ветер. | Чтобы не залезли кошки. |
| На крыльце поёт отец – |  |
| Он и лётчик и певец. |  |
|  |  |
| Чей на дереве домишко? | Между веток новый дом, |
| Строил я и мой братишка. | Нету двери в доме том, |
| Дверь — кружочек, нет окна. | Только круглое окошко, |
| В доме пусто, тишина. | Не пролезет даже кошка. |
|  |  |

**Стихотворения про скворечник:**

|  |  |
| --- | --- |
| **М. Гусева** | **В. Доценко** |
| Мы строим **скворечник**. | Я проснулся спозаранок: |
| У нас есть чертёж, | от затеи спать не смог... |
| Чтоб домик наш был | Взял пилу, топор, рубанок, |
| На скворечник похож. | доски, гвозди, молоток, |
|  | и пилил я и строгал, |
|  | нашей школе помогал. |
|  | Поработал лишь часок, |
|  | выпилил я семь досок, |
|  | их гвоздями сколотил, |
|  | лаз для птичек просверлил, |
|  | щели уплотнил замазкой, |
|  | доски все покрасил краской |
|  | -свежей, нежной, голубой — |
|  | стал красив **скворечник** мой. |
|  | Всем ребятам говорю: |
|  | — Я скворцам его дарю! |
| **Н. Розбицкая** | **Н. Пряничник** |
| Попрошу сегодня папу | К нам приехала машина: би-би |
| В гости к другу не ходить, | Разгрузила досочки: бум-бум |
| Чтобы сообща **скворечник** | Взяли мы кто пилочку: дж-дж |
| Нам для птиц соорудить! | А кто молоток: тук-тук-тук |
| Смастерить для птичек домик | Делаем — **скворечники** — |
| Совершенно нам не трудно. | Всем на загляденье, |
| Будем очень мы стараться, | Делаем — скворечники, — |
| Чтоб им было в нём уютно. | Скворушкам для пенья. |
| Прилетев из стран далёких |  |
| Голосистые скворцы |  |
| Прощебечут нам: « Спасибо! « |  |
| Ведь мы с папой молодцы!!! |  |

**Т.7**

**КОРМУШКА**

ЦЕЛЬ: продолжать наблюдать за зимующи-ми птицами, обобщать полученные знания, вызы-вать интерес к живой природе.



ХОД НАБЛЮДЕНИЯ: предварительная ра-

бота: рассмотреть иллюстрации зимующих птиц во-

роны, сороки, воробья, синички. Обратить внима-

ние на внешний вид птиц, строение. Спросить чем

они питаются зимой, как спасаются от холода.

Во время прогулки рассмотреть встретившихся птиц, назвать их, понаблюдать за ними как они хо-дят, летают, как добывают себе корм.

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:

Рассмотреть следы на снегу, определить, кому они принадлежат. Найти среди следов птичьи следы воробья и вороны. Спросить у детей, по-чему у воробья два следа рядом, а у вороны на расстоянии.

**Стихотворение про кормушку:**

**Кормушка**

* папой сделали мы домик для синичек, воробьёв, каждый день их хлебом кормим — и сестричек,и братьёв. Только-только солнце встанет, а они уж тут как тут и чирикают все дружно — завтрак у кормушки ждут.

Рады птички и печенью, зёрнышкам,пшену,блинам, меня рано поднимают — будят песней по утрам.

И они немножко разны, кто скромней,а кто смелей, кто побольше,кто поменьше — всех люблю своих друзей.

А ещё я вам ребята посоветую как друг:

— С папой сделайте кормушку, будет радостней вокруг!

**Загадки про кормушку:**

* зимний день Среди ветвей Стол накрыт Для гостей.

Что за стол среди берёз

Под открытым небом?

Угощает он в мороз

Птиц зерном и хлебом.

Избушка новая,

Для всех столовая,

Зовёт обедать,

Крошек отведать.

**РЯБИНА Т.8**

*Рябина обыкновенная* —Sorbusaucuparia L.—небольшое дерево из семейства розоцветных (Rosaceae) высотой до 10 (редко 15 и даже 20) м, с ажурной кроной и серой гладкой корой. Листья оче-редные, крупные, непарноперистые, из 9-17 продол-говатых или продолговато-ланцетных листочков.



Цветки с характерным горько-миндальным запахом, собраны в густые многоцветковые соцве-тия-щитки диаметром до 10 см, расположенные на укороченных побегах. Чашечка из 5 зелёных чаше-листиков. Венчик белый, 5-лепестный, диаметром до 1,5 см. Тычинок 20. Пестик с нижней завязью и 3 (реже 2 или 5) столбиками. Цветёт рябина в мае — июне.

По ботанической терминологии плоды ряби-ны — яблоки, в народе их зовут ягодами. Плоды яр-ко-красные или красно-оранжевые, шаровидной формы, около 1 (до 1,5) см в поперечни-

ке, сочные, в зрелом состоянии с мягкой мякотью, довольно горького вкуса, с 2-5 семена-ми. Плоды созревают в августе — сентябре, но остаются висеть на деревьях до зимы. Обильный урожай бывает не ежегодно, а повторяется через 1 -2 года. Одно взрослое дере-во рябины в возрасте 30-40 лет даёт 80-1 20 кг плодов.

Рябина растёт в лесах в диком виде, но человек давно ввёл её в культуру. Это одна из самых зимостойких плодовых культур. Переносит морозы до –50оС. В России растёт по всей части. К почве не требовательна, но светолюбива, очень не любит тень. Предпо-читает берега рек, вырубки, опушки леса, обочины дорог. Живёт до 200 лет. Плоды появ-ляются начиная с 8—10 лет ежегодно.

*Виды рябины*:ботаникам известны примерно100различных видов рябины,из всехвидов рябины наиболее известны два — рябина обыкновенная и рябина черноплодная. Рябина обыкновенная почти повсеместно распространена на всей территории европейской части России. Родиной черноплодной рябины является Северная Америка.

*Использование рябины*:изучая различные книги,журналы я смогла узнать,что ря-бина имеет очень большое значение в жизни человека. Древесина этого дерева ценится в столярном производстве и при изготовлении музыкальных инструментов. Из молодых ветвей получают чёрную краску.

Молодыми ветками и побегами кормили скот, а сырыми ягодами — скот и птицу. Хорошее медоносное растение. Как декоративное дерево разводится в городах, вдоль до-рог. Очень красива культурная плакучая рябина со свисающими до земли ветвями.

Ягодами рябины питаются дрозды (дрозд-рябинник), синицы, скворцы, свиристели,

* в городах — и вороны. Иногда в рябинники слетается такое количество птиц, что ветви не выдерживают живого груза, и спелые гроздья падают на землю, где становятся добы-чей лесных полёвок, ежей и других животных. Любят ягоды рябины и лоси, медведи.
  + сечку из листьев используют для хранения овощей и фруктов. Ещё давно подме-тили, что плоды рябины обладают дезинфицирующим свойством. Для того чтобы сохра-нить длительное время воду годной для питья, люди бросали в неё ветку рябины, после чего вода приобретала приятный привкус и не портилась довольно долго. Точно так же в наше время рекомендуют с помощью листьев рябины обеззараживать воду в походах.

*Распространение рябины:*общий ареал рябины обыкновенной выходит за пределыЕвропы лишь на Кавказ и в Малую Азию. Она встречается практически во всех районах Европейской России — от Крайнего Севера до Кавказа и от западных границ до Урала. Произрастает во втором ярусе разных типов лиственных и смешанных лесов, на опушках,

полянах, в лесных оврагах, по берегам рек и других. Широко разводится как декоративная порода в садах, парках, скверах, а также в полезащитных лесных полосах и придорожных насаждениях.

* конца прошлого века рябина получает распространение в садах и как пищевое растение. Особенно часто с этой целью выращивают так называемую невежинскую ряби-ну (нередко неправильно называемую «нежинской», на самом деле название происходит от села Невежино). Под невежинской рябиной понимается группа полученных в результа-те многовековой народной селекции культурных форм Sorbusaucuparia с относительно сладкими плодами. Родиной невежинской рябины считают село Невежино Небыловского района Владимирской области, но в действительности селекцию стихийно вели во многих местах Ивановской, Владимирской и других областей Центральной России.

В азиатских регионах России растут другие виды, равноценные в лекарственном отношении рябине обыкновенной: в Сибири и на Дальнем Востоке от Полярного круга до южных границ России широко распространена рябина сибирская (Sorbussibirica Hedl), в Приамурье и Приморье обычна рябина амурская (S. Amurensis Koehne), на Камчатке — рябина камчатская (S. Kamfschafcensis Kom.), на Сахалине, Курильских островах, Камчат-ке и Охотском побережье произрастает кустарниковая рябина бузино-листная (S. Sambucifolia M. Roem.). Разводятся и некоторые виды иноземного происхождения.

*Хозяйственное использование рябины*

Рябина — пищевое, медоносное и лекарственное растение. Значительная масса ежегодно собираемых плодов рябины поступает на переработку в пищевую промышлен-ность. Из них делают пастилу, зефир, мармелад, варенье и прочие кондитерские изделия, а также уксус, квас, вино, и другие алкогольные и прохладительные напитки. Невежинскую рябину в больших количествах заготовляли для производства популярных «нежинских наливок».

Рябина — отличный медонос, пчелы собирают с неё много нектара и пыльцы. Один гектар угодий с достаточно плотными зарослями рябины даёт 30-40 кг красноватого ароматного мёда. Кора содержит до 14% танинов и находит применение в качестве дуби-теля при выделке кож. Прочная упругая древесина на токарные изделия, музыкальные ин-струменты и другие поделки. Тонкие стволы ценятся как ручки и рукоятки различных сельскохозяйственных и бытовых орудий и инструментов.

*Лекарственное значение рябины и способы лечебного использования*:родовое на-

звание рябины Sorbus произошло от кельтского слова «терпкий» и дано рябине за терпкий вкус плодов. В народе давно замечено, что листья рябины обладают сильным противо-микробным действием. На Севере летом больных выносили под рябину, так как верили, что «дух рябиновый изгоняет болезни». До сих пор употребляют и цветки, и листья ряби-ны, но в современной научной медицине основное применение имеют плоды. Их целеб-ные качества определяются в основном большим количеством витамина С (больше, чем в лимонах и апельсинах), витамина Р, каротина. Плоды содержат также пектин, до 2% орга-нических кислот (яблочную, виноградную, лимонную, янтарную и др.), флавоновые и ду-бильные вещества, эфирное масло, соли марганца, железа, меди, другие макро- и микро-элементы.

Плоды рябины — отличное средство предупреждения и лечения гипо- и авитами-нозов. Они полезны при малокровии, физическом истощении и при любых заболеваниях, так как содержащиеся в них витамины повышают сопротивляемость организма и стиму-лируют его защитные свойства. Плоды рябины — составная часть многих витаминных сборов. Фармацевтическая промышленность вырабатывает лечебный поливитаминный сироп из плодов рябины.

Народные целители считают свежие плоды рябины лекарственным средством при потере аппетита и расстройстве желудка. Их надо съедать несколько раз в день по чайной ложке, благодаря чему усиливается выделение желудочного сока. Для этой же цели зимой используют настой сушёных плодов.

*Другое использование рябины:*

Значительная масса ежегодно собираемых плодов рябины поступает на переработ-ку в пищевую и кондитерскую промышленность.

Фармацевтическая промышленность вырабатывает лечебный поливитаминный си-роп из плодов рябины. Зелёные плоды — ценное сырье для получения яблочной кислоты, зрелые можно использовать для получения каротина. Сушёные — суррогат чая. Аромат-ные цветки употребляли в виде чая с молоком. Могут служить сырьём для приготовления витаминных препаратов. Из плодов можно приготовить сорбит, заменяющий сахар.

Медонос — даёт пчёлам много нектара и пыльцы весной, в период малого взятка. Листья дают коричневую окраску. Кора окрашивает ткани в красно-бурые тона, а

ветви в чёрный цвет. Кора используется для дубления шкур.

* качестве корма — откармливают ягодами кур и овец, добавляют в корм коровам. Витамин С и каротин содержатся и в листьях, накапливаясь больше, чем у большинства древесно-кустарниковых пород и кормовых трав. А это значит, что листья рябины могут быть использованы, как витаминные подкормки для животных и особенно птиц.

Плоды используются в ветеринарии — при диарее у телят.

Её крепкая, отлично полирующаяся древесина пригодна для столярного, токарного, мебельного дела, для изготовления музыкальных инструментов.

Применяется в озеленении. Ценится в садово-парковом строительстве, использует-ся в лесомелиоративных, снегозащитных и ветроупорных насаждениях.

*ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К УПОТРЕБЛЕНИЮ РЯБИНЫ*

Препараты из рябины не рекомендуется давать маленьким детям и принимать во время беременности, больным с повышенной свёртываемостью крови и склонностью к тромбофлебитам. Не стоит увлекаться рябиной людям с пониженным давлением.

Не рекомендуется употреблять много свежих ягод, т.к. в ягодах красной рябины содержится кислота, которая действует, как антибиотик, однако при варке и сушке эта ки-слота разрушается. Плоды рябины повышают свёртываемость крови. Не употреблять лю-дям, имеющим предрасположенность к тромбообразованию. Рябину не рекомендуется употреблять при повышенной кислотности желудочного сока, частых поносах и индиви-дуальной непереносимости.

*Рябина в искусстве:* моим первым украшением были бусы из рябины,которую мнесделала мама. Потом я сама научилась делать бусы, браслеты из красивых ягод рябины сама и мне нравится нанизывать ярко-красные ягоды на нитку. Раньше , наверно, когда не умели изготавливать украшения из драгоценных камней, делали и носили бусы и серьги из того, что дарит нам живая природа — из цветков, плодов, листьев.

Красоту рябины стали понимать очень давно. «Рябиновые мотивы» издавна вклю-чались в узоры вышивок мастериц. Яркими узорами из веточек рябины украшались ру-башки, скатерти, полотенца.

* росписи по дереву рябина тоже своё место нашла. Это называется хохломская роспись, где используется только чёрный, золотистый и красные цвета.

И сколько народных песен посвящено рябине! А сколько поэтов и художников лю-бовались рябиной и воспевали её в своих произведениях.

*Рябина в фольклоре:* рябина—любимый персонаж русского фольклора.Она вос-пета в песнях, о ней сложены стихи, пословицы, загадки. Чаще всего в народном пред-ставлении рябина — это тонкая и нежная девушка, страдающая, плачущая.

* чувашском фольклоре рябину связывают с тяжёлой судьбой и трудной жизнью. Во время праздника +им.к чуваши украшают ворота и дома ветками деревьев, в ос-

новном рябины.

*Праздники, посвящённые рябине:*

Рябина — любимое дерево людей и этому замечательному дереву посвящали осо-бенные дни — праздники.

День Петра-Павла Рябинника. Приходится он на конец сентября, когда созревают яркие ягоды рябины.

День Ведьмовской рябины. Он отмечался 1 мая.

Самайн. Праздновался в ночь на 1 ноября. Это он позднее переродился в Хэллоуин.

День Святого Креста или «Рябиновый день». Празднуется 3 мая или 13 мая.

Так же в некоторых областях праздновались Рябиновые именины. Эти праздники происходили четыре раза в год: весной, когда праздновали окончание пахоты и раскрытие рябинового листа; летом, когда заканчивалась посевная, и цвела рябина; осенью, когда завершали сбор урожая, и праздновали наступление нового года, тогда же и созревала ря-бина; и зимой когда готовились к новому сезону. Все эти праздники сопровождались осо-бым колокольным звоном, который в народе назывался — “Рябиновый звон”.

*Приметы и поверья о рябине:*

* лесу много рябины — к дождливой осени. Рябина цветёт рясно — много овса будет.

Рано пожелтели листья на рябине — ранняя осень и ранняя холодная зима будет. Позднее цветение рябины — к долгой и тёплой осени.

Кругом красно от рябины — надо ждать холодной и долгой осени. Хорошо цветёт рябина — будет хороший урожай льна.

Рябина цветёт — пора сеять лен.

Если рябина в лесу «уродилась» — к дождливой осени, если нет — к сухой. Большой урожай рябины — предвестник долгой и холодной зимы.

*Пословицы, поговорки, загадки* о рябине

Поздней осенью одна ягода, да и то горькая рябина. Все едино, что хлеб, что рябина: оба кислы.

Не твоему (не нашему) носу рябину клевать. Не бывать шишке на рябинке.

Весной зеленела, летом загорела. Осень в сад пришла, красный факел зажгла.

* сенокос— горька, а в мороз — сладка. Что за ягодка?
* полезна и вкусна эта ягода, когда прозябла-провяла, сахару набрала. Весной зеленела, летом загорела. Осенью одела красные кораллы. Под ярусом, под ярусом висит кафтан с красным гарусом

**Легенды о рябине:**

* 1. Жили как-то муж с женой и было у них двое детей. Старшая, нелюбимая дочь, и имя имела неласковое, звали её Восьмуха. Была она злой, своенравной, завистли-вой. Зато меньшого сынка родители звали ласково Романушкой. Был он добрым и привет-ливым, родители души в нем не чаяли. Невзлюбила Восьмуха Романушку и задумала его погубить. Завела как-то ребёнка в гнилое болото и утопила. Но не удалось ей сгубить Ро-манушку совсем. Выросло на том месте приветливое и кудрявое деревце, растёт с тех пор по всей русской земле и назвали его люди ласково рябинкой. Радует оно своей красотой, верностью, добротой.
  2. По одной из легенд, жила-была на свете прекрасная пара — Он и Она. Они так сильно любили друг друга, что их не смогли разлучить ни козни врагов, не предатель-ство друзей, ни обещанное богатство. А когда он был убит возле её ног, она взмолилась к Богу, чтобы он не разлучал их. Небеса услышали её молитву и превратили неутешную женщину в прекрасную рябину. С той поры и колышется она на ветру, шепчется с ветром и зажигает осенью свои ярко-красные кисти в знак негасимой и верной любви.
  3. В одной из старинных английских легенд есть рассказ о том, как некий юный герой, ушедший в дальнее плавание, долго не может вернуться в родной замок, за-хваченный колдуньей, ибо та злой волшбой каждый раз учиняет бури на пути его корабля.
* лишь тогда удаётся юноше пробиться сквозь магические препоны и освободить замок, когда мудрый человек подсказывает ему заменить киль корабля с дубового на рябиновый,

ибо злое колдовство рассеивается там, где появляется древесина этого любимого многими народами дерева...

1. Существует ирландское сказание о Фраорте, в котором ягоды волшебной рябины, которые стережёт дракон, могли заменить девять трапез, а, кроме того, были пре-красным средством для исцеления раненных, и прибавляли лишний год, к жизни челове-ка. Если же обратиться к сказанию о Диармойде и Грайне, то там и того больше, сказано, что ягоды рябины, так же, как и яблоки, и орехи, считались пищей богов.
2. Рассказывают легенду про богиню Фрейу (богиня любви и красоты у жите-лей Асгарда) у которой было ожерелье сделанное из плодов рябины которое защищало её от различных сглазов и порч.

**Стихи и тексты песен о рябине:**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Песня «Тонкая рябина».*** | ***Е.А. Благинина. Рябина.*** |
| ***Сл. И. Сурикова.*** | На тропинке — тень, |
| Муз .народная. | Солнечная сетка. |
| 1) Что стоишь, качаясь, | Через тык, через плетень |
| Тонкая рябина, | Свесилась ветка. |
| Головой склоняясь | Прибегу, прискачу, |
| До самого тына? | На носках привстану, |
|  | Ветку за косы схвачу, |
| 2) А через дорогу, | Ягоды достану. |
| За рекой широкой | У плетня посижу |
| Так же одиноко | И на шелковинку |
| Дуб стоит высокий. | Осторожно нанижу |
|  | Ягоду рябинку. |
| 3) Как бы мне, рябине, | Бусы горькие надень, |
| К дубу перебраться, | Веточка, ветка? |
| Я б тогда не стала | На тропинке — тень, |
| Гнуться и качаться. | Солнечная сетка. |

|  |  |
| --- | --- |
| 4) Тонкими ветвями | ***Н.Говоровская. Рябинушка*** |
| Я б к нему прижалась, | 1) Ты, рябинушка моя |
| И с его листвою | 2) Ты, рябинушка моя, |
| День и ночь шепталась. | Кудревата, листовата. |
|  | Кудревата, листовата. |
| 5) Но нельзя рябине | Ты когда возошла, |
| К дубу перебраться. | Ты когда цвела? |
| Знать, ей, сиротине, | Когда выросла? |
| Век одной качаться. | Когда вызрела? |
|  | 3) Ты, рябинушка моя, |
| ***Н.Грачёв. Стихотворение «Рябинка».*** | 4) Ты, рябинушка моя, |
| Две недели подряд | Кудревата, листовата. |
| Ночью грянул мороз | Кудревата, листовата. |
| Листья с клёнов летят. | Я весной возошла, |
| Синий как купорос... | По зорям цвела, |
| Мы поссорились с милой, | Летом выросла. |
| Я для милой дровишек | В осень вызрела. |
| Листопад... Листопад... |  |
| Да рябинки принёс. | ***Песня «Рябина».*** |
| За окном тусклый вид, | Муз. А. Колкера |
| Льдом покрылась река, | Сл. К. Рыжова |
| Дождь с утра моросит, | В солдаты шёл удалый молодец. |
| Снегом сеет слегка. | Семь дён гулял удалый молодец. |

Да рябинка — кислинка

...Как рябинка сладка

* палисаде грустит...

После заморозка!

***В.Мусатов****.****»Камушки рубиновые».*** Эти камушки рубиновые Или ягодки рябинные? На холмах

И на равнинах

Рдеют кисти на рябинах, Распевают снегири От зари и до зари:

«Не клюём мы камушки, Камушки рубиновые,

* клюём мы ягодки, Ягодки рябиновые.

Он песни бравые играл,

* хмель никак его не брал. Солдат надолго из дома уходил
* у калитки рябину посадил. Он ей сказал: «Дождись меня, Невеста милая моя».

Служил солдат от дома вдалеке. Тужил солдат от дома вдалеке. А дом давно стоит пустой.

А двор давно порос травой.

* лишь рябина в родимой стороне, Всё тянет ветви к солдату по весне, Ведь он сказал: «Дождись меня, Жена — рябинушка моя» Да вот в бою нашла солдата смерть.

В лихом бою его скосила смерть.

«Прощай!» — летит последний стон. «Прощай!» — рябине шепчет он.

А с той рябины осыпалась листва. Она от горя от горького мертва. Ей весть пришла: «Не жди меня, Вдова — рябинушка моя!»

**КЛУМБА НА ТЕРРИТОРИИ ДОУ Т.9**

**Анютины глазки** – двухлетние или многолетние растения, достигающие в высоту от 15 до 30 см. Цветки имеют форму [фиалки](https://floristics.info/ru/stati/1372-fialki-v-domashnikh-usloviyakh.html). В начале вегетации кустики анютиных глазок растут компактно, но затем они разрастаются и размножаются самосевом. Преимущество фиалки трёхцветной в том, что она распускается уже в конце апреля и цветёт почти всё лето.

Цветки простых сортов анютиных глазок, как правило, имеют диаметр 3-4 см, а селекционные экземпляры могут достигать 7 см.

Анютины глазки, или фиалка трёхцветная – одно из любимейших растений садоводов. Если у вас нет приусадебного участка, эти цветы в течение всего лета можно выращивать в [вазонах на балконе](https://floristics.info/ru/stati/1152-tsvety-na-balkone.html).

Расцветка анютиных глазок причудлива и восхитительна: можно встретить и абсолютно белые фиалки, а иногда они окрашены в несколько цветов одновременно – синий, жёлтый, белый, фиолетовый или красный. В центре каждого цветка – глазок контрастного по отношению к окраске лепестков цвета. Именно глазок и стал причиной того, что фиалку трехцветную называют анютиными глазками.

Анютины глазки – цветок из семейства Фиалковые. Его официальное научное название – фиалка Виттрока, иногда его называют виолой. Одни виды анютиных глазок являются однолетниками, другие двулетниками, есть несколько видов многолетних фиалок.

Поливают фиалки умеренно. Излишнюю влажность они не любят и могут от нее загнивать. Если поливать анютины глазки через день, а на следующий день рыхлить вокруг них грунт, они хорошо перенесут даже аномальную летнюю жару. Недостаток влаги плохо влияет на внешний вид фиалок: они распластываются по земле, пытаясь удержать влагу всей площадью листьев и побегов, цветы же становятся мелкими и бледными.

Главными врагами анютиных глазок являются живущие в грунте личинки разных насекомых. Например, личинки майского жука могут уничтожить за лето несколько кустов.

Анютины глазки размножаются и семенами, и черенкованием.

Семена высеивают на рассаду в конце февраля. Спустя 2-3 недели после появления всходов сеянцы анютиных глазок пикируют и в мае пересаживают на постоянное место.

Используется и вегетативный способ размножения – черенкование в открытом грунте. При этом способе в мае-июне с кустиков фиалок срезают зеленые побеги с 2-3 узлами, высаживают их в грунт, поливают и опрыскивают. Через 3-4 недели у черенков отрастают корни. При размножении черенками растение омолаживается.

Красоту и очарование анютиных глазок трудно переоценить, поэтому они часто используются для цветочного оформления. Редкая клумба или альпийская горка обходится без этого прекрасного цветка.

**СТИХИ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Н. Ярославцев**  Как будто из утренней Солнечной сказки, У нас в огороде **Анютины глазки** Ценят заботу они и уют И оттого лишь на клумбах растут. Разнообразны их нежные краски Всех восхищают …**Анютины глазки** | Утром прохладным, в конце сентября, Перед ненастной порой без опаски, Словно порадовать мир и меня, Выросли в поле **анютины глазки**.  **С. Крупа-Шушарина** |
| К первому мая как будто бы в сказке Вспыхнули ярко **анютины глазки**. И призадумалась я на минуту, Сколько же глазок у милой Анюты. Или Анют у нас тоже немало? Долго анютины глазки считала. Сколько же в глазках Анюты цветов? Жёлтый и красный, а этот лилов, Вот фиолетовый, белый, бордовый… Пересчитаю цвета глазок снова. Не сосчитать все цвета на глазок! Может быть, ты мне подскажешь, дружок, И разгадаешь загадку в минуту, Где я увидела глазки Анюты? | **Анютины глазки** - Цветочки из сказки, В зелененькой травке Пестреют они. Анютины глазки - Цветочки-раскраски, И солнечной ласки Их глазки полны. |
| Теплым и солнечным, радостным летом  синим и белым, и смешанным цветом, шепчут весёлые, яркие сказки эти цветочки **АНЮТИНЫ ГЛАЗКИ.** | Ценят заботу они и уют И оттого лишь на клумбах растут. Разнообразны их нежные краски Всех восхищают …**Анютины глазки** |

**загадки**

|  |  |
| --- | --- |
| Все глазками увидеть можем,  На глазки девочки похожи.  Какой расцветки только нет!  Анюте шлем мы свой привет. (Анютины глазки, виола.) | Говорят, в саду как будто Есть цветочки от Анюты, Лепестки, как лица в масках, В разноцветных ярких красках. Знают их на всей планете. Как зовут цветочки эти? |
| Я в зимнем саду Целый день проведу. Захвачу акварельные краски. Нарисую...  Анютины глазки |  |

**БАРХАТЦЫ**

*Бархатцы* в диком виде встречаются в странахЦентральной и Южной Америки. Культивируют бархат-цы в Мексике, Чили, Бразилии, Франции, Марокко, Бель-гии, Конго и др. В нашей стране как заносное растение на западе Закавказья встречаются бархатцы мелкие. Бар-хатцы повсеместно культивируют в качестве декоратив-ных растений, особенно сорта с крупными цветками.



*Бархатцы* (лат.Tagetes)—род однолетних и мно-голетних растений из семейства Астровые, или Сложно-цветные. Происходят из Америки, где дико произрастают от Нью Мексики и Аризоны до Аргентины.

Стебли — прямостоячие, разветвлённые, образу-ют компактный или раскидистый куст высотой от 20 до

1. см.

Корневая система мочковатая.

Листья — перисто-рассечённые или перисто-раздельные, редко цельные, зубчатые, от светло- до тёмно-зелёных, расположенные супротивно или в очередном порядке, с про-свечивающими железками.

Соцветия — корзинки, простые или махровые, жёлтые, оранжевые или коричне-вые. Головки у представителей этого рода средней величины, с цилиндрическим покрыва-лом, состоящим из одного ряда сросшихся между собой листочков; краевые женские цветки — язычковые; семянки линейные, к основанию — суженные. Цветут обильно с июня до заморозков.

*Плод —* чёрная или черно-коричневая сильно сплюснутая семянка.Семена сохра-няют всхожесть 3-4 года. В 1 г от 280 до 700 семян.

*Запах* растений,напоминающий астровый,специфический,для кого-то может бытьнеприятен. Обыкновенно разводят Tagetespatula L., с жёлтыми язычками и вверх стоящи-ми ветвями.

*Известно, что бархатцы* —довольно неприхотливые и не требовательные к усло-виям выращивания растения. Особенно это утверждение справедливо к бархатцам откло-нённым, которые прекрасно растут даже вдоль оживлённых автомобильных трасс, отлич-но перенося негативное влияние выхлопных газов, плохое состояние почвы и городской смог.

Практически все растения предпочитают открытую местность, хотя, если их поса-дить в затенённый участок сада, они все равно будут радовать вас своим незабываемым цветением. Почвы для посадки и выращивания бархатцев следует подбирать плодород-ные, нейтральные, суглинистые, с оптимальным уровнем регулярного полива. Стоит от-метить, что бархатцы прямостоячие предпочитают солнечные участки и весьма неохотно цветут в тени.

Бархатцы любят заботливое отношение и уход, благодаря своего хозяина обильным ростом и давая обильное и длительное цветение. Чтобы ваше растение благополучно раз-вивалось на бедных почвах, необходимо производить регулярные подкормки бархатцев, не реже 2-3 раз за весь период вегетации.

Данные растения можно выращивать в горшках, неглубоких мисках, ящиках и цве-точницах на балконах или в саду, отдельно или вместе с другими однолетними растения-ми, а также украшать ими клумбы и бордюры, что делает бархатцы просто незаменимым растением для декорирования.

Существенным достоинством этих замечательных цветов является повышенное со-противление к различным вредителям и болезням. Фитонциды, содержащиеся в листьях бархатцев, отлично отпугивают вредоносных насекомых. Однако, иногда растения пора-жает чёрная ножка, серая гниль, гниль корней, бактериальные и нематодные заболева-ния — в таком случае необходимо предпринимать оперативные меры для борьбы с вреди-телями.

*Применение:*

Эфирное масло растения жёлтого или янтарного цвета, подвижное, с цветочно-пряным запахом с фруктовыми тонами. Основной компонент оцимен (50 %); присутству-ют также а-пинен, сабинен, мирцен, лимононен, п-цимол, цитраль, линалоол, р-терпинен и др. Эфирное масло бархатцев используют в парфюмерно-косметической и ликерно-водочной промышленности.

* кулинарии бархатцы употребляют в некоторых странах Латинской Америки и Европы. Это одна из любимых пряностей грузинской кухни, где её называют имеретин-ским шафраном. В пищу используют высушенные и размолотые в порошок цветочные корзинки.

Бархатцы добавляют в закуски из фасоли и овощей, в блюда, в состав которых вхо-дят грецкие орехи. Пряность — непременный компонент смеси для супов.

Хорошо сочетаются с бархатцами вторые блюда грузинской кухни: филе из говя-дины в орехово-томатном соусе, поросёнок отварной, поджаренный рубец с томатами. Сдабривают ими и некоторые горячие блюда из рыбы. Но особенный аромат и вкус при-даёт пряность горячим блюдам из домашней птицы: курица с орехами, курица на вертеле, жареные цыплята. Особую пикантность придают бархатцы соусам.

**Стихотворения про бархатцы:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Бархатцы, Давыдова Татиана** | **Бархатцы, А.Зыряновой** |
| Расцветает осень буйством бархатцев – | Бархатцы, как маленькие солнышки, |
| Словно солнце на землю сошло. | Сохраняют летнее тепло. |
| Дождь качает их кусты, и кажется – | Осенью, под неприятным дождиком, |
| Не рассеять по ветру тепло. | Как и в ясный день от них светло! |
| Прочие цветы стоят развенчаны, | Мойтагетес — украшенье сада. |
| Навсегда рассеяв семена… | Жёлтый и оранжевый помпон. |
| Бархатцам характер зрелой женщины | Яркие шары — моя отрада. |
| И улыбка женская дана. | Радость сердцу, словно перезвон. |

**КАЛЕНДУЛА**

**Кале́ндула**, или **Ноготки́**

(лат. *Caléndula*) — род травянистых растений семейства Астровые (*Asteraceae*).



Представители рода произрастают в Средиземноморье, Западной Европе и Передней Азии.

Некоторые виды, например, Ноготки ле-карственные (*Calendula officinalis*), принадлежат

числу популярных декоративных растений. Цветки ноготков содержат каротиноиды,

флавоноиды.

Календула обладает сильно выраженны-ми бактерицидными свойствами в отношении многих возбудителей болезней, особенно ста-филококков и стрептококков. Препараты из неё применяют для лечения ожогов, незаживающих ран и свищей, для полоскания горла при ангине

и полости рта при стоматите.

*Название:* рода происходит от латинского слова'calendae' — *первый день каждого месяца* и объясняется тем,что на родине цветёт почти весь год,в том числе и в первыечисла каждого месяца.

*Описание:* род насчитывает около20видов,распространённых главным образом вСредиземноморье, Иране, на Канарских островах. Растения однолетние и многолетние, травянистые или полукустарниковые. Стебли ветвистые, прямостоячие, толстые, ребри-стые, опушённые. Листья расположены в очередном порядке, простые, овальные, удли-нённые или ланцетовидные. Соцветия — одиночные корзинки на длинных цветоносах. Обёртка одно- или двурядная. Язычковые цветки многочисленные, жёлтые, оранжевые; трубчатые — мелкие, иногда тёмные. Семянки изогнутые, разнообразные по форме в за-висимости от расположения в корзинке, наружные отличаются от средних и внутренних. В 1 г до 170 семян, всхожесть которых сохраняется 3-4 года.

Календула выращивается на приусадебных участках, в основном, как декоративное растение. Но в её ярких, словно пылающих, соцветиях содержатся вещества, обладающие эффективными лечебными свойствами от многих болезней. И первые сведения об этом были найдены у древнегреческого военного врача и философа Диоскорида, жившего в I веке н. э. Он использовал настой календулы при заболеваниях печени как средство, устра-няющее спазмы внутренних органов. На протяжении веков календулу применяли такие корифеи, как римский врач Гален (до сих пор в медицине есть термин “галеновы препараты”), Абу Али Ибн Сина (Авиценна), армянский врач Амировлад Амасиаци (XV в.) и зна-менитый травник Николас Кульпепер, утверждавший, что это растение способно укреп-лять сердце. Календула употреблялась не только как лекарство, но и как овощ. В средние века её добавляли в суп, с ней варили овсяную кашу, делали вареники, пудинги и вино. Долгое время её считали “пряностью для бедных”. Ведь настоящие пряности привозились из-за моря и стоили очень дорого. Календула же была общедоступна и, заменяя шафран, отлично подкрашивала блюда в жёлто-оранжевый цвет, придавая им неповторимый терп-кий привкус, что очень ценилось не только бедными, но и богатыми гурманами. Благода-ря своим достоинствам, календула была очень популярна в садах Европы. Уильям Шек-спир в 1611 г. писал в “Зимней сказке”:*Вот Вам цветы:* *лаванда,* *мята,* *майо-ран;Календула, что спать ложится вместе с солнцем,И с ним встаёт.*

Она была любимым цветком королевы Наваррской Маргариты Валуа. В Люксем-бургском саду, в Париже, есть статуя королевы с календулой в руках.

*Русский фольклор:* В русском фольклоре сохранилось древнее сказание о происхо-ждении этого названия. В нем повествуется о том, что в одной бедной семье родился мальчик. Рос он больным и слабым, поэтому звали его не по имени, а просто Заморышем. Когда мальчик подрос, он познал секреты целебных растений и научился с помощью них лечить людей. Со всех окрестных деревень стали приходить к Заморышу хворые. Однако нашёлся злой человек, который позавидовал славе лекаря и решил извести его. Как-то в праздничный день поднёс злыдень Заморышу кубок вина с ядом. Тот выпил, а как почув-ствовал, что умирает, позвал людей и завещал закопать после смерти ноготок с его левой руки под окном отравителя. Выполнили его просьбу. Выросло на том месте лекарственное растение с золотистыми цветками. В память о добром лекаре люди назвали этот цветок ноготками. Первые христиане называли календулу «Золото Марии» и украшали ею статуи матери Спасителя. В древней Индии из календулы плели гирлянды и украшали ими ста-туи святых. Календулу называют иногда «невеста лета» из-за тенденции цветка поворачи-ваться за солнцем.

**Стихотворения про календула:**

Неприхотливые цветочки НОГОТКИ,

Их по-научному календулой зовут.

Дар исцеления имеют лепестки.

Чем больше обрываешь их, тем дружней цветут.

Настойка из календулы от боли головной,

И, если вы не знаете, от сердца помогает,

Желудочную язву их исцелит настой,

И— даже в онкологии он силу применяет.

Вазелин с календулой смешайте хорошенько,

* мазь ту примените при пролежнях и ранах. Собравши лепесточки во время их цветения, Их силу исцеления используй постоянно.

А заболели зубы иль ротовая полость— Настойку разведите и полощите чаще.

Простой на вид цветочек, а свойств целебных — повесть, Пусть будет он лекарством всегда моим и вашим !

**Загадки про календулу**

Ноготок короток,

* сквозь землю прошёл — Шапку золота нашёл.

**ОГОРОД Т.10**

**Огород на территории**

**МБДОУ детский сад «Лесная поляна»**



На территории ДОУ отведено место для ого-рода, который является общим для всех воспитан-ников. Место для огорода выбрано на открытом, не затенённом пространстве, ближе к хозяйственному двору. Грядки разбиваются шириной 60—70 см, чтобы детям было удобно доставать рукой до сере-дины. Длина грядки 2,5—3 м. Между грядками ос-тавляют расстояние шириной 50 см. Прокладывают маршрутную дорожку шириной не менее 1 м, чтобы детям было удобно проходить к грядкам, а воспита-телю проводить занятия, коллективные наблюде-ния. Отведено место, где можно поставить стол и скамейки. На огороде выращивают районированные культуры, неприхотливые и интересные для наблю-дений.

Для огорода мы выбираем быстрорастущие, раносозревающие овощи, которые можно есть на протяжении весны и лета. Кроме того, семена, луковицы — крупными, чтобы дети могли

сажать их сами. Это лук, горох, бобы, редис.

Однако для формирования представлений о разнообразии растений, об их особен-ностях следует дополнительно посадить разные сорта лука, салата, моркови, редиса, ка-бачка.

На огороде выращивают такие овощные культуры: зеленные (щавель, укроп, салат, петрушка), пряно-вкусовые (мята перечная, любисток и т. д.), луковые (лук-батун, лук репчатый, шнитт-лук, чеснок), капустные (капуста белокочанная), плодовые (кабачок, огурец, томат, тыква и т. д.), корне— и клубнеплоды (морковь, репа, редис, свёкла, карто-фель), бобовые и кукуруза (горох, фасоль, сахарная кукуруза).

Старшие дошкольники должны знать, что растения можно вырастить из семян и луковиц.

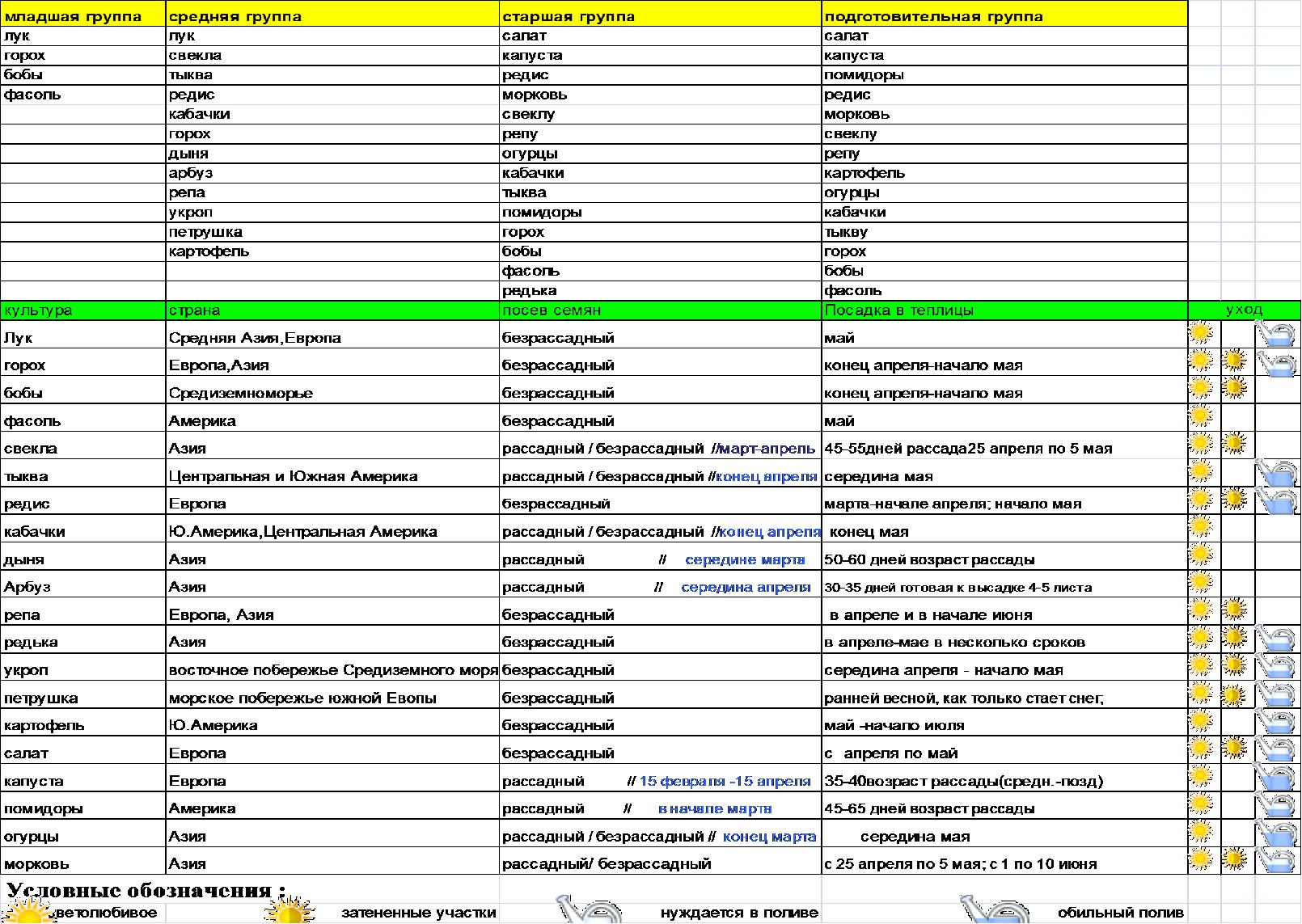
Мир растений привлекает детей своим разнообразием в любое время года. А летом особенно, ведь это цветение трав и плодоношение овощных культур. Но, к сожалению, не каждый малыш может увидеть все это в условиях мегаполюса. Поэтому в детском саду необходимо создать такие условия, чтобы любой ребёнок мог не только понаблюдать за растениями, а также принять участие в работе по их выращиванию. В этом случае нам на помощь приходят теплицы. Но время посадки, ухода и уборки урожая в теплицах значи-тельно отличается от сроков посадки растений в открытый грунт.

Например, если в марте мы посеем семена огурцов в горшки, то в мае уже получим первые плоды.

Поэтому мы подобрали овощные культуры, учитывая время высадки растений на рассаду и в теплицу. Выбор овощных культур зависел от возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также, уход за этими растениями был посилен детям дошкольного возраста.

При создании таблицы учитывалась и климатическая зона средней полосы нечер-ноземья, где располагается детский сад. Выбор растений достаточно разнообразен, что позволяет расширить кругозор ребёнка, проводить наблюдение за овощными культурами, устанавливать причинно-следственные связи.

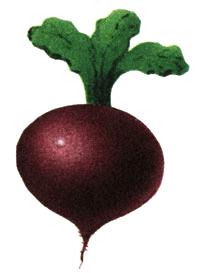
Также в таблице даны дополнительные сведения о растениях, что поможет воспи-тателям ответить на вопросы детей и дать им более подробную информацию.



**Характеристика овощных культур, которые выращиваются на огороде дет-ского сада:**

**СВЁКЛА**

*Свёкла* (лат. *Béta*[2])—рододно-,дву-и мно-голетних травянистых растений семейства Амаран-товые (ранее род относился к семейству Маревые).



Самыми известными представителями явля-ются: свёкла обыкновенная, сахарная свёкла, кормо-вая свёкла. В обиходе все они носят общее назва-ние — свёкла. В юго-западных областях России и на большей части Украины растение называют *буряк* или *бурак* (также и в Белоруссии — белор. *бурак*). Встречается на всех континентах кроме Антарктиды.

Все современные виды свёклы происходят от дикой свёклы, растущей на Дальнем Востоке и в Ин-дии, которую использовали в пищу с незапамятных времён. Первые упоминания о свёкле относятся к Средиземноморью и Вавилону, где её использовали как лекарственное и овощное растение. Первона-

чально употребляли в пищу только её листья, а корни использовались в лечебных целях.

Свёклу очень ценили древние греки, приносившие свёклу в жертву богу Аполлону. Первые корнеплодные формы появились (по Теофрасту) и были хорошо известны к IV веку до нашей эры.

* + началу н. э. появились культурные формы обыкновенной корнеплодной свёклы;
* X—XI веках они были известны в Киевской Руси, в XIII—XIV веках — в странах Запад-ной Европы. В XIV веке свёклу начали выращивать в северной Европе.

Кормовая свёкла была выведена только в XVI веке в Германии. Полная дифферен-циация свёклы на столовые и кормовые формы произошла в XVI—XVII веках и уже в XVIII веке этот овощ быстро распространился по странам Европы. Кормовая свёкла по химическому составу мало отличается от других видов свёклы, но её корнеплоды содер-жат большое количество клетчатки и волокон.

Сахарная свёкла появилась в результате интенсивной работы селекционеров, нача-ло которой было положено в 1747 году, когда Андреас Маргграф выяснил, что сахар, ко-торый до того получали из сахарного тростника, содержится и в свёкле[4]. В то время учё-ный смог установить, что содержание сахара в кормовой свёкле составляло 1,3 %, тогда как в корнеплодах ныне существующих, выведенных селекционерами сортов оно превы-шает 20 %. Открытие Маргграфа впервые сумел оценить и практически использовать лишь его ученик Франц Карл Ахард, который посвятил свою жизнь проблеме получения свекловичного сахара и в 1801 году оборудовал в Нижней Силезии фабрику, где сахар вы-рабатывали из свёклы. С тех пор сахарная свёкла распространилась, и в настоящее время является вторым источником сахара после сахарного тростника.

С конца XIX и в XX веке все виды свёклы распространились на все континенты, кроме Антарктиды.

Листья и корнеплоды практически всех видов тем или иным образом используются

* пищу для людей и корм для животных, а также как сырьё для промышленности. По дан-ным Лондонской школы медицины известно, что этот корнеплод богат калием, антиокси-дантами и фолиевой кислотой, хорошо понижает кровяное давление

**Стихотворения о свёкле**

Вкус свеклы своеобразный

* сортов бывает разных: Винегретная и борщевая, Для скотины — кормовая.

Без свеклы борща не сваришь,

Винегрет не приготовишь.

Этот овощ нам товарищ

И салатом быть готовый.

|  |  |
| --- | --- |
| Для людей незаменимая | В любом виде, в разных блюдах |
| И гурманами ценимая, | Он покажет свою удаль - |
| Всем привычная свекла | Не капризный корнеплод, |
| Не отходит от стола. | Пусть на радость нам растёт. |
| Многим деткам помогла | Людям воздаёт сторицею |
| Носик вылечить свекла. | Не капризная свеклица. |
| Её метод излечения – | Круглый год она годится |
| Вмиг снимает воспаление, | Для салатов и борщей. |
| Если нос закапать соком. | И других таких вещей. |
| И в салат она полезная. | В пору жаркую прохладный |
| Примененья — спектр широкий: | Обожаем мы свекольник – |
| От еды и до болезни. | Гвоздь программы для застолья. |
| Так что этот корнеплод | И всегда всем людям в радость |
| Всем на свете подойдёт! | Это блюдо превосходное |
|  | И зовут его — народное. |
| **Загадки про свёклу** |  |
| Лишь на грядке вновь растёт, | Видел ты её на грядке, |
| Веселится и поёт. | Вкус прекрасный, даже сладкий. |
| Яркий цвет, прекрасный вкус, | Под землёй растёт она, |
| Пусть и лёгкий этот груз. | Цвета бурого всегда. |
| Борщ, салаты, винегрет, | Блюд с ней столько, посмотри, |
| В ней и вкуса весь секрет. | Сам себя ты удиви. |
| Пусть же и мала она, | Борщ и снова сельдь под шубой, |
| Мы ответим, это же… | Пусть отгадка будет мудрой. |
| Есть на нашем огороде, | Лишь на дачке она есть, |
| Чудо вкусное в природе. | И растёт давно уж здесь. |
| Пусть она и небольшая, | Плод томится под землёй, |
| Только вкусная такая. | Созревает он порой. |
| Цвет бордовый и ботва, | Вкусная, бордовая такая, |
| Под землёй растёт всегда. | Ярче овоща не знаем. |
| Отгадать нам всем пора, | Борщ скорее приготовь, |
| Этот овощ, ведь… | Угадай её ты вновь. |
| Яркий вкус и яркий цвет – | Кто любит борщ и винегрет, |
| Вот её тайна, её лишь секрет. | Грустит, когда её в нём нет. |
| Винегрет на кухне уже есть, | На грядке под землёй растёт – |
| Значит овощ этот был сегодня здесь. | В народе ей всегда почёт. |
| Ну-ка, ты загадку отгадай, |  |
| Овощ поскорее называй! |  |
| Бордовощёкая краса | Бордовый этот корнеплод – |
| В земле сидит. И крепко. | На свете слаще нет! |
| Снаружи лишь её коса. | Готовит весь честной народ |
| Сама же — словно репка | С ней борщ и винегрет. |

**Экологическая сказка**

*«Как свёкла помогла Маше выздороветь. Чудесная скромница»*

* одном городе жила была девочка Маша. Маше было шесть лет. Она была высокая, стройная и очень красивая девочка. Маша ходила в детский сад, который назывался «Ряби-нушка», а по выходным дням они с мамой ходили в спортивный клуб, где Маша занималась гимнастикой. Так было до недавнего времени, пока с Машей не приключилась беда. В это утро Маша почувствовала себя плохо: у неё болела голова, а сердце билось так, что стано-вилось трудно дышать. Маша не смогла встать с постели и не пошла в детский сад.

А в детском саду ребята играли, занимались любимыми делами: лепили из пластилина, строили города, кормили кукол, только Маши не было рядом с ними. Мама напоила Машу тёп-

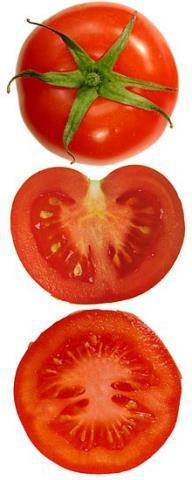
лым чаем с малиновым вареньем, укутала её в мягкое, пушистое одеяло и девочка уснула. И вот снится девочке сон. Будто бы она в гостях у своей бабушки в деревне. Светит яркое солнышко. На дворе тепло. Бабушка стоит у печки, что-то готовит и говорит: «Маша, сходи на огород, со-рви мне свёклу, ту, что растёт на дальней грядке! Я приготовлю для тебя необыкновенное блю-до!» Маша весело бежит на огород, где растут овощи. Вот грядка с морковкой, луком, огурца-ми. А вот и грядка со свёклой. Да что это? Кто это притаился там на грядке? Да ведь это Заяц — длинные уши, косые глаза! Увидел Заяц Машу и вдруг заговорил человеческим голосом: «Ма-ша! Не гони меня с огорода! Мне нужен овощ, который поможет моим зайчатам излечить сердце, стать крепкими, выносливыми». «Что это за овощ такой, — удивилась Маша. «Это свёкла, которую выращивает твоя бабушка», — сказал Заяц и показал на грядку, где росла свёкла… «Если тебе и твоим зайчатам так необходима бабушкина свёкла, бери! Только я не пойму, что же в ней особенного? « «Это самый лучший овощ на грядке, — ответил Заяц, — ведь в нем в достаточном количестве содержится витамин В9, благодаря которому свёкла очень полезна для профилактики болезней сердца. А по содержанию йода, железа и цинка свёкла опередила остальные овощи! Бабушкина свёкла — лучший природный лекарь для моих зайчат. Она поможет им избавиться от проблем с кроветворением! А уж, сколько в свёкле минераль-ных веществ и микроэлементов и не пересчитать», — добавил Заяц.

Заяц сорвал понравившуюся ему свёклу, прыгнул в высокую траву и исчез за кус-тами. «Да! Вот тебе и скромница свёкла! « — сказала Маша, сорвала и бережно положила в корзинку свеколку.

«Маша! Просыпайся! «— говорила мама, склоняясь над Машиной постелью. Она стояла, улыбалась и гладила Машу по голове. «Вставай! Я приготовила для тебя чудесное блюдо! Вот поешь его и сразу выздоровеешь». Маша поднялась с постели, умылась и прошла на кухню. На столе стояло блюдо, приготовленное из чудо-свёклы! «Мама! Это же овощ из моего сна! О нем мне рассказывал Заяц! Как ты догадалась, что он мне поможет? Тебя же не было в моем сне! « Мама улыбнулась, поцеловала дочку в тёплую щёчку и сказала: «Ешь, ешь Маша! Это чудесный овощ! Он многим помог и тебе поможет выздороветь». Маша съела вкусный свекольный салат и вправду почувствовала себя лучше! Теперь мама каждый день готовила для Маши какое-то блюдо из свёклы и щёчки у Маши стали яркие, красивые. Она выздоровела, пошла опять в детский сад и больше уже никогда не болела!

**ТОМАТ**

**Тома́т** (лат.*Solánum lycopérsicum*)—растение рода Пас-лён[2] семейства Паслёновые, одно- или многолетняя трава. Воз-делывается как овощная культура. Плоды томата известны под названием **помидо́ры**. Тип плода — ягода.



Название *помидор* происходит от итал. *pomo d'oro* — *зо-лотое яблоко*.Настоящее название было у ацтеков— *томатль*,французы переделали его в фр. *tomate* (томат).

Родина — Южная Америка, где до сих пор встречаются дикие и полукультурные формы томата.

Томат имеет сильно развитую корневую систему стержне-вого типа. Корни разветвлённые, растут и формируются быстро. Уходят в землю на большую глубину (при безрассадной культуре до 1 м и более), распространяясь в диаметре на 1,5-2,5 м. При на-личии влаги и питания дополнительные корни могут образовы-ваться на любой части стебля, поэтому томат можно размножать не только семенами, но также черенками и боковыми побегами (пасынками). Поставленные в воду, они через несколько суток образуют корни.

Стебель у томата прямостоячий или полегающий, ветвя-

щийся, высотой от 30 см до 2 м и более. Листья непарноперистые, рассечённые на крупные

доли, иногда картофельного типа. Цветки мелкие, невзрачные, жёлтые различных оттенков, собраны в кисть. Томат — факультативный самоопылитель: в одном цветке имеются муж-ские и женские органы.

Плоды — сочные многогнёздные ягоды различной формы (от плоско-округлой до цилиндрической; могут быть мелкими (масса до 50 г), средними (51-100 г) и крупными (свыше 100 г, иногда до 800 г и более). Окраска плодов от бледно-розовой до ярко-красной и малиновой, от белой, светло-зелёной, светло-жёлтой до золотисто-жёлтой.

Семена мелкие, плоские, заострённые у основания, светло- или темно-жёлтые, обычно опушённые, вследствие чего имеют серый оттенок. Физиологически зрелыми ста-новятся уже в зелёных, сформированных плодах. Всхожесть сохраняют 6-8 лет.

При благоприятных температурных условиях и наличии влаги семена прорастают через 3-4 суток. Первый настоящий лист появляется обычно через 6-10 суток после всхо-дов, последующие 3-4 листа — ещё через 5-6 суток, в дальнейшем каждый новый лист об-разуется через 3-5 суток. Начиная с молодого возраста в пазухах листьев отрастают боко-вые побеги (пасынки). Продолжительность периода от всходов до цветения растения 50-

1. суток, от цветения до созревания плода 45-60 суток.

По строению куста, толщине стебля и характеру листьев различают 3 разновидно-сти томатов: нештамбовый, штамбовый, картофельный.

Использование: томат сегодня — одна из самых популярных культур благодаря своим ценным питательным и диетическим качествам, большому разнообразию сортов, высокой отзывчивости на применяемые приёмы выращивания. Его возделывают в откры-том грунте, под плёночными укрытиями, в теплицах, парниках, на балконах, лоджиях и даже в комнатах на подоконниках.

Плоды томата употребляют в пищу свежими, варёными, жареными, консервиро-ванными, из них готовят томат-пасту, всевозможные соусы, соки, лечо.

**Загадки про томат:**

|  |  |
| --- | --- |
| В домике одноэтажном | В огороде вырастаю. |
| Созревает овощ важный. | А когда я созреваю, |
| За стеклом сидит синьор, | Варят из меня томат, |
| Толстый, красный | В щи кладут |
|  | И так едят. |
| Вырастает в огороде. | Грядка наш родимый дом |
| Он как красно солнце вроде. | Мы на кустике растём. |
| И король средь овощей, | Как в музее экспонаты, |
| Пригодится и для щей. | На кусте красны |
| Знают все его прекрасно | Как на нашей грядке |
| И ответят все подряд, | Выросли загадки |
| Кто с зелёного на красный | Сочные да крупные, |
| Поменяет свой наряд | Вот такие круглые. |
| Кто на грядках самый важный | Летом зеленеют, |
| И в теплице командор? | К осени краснеют. |
| Из ребят ответит каждый Этот овощ — ... |  |
| Красноликие девицы, | Красный вкусный, хоть не сладкий. |
| Очень дружные сестрицы, | Зреет на обычной грядке, |
| За плетнём и вдоль забора, | Но, как в сказке, с давних пор |
| Поспевают... | Все зовут его: «Синьор»!... |
| Круглый, красный, кислый, сладкий, | Мечтал он быть Томатом |
| Можно съесть его нам с грядки, | Большим аристократом, |
| Если же сорвать зелёным, | Но его, то с давних пор |
| Будет он к зиме солёным. | Дразнят просто... |
| Знают люди с давних пор, |  |
| Как прекрасен... |  |

Мы в теплицу посадили.

Поливали и рыхлили.

На кустах плоды висят.

Красненьким бочком горят.

Осенью плодов тех сбор. Это овощ -

На кустах тепличных красные плоды, Толстые, пузатые, узнаешь их ты? Как большие ягоды на веточках висят

С нетерпеньем просятся в овощной салат.

**Стихотворения про томат:**

|  |  |
| --- | --- |
| **А. Алферова** | **Е. Жуковская** |
| Почему меня сорвали | **Помидор** я,иль томат, |
| и томатом обозвали? | Витаминами богат, |
| Что за шутки, что за вздор? | На вид я не ужасный: |
| Я — весёлый **помидор**! | Круглый я и красный, |
|  | Положить меня в салат |
|  | Каждый будет очень рад. |
| **В. Сибирцев** | **В. Лызлова** |
| Сразу виден овощ этот | **Помидор**,он же Томат, |
| Ярко красного он цвета, | Ничему уже не рад, |
| Соберём с кустов мы скоро | Он от страха покраснел: |
| Много сочных **помидоров**! | Как бы кто его не съел! |
| **В. Горак** | **Алешков** |
| С неба, просто для порядку, |  |
| Дождичек пошёл на грядку. | Помидор, **помидор**, |
| В нем умылся **помидор**, | не ходи ты в коридор. |
| Красный, сочный он с тех пор! | Там котёнок, он не струсит, |
| Он в густой листве таится… | За бочок тебя укусит. |
| Уж не нас ли он боится? |  |
| **Н. Маслей** | **З. Письман** |
| Этот красный яркий плод | Как у нашей тёти Доры, |
| Так и просится к нам в рот. | Покраснели **помидоры**, |
| Мягкий, сочный он внутри | Очень сладкие на вкус, |
| **Помидором** назови | А разрежешь — как арбуз |
|  | Соком свежим налиты, |
|  | Только зубом надкуси |
|  | Аппетит к тебе придёт, |
|  | Сладкий сок польётся в рот. |
|  | Кушай, друг мой, помидоры, |
|  | Что растут у тёти Доры. |
| **А. Тесленко** | **М. Борина** |
| **Помидор** созрел на грядке, | Помидорчик, **помидор**, |
| Стал он красным!Все в порядке! | Очень важный ты сеньор. |
| Поднимайтесь-ка , друзья, | У тебя кафтанчик красный, |
| Ждёт работа всех с утра. | Здесь ты вырос не напрасно. |
| Помидоры собирать, | Ты пузатый и солидный, |
| На засолку, и в салат! | Сразу ясно, овощ видный. |
|  | Очень сочный и румяный, |
|  | Приготовит тебя мама. |
|  | Вкусный сделает салат |
|  | И накормит всех ребят. |

**ТЫКВА**

*Тыква —* древняя культура,происходящая израйонов Центральной Америки, Персии, Малой Азии. Древние греки и римляне указывали на проис-хождение тыкв из Старого Света. Это суждение было настолько популярно, что очень долгое время роди-ной тыквы считали Евразийский континент. Мнение по этому вопросу резко изменилось только после ра-бот американских археологов, обнаруживших остат-ки почти всех видов тыкв в захоронениях древних индейцев, и после нахождения в Америке диких и отдалённых родичей всех видов культурных тыкв,



распространённых в Старом Свете. В древности тыквы имели для населения Центральной Америки такое же пищевое значение, как и дыни для населения Средней Азии.

После открытия Америки европейцы обратили внимание на такое крупноплодное растение Америки, как тыква и, вероятно, сразу же привезли её оттуда.

* + Россию она была завезена лишь в 19 веке. В настоящее время тыква распростра-нена почти во всех районах нашей страны, за исключением Крайнего Севера. Для возде-лывания используют три вида тыквы — крупноплодную, твёрдокорую и мускатную. При этом на юге выращивают в основном сорта крупноплодной и мускатной тыквы, в цен-тральных областях — сорта твёрдокорой. Редкий огород обходился без тыквы, так как она почти не занимала полезной площади: её высаживали по краям огородов, а плети распро-странялись по изгородям и межевым пространствам.

Среди всех известных культурных растений тыква имеет самый большой плод — до 90 кг. Её твёрдая оболочка, как броня, предохраняет нежную внутренность при транс-портировке и хранении. Тыквы можно держать в помещении с обычными условиями до весны, а отдельные плоды в эксперименте сохранялись до трёх лет даже в среднеазиат-ском климате.

*Биологические особенности тыквы:* теплолюбивая,но более холодостойкая и ме-нее устойчивая к жаре культура, чем арбуз и дыня. Семена начинают прорастать при 13°,

* у некоторых сортов — при 10…12°. Нормальный рост растений различных видов тыквы протекает при температуре 20…30°. Обычно всходы появляются на 10…15-й день, а при благоприятных условиях — через 6-9 дней после посева.

Следует иметь в виду, что всходы, выращенные из семян, долгое время лежавших в почве при низкой температуре, получаются ослабленными, и в дальнейшем такие расте-ния дают низкий урожай.

По тепло требовательности сорта различных видов тыквы существенно различают-ся. Наиболее устойчивы к холоду сорта твёрдокорой тыквы, особенно полученные в отно-сительно северных районах её возделывания. Но качество продукции этих сортов обычно ниже, чем у сортов южного происхождения и у других видов. Наибольшая потребность в тепле у сортов мускатной тыквы, что препятствует их более широкому распространению. Тыква относится к группе жаростойких видов растений, вредное воздействие жары на неё иногда проявляется только в самых южных районах России.

Для сортов тыквы вида твёрдокорая оптимальная температура для нормального роста и развитая растения — 20…25о, для крупноплодной и мускатной тыквы — 25…30о. При температуре ниже оптимальной рост и развитие задерживаются, урожайность резко снижается. Понижение температуры до 0...-1 ° сильно повреждает всходы тыквы. Особен-но чувствительны растения к пониженным температурам в начальный период, когда они пользуются запасами семени, отложенными в семядолях, и в период цветения: при темпе-ратуре ниже 15 ° наблюдается опадение бутонов и цветков, пыльца и рыльце плохо созре-вают, оплодотворение затрудняется. Однако и высокая температура во время цветения также вредна для растений. Оптимальные условия для цветения и оплодотворения скла-

дываются при температуре 18…20 ° утром и 20…25 ° днём. Высокие температуры и длинный день благоприятствуют образованию мужских цветков, пониженные температу-ры и короткий день способствуют морфогенезу женских цветков.

Корневая система тыквы более чувствительна к пониженным температурам, чем надземная. Если длительное время температура воздуха бывает ниже допустимого преде-ла (15 °), корневая система повреждается патогенными микроорганизмами и начинает от-мирать раньше, чем листья и стебли.

Тыква — менее засухоустойчивая культура, чем арбуз и дыня, и очень отзывчива на поливы. Она интенсивно растёт в течение всей вегетации, а её ассимиляционный аппа-рат достигает очень больших размеров. Поэтому растения все время нуждаются в боль-шом количестве влаги.

Семена тыквы, как и других бахчевых культур, обладают большой сосущей силой

* могут прорастать даже в довольно сухой почве. С развитием большой листовой поверх-ности потребность растений во влаге увеличивается, особенно в период массового цвете-ния и образования плодов. Даже кратковременная засуха способствует опадению завязей
* приостанавливает оплодотворение.

Полив растений рано утром, до раскрытия цветков, способствует выделению нек-тара а, следовательно, успешному их опылению и оплодотворению. При поливе же в бо-лее поздние сроки, когда цветки уже раскрылись, в них попадает вода, доступ к нектару затрудняется, пчелы перестают посещать цветки, и опыления не происходит. Образование плодов у тыквы в средней зоне происходит в основном в июне. Если этот месяц дождли-вый, что мешает пчёлам посещать растения, плоды нередко образуются без семян. Это важно учитывать при выращивании растений на семена.

Среди бахчевых культур тыква наиболее требовательна к почвенному плодородию

* наиболее отзывчива на применение органических удобрений. Дружные всходы бывают лишь на лёгких по механическому составу и рыхлых почвах, в которые свободно поступа-ет воздух. При образовании почвенной корки, препятствующей доступу кислорода к се-менам, а позднее и к корневой системе, семена и корни задыхаются и могут погибнуть. Тыкву выращивают на тёмноцветных обогащённых супесях, супесчаных или суглинистых чернозёмах. Она не выносит кислых почв, но относительно устойчива к их засолению, превосходя по этому показателю арбуз и дыню.

Особенно большое значение в начальный период роста и развития тыквы имеет фосфор. Недостаток его снижает содержание азота из-за меньшего его поглощения кор-нями. Длительное фосфорное голодание ослабляет растения. В фосфоре растения тыквы нуждаются в течение всего периода вегетации, поэтому послойная заправка почвы им очень важна. В подкормках фосфор лучше использовать совместно с азотом и калием. Азот влияет на процесс образования, формирования и развития генеративных органов, в частности на проявление пола у растений. Повышенное содержание азота усиливает про-явление женского пола. Калий оказывает существенное влияние на обмен веществ в рас-тениях. Особенно важную роль он играет в процессах плодообразования, изменяя соот-ношение мужских и женских цветков. Способствует повышению скороспелости растений. В сочетании с фосфором калий повышает сахаристость плодов.

Растения тыквы нуждаются в хорошем освещении. В пасмурную погоду и при чрезмерном загущении в плодах мало накапливается сахаров и сухих веществ, они плохо растут и дают пониженный урожай. По отношению к продолжительности дневного осве-щения тыкву относят к нейтральным растениям — они хорошо плодоносят в условиях и короткого, и длинного дня. Сорта тыквы северного происхождения более приспособлены к недостаточно высокой интенсивности освещения, чем южные. В теплицах тыквы тре-буют дополнительного досвечивания.

**Стихотворения про тыкву:**

|  |  |
| --- | --- |
| Жёлтая как солнце тыква, | Как волшебницу из сказки |
| Как арбуз больших размеров. | Дети нашу тыкву знают. |

|  |  |
| --- | --- |
| Но мы к ней давно привыкли | Ну а всякие там кашки |
| И в её полезность верим. | Они просто обожают. |
| Замечательные каши | И уже давно привыкли |
| Нам готовят мамы наши | Кушать пирожки из тыквы, |
| И пекут нам пироги, | Где вещей полезных — полк: |
| Что вкуснее всех других. | Мамы в тыквах знают толк. |
| Надо маму, папу слушать |  |
| И побольше тыквы кушать. |  |
| К тыкве мы давно привыкли. | Наша тыква золотая, |
| Витаминам витамин – | Как конфетка во рту тает. |
| Овощ он такой один. | Если тыкву испечём, |
| Если овощем назвать | И притрусим сахарком |
| Можно тыкву, так сказать. | Так и тянет её съесть, |
| Впрочем, людям все равно, | Этот наш деликатес. |
| Как её там звать должно. | Ну а тыквенные кашки, |
| Главное такой один | Что глотают детки наши |
| В мире тыква — витамин. | Словно целый год не ели, |
|  | Что за прелесть, в самом деле. |
|  | Тыкву похвалить не грех |
|  | За такой большой успех. |
| **Загадки про тыкву** |  |
| Золотая голова велика, тяжела, | В огороде — жёлтый мяч, |
| Золотая голова отдохнуть прилегла. | Только не бежит он вскачь, |
| Голова велика, только шея тонка. | Он как полная луна, |
|  | Вкусные в нем семена |
| Золотая Голова |  |
| У забора прилегла. | Круглолица, желтокожа |
|  | На Луну она похожа. |
| Жёлтая Луна | Словно спелая Луна |
| На прилавке всем видна. | Из травы густой видна. |
| Вкусная да спелая, |  |
| На Солнце загорелая. |  |

**ЩАВЕЛЬ**

*Огородный* ***щавель***—многолетнее растение,имеет мясистый стержневой корень, идущий глубо-ко в почву. Листья крупные, длинные, собраны в прикорневую розетку. На второй год после посева щавель зацветает. Семена его мелкие, трёхгранной формы (в 1 г содержится от 1 до 1,5 тыс. семян).

**Щавель** —холодостойкое растение,выносит замо-розки при наличии снежного покрова, хорошо пере-зимовывает. Семена начинают прорастать при тем-пературе 3°, всходы появляются на 8—14-й день по-сле посева. Хорошо развивается в условиях неболь-

шого затенения. При высокой температуре и пониженной влажности почвы развивает не-большую листовую розетку и скоро зацветает, что ухудшает качество продукции.

**Щавель** ценен как ранний овощ,дающий свежую продукцию из открытого грунта.Из его листьев приготовляют пюре, супы, салаты как в свежем, так и в консервированном виде. По своему химическому составу щавель богат минеральными веществами (железо, калий), белковыми веществами, а также органическими кислотами (яблочная, лимонная,

щавелевая). Витамина С и каротина в свежих листьях щавеля содержится больше, чем в других широко распространённых овощах.

Издавна щавель потребляется не только как ранний витаминный продукт, но и как средство кровоостанавливающее, против глистов, при расстройствах желудка. При желту-хе и других заболеваниях печени, используется как желчегонное средство. Отвары из кор-ней щавеля улучшают обмен веществ в организме.

**Загадки про щавель:**

Раньше был он сорняком,

* теперь на грядке Всходит он густым пучком, В щи идёт в достатке.

Щи люблю я из капусты.

Но и с Ним бывает вкусно!

Витаминов — прямо клад!

* бываю очень рад, Скушать кисленький листок.
* б, конечно, больше смог! Но… поем со щами Витаминный ….

**Стихотворения и скороговорки про щавель:**

|  |  |
| --- | --- |
| В роще травы шевеля, мы нащиплем щаве- | Зелёный Щавель — простая трава, |
| ля. | В заботах о нем не болит голова. |
| Ты, нас, мама, не ищи — щиплем мы ща- | Щавель собираешь к обеду на щи - |
| вель на щи. | В тени покрупнее его поищи. |

**КАБАЧОК**

*Кабачок —* кустовая разновидность тыквы обык-новенной с продолговатыми плодами, без плетей. Пло-ды могут быть зелёного, жёлтого, чёрного или белого цвета. Мякоть нежная и быстроваркая, употребляется также и в сыром виде (в салатах).



Стебель у кустовых форм прямостоячий, толстый,

* жёстким опушением. Листья крупные, с пятью заост-рёнными лопастями, на длинных черешках, светло или тёмно-зелёные, иногда с белыми пятнами, с шиловид-ным грубым опушением.

Корневая система мощная, состоит из стержневого корня, боковых и придаточных корней, расположена в основном в пахотном горизонте, широко распространяясь в сторо-ны.

Цветки кабачка раздельнополые (т.е. мужские и женские), однодомные (оба типа цветков находятся на одном растении). Крупные, жёлтой окраски, колокольчатой формы, пятилепестковые, одиночные. Располагаются на главном стебле, иногда на боковых побе-гах первого порядка. Растения кабачка перекрестноопыляемые, пыльцу переносят пчелы, шмели и другие виды насекомых.

Плоды кабачка удлинённые, цилиндрические, иногда слегка изогнутой формы. Мас-са плодов в фазе технической (потребительской) зрелости в среднем 700…900 г, физиоло-гически зрелых — 1,5…2 кг.

Кабачок — скороспелая теплотребовательная культура, семена его начинают про-растать при 10 -12°С. Но из всех тыквенных кабачок наиболее холодостоек и переносит значительные колебания температуры. Растения хорошо растут и развиваются при темпе-ратуре 16 -30°С.

Для кабачка лучше подходят супесчаные или суглинистые почвы, хорошо заправ-ленные органическими удобрениями.

Агротехника. Кабачок высевают в открытый грунт примерно в те же сроки, что и огурец. Для получения более раннего урожая и удлинения периода его поступления при-меняют рассадный способ выращивания, плёночные укрытия, тёплые гряды. Для исполь-зования в осенне-зимний период кабачки сеют 5 — 15 июня.

Схемы посева: квадратно-гнездовая 70x70 см; ленточная с чередованием междуря-дий 50 и 90 см и расположением лунок в ряду через 70 см. В лунку высевают по 2 — 3 се-мени.

На грядах шириной 80 см под временными плёночными укрытиями тоннельного ти-па рассаду высаживают в один ряд через 50 см. Сроки высадки 20-25 мая. Любые плёноч-ные сооружения должны хорошо проветриваться, так как кабачок плохо переносит высо-кую влажность воздуха.

При посеве семян и высадке рассады в лунку хорошо внести 0,5 кг перегноя и столо-вую ложку золы, перемешав их с почвой. На бедных почвах вместо лунок делают ямки диаметром 30-40 см, глубиной 25-30 см, заполняют их навозом или перегноем, засыпают сверху почвой слоем 15-20 см и высаживают рассаду.

Поливы особенно важны после высадки рассады и в период массового цветения и формирования плодов. Во время формирования и налива плодов растения поливают два-жды в неделю из расчёта 10-12 л/м² или один раз в неделю двойной нормой.

Плоды собирают два раза в неделю, срезая их с плодоножкой. В пищу употребляют 8 — 12-дневные завязи длиной 20 — 25 см, с сочной, плотной мякотью, с недозрелыми водянистыми, некожистыми семенами.

**Стихотворения про кабачок:**

|  |  |
| --- | --- |
| \*\*\* | \*\*\* |
| Золотистый кабачок | Знают мамы — кабачата |
| Завалился на бочок, | Очень любят все ребята. |
| Толстенький как поросёнок | И икру из кабачат, |
| И шумит листвой спросонок. | Словно кролики едят. |
| И в приятной дрёме ждёт, | Да и козочки не прочь, |
| Может кто-нибудь придёт | Как и зайцы, нам помочь, |
| И на завтрак заберёт. | Потому что кабачата |
| Потому что в кабачатах | Очень вкусные ребята. |
| Зрелых, молодых и сладких, | \*\*\* |
| Много нужной нам клетчатки | Он у нас не новичок |
| \*\*\* | Всем известный кабачок. |
| Разыгрался аппетит | Культивируем давно, |
| И животик не болит | Это золотое дно – |
| Кабачата виноваты, | Кладезь нужных витаминов, |
| Что такие вкуснотища. | Лучше всяких апельсинов. |
| Любим мы такую пищу. | И купить их не накладно |
| Не тяжёлая она | Вкусно, дёшево, приятно. |
| И полезна, и вкусна. | Этот овощ, как ни странно, |
| Вот поэтому все люди | Всем обычно по карману |
| Кабачата очень любят. |  |
| Их растить совсем не сложно, |  |
| Даже деткам всем возможно. |  |
| **Загадки про кабачок:** |  |
| Огурца я пополней. | Он похож на огурец, |
| Больше — я. Он — зеленей. | Он тяжёлый как свинец, |
| Вам не буду, детки, врать я: | Завалился на бочок, |
| Мы — двоюродные братья. | Желтощёкий — ... |
| Только он — малыш, сморчок, |  |
| Я же — ладный ... | Я лежу на грядке гордо, |
|  | Греет солнце мой бочок. |
| Вырос он на грядке, | Я — зелёный, вкусный, твёрдый, |
| Крупный,белый, гладкий! | И зовусь я **…** |
| Из него вкусны котлеты, |  |
| Можно есть зимой и летом. | Наши овощи на грядке |
| Я подумала спросонок — | Иногда играют в прятки. |
| Это — милый поросёнок! | Кто там выставил бочок? - |
| Хвостик есть ... А пятачок?! | Вкусный овощ... |
| Да ведь это – |  |
|  | Этот увалень зелёный |
| Просто так, без физзарядки, | Аккуратный и холёный. |
| Полосатый свой бочок | Без загара бледный, светлый. |
| Уложил на грядке | Солнцу, дождику и ветру |
| Толстый, длинный | Подставляет свой бочок |
|  | Огородник...( |



**ПЕТРУШКА**

*Родина петрушки* —остров Сардиния,тамэто растение до сих пор встречается в дикорастущем виде. Сходство её названия с именем Пётр не слу-

чайность, они действительно происходят от одного и того же латинского корня, означаю-щего в переводе «камень». Древние римляне называли петрушку «петроселениум», что означает «растущий на камне», подчёркивая тем самым её редкую нетребовательность к почвам. И в Древнем Риме, и в Древней Греции петрушку культивировали не только как съедобное, но и как лекарственное, а заодно и декоративное растение. В России её куль-тивируют с XV века, но поначалу в ней тоже видели прежде всего лекарственное расте-ние, кроме того, ей приписывали мистические свойства и использовали в обрядовых праздниках.

*Биологические особенности:* в целом биологические особенности петрушки близки

* таковым у моркови — её ближайшей родственницы. Это истинный двулетник (т. е. рас-тение с двухлетним жизненным циклом), весьма скороспелое, холодостойкое растение. Она может зимовать в почве и хорошо переносит заморозки до -5 «С (и даже до -15 °С).

*Ценность культуры:* петрушка у нас используется главным образом как приправа(в некоторых европейских странах её тушат и заправляют ею супы), а также как непре-менная специя при консервировании, мариновании и засолке огурцов и томатов. К корне-плодам её относят исключительно в силу её биологических особенностей. В пищу исполь-зуются как листья, так и корнеплоды, которые можно употреблять в любой фазе роста растения. Петрушка отличается очень высоким содержанием в зелени каротина (10 мг/10 г) и витамина С (150 м г/100 г) — кстати, последнего в ней больше, чем у лимона; богат у неё набор и других витаминов и минеральных веществ, а её специфические запах и вкус обусловлены наличием эфирных масел, благодаря которым, а также фитонцидам петруш-ка обладает бактерицидным действием. Также в ней содержится фолиевая кислота — ве-щество, способствующее процессам кроветворения.

*Петрушка обладает* моче—и желчегонным,камнерастворяющим,противовоспа-лительным, ранозаживляющим и спазмолитическим действием, снижает избыточное со-держание сахара в крови, оказывает положительный эффект при нарушениях менструаль-ного цикла и препятствует развитию склероза. Клиническими исследованиями доказана её способность воздействовать на мускулатуру матки (из-за этого её нельзя есть беремен-ным), кишечника и мочевого пузыря. При наружном применении она лечит нарывы и по-следствия укусов насекомых. Лекарственные препараты из петрушки используются при многих, самых различных заболеваниях. Кроме того, петрушка обладает способностью устранять неприятный запах изо рта.

Зато для вредных насекомых петрушка не друг, а враг. С её помощью можно отпу-гивать некоторых вредителей и тараканов, а мазь из её семян — традиционное народное средство от головных вшей.

*Выращивание петрушки, уборка и хранение:* петрушку можно выращивать почтиповсюду: к почве она почти нетребовательна, главное условие — высокая плодородность (хотя петрушка способна расти и на бедных почвах, это отрицательно скажется на качест-ве корнеплодов и общей урожайности). Взрослые растения хорошо переносят затенение и могут расти в междурядьях плодовых деревьев, однако всходам требуется только хорошее освещение.

Осенью осуществляется глубокое вскапывание с внесением основного минерально-го удобрения с высокой долей фосфорного и калийного удобрений. Весной — обработка почвы без особенностей (рыхление).

Семена петрушки прорастают плохо, поэтому перед весенним посевом их обяза-тельно надо замочить, а затем подсушить до восстановления сыпучести. Перед высевани-ем в почве проделывается небольшая бороздка (1,5—2 см), в которую засыпаются семена, затем их притрущивают землёй и разравнивают почву тыльной стороной грабель. Всходы обычно появляются через 15—20 дней. Для ускорения их появления посев можно укрыть светопроницаемой плёнкой, но лишь только всходы появятся, её надо сразу убрать. Моло-дые всходы нуждаются в хорошем освещении.

При осеннем посеве семена используются только сухие (без намачивания), разме-щают их только на грядах. Глубина заделки семян чуть меньше — 1 см. Поздний посев надо хорошо замульчировать, лучше торфом или перегноем.

Характерной особенностью культивирования петрушки является то, что её целена-правленное прореживание не проводится. Растения убираются по мере необходимости вплоть до конца августа.

Чаще всего петрушку используют в совместной посадке с другими зонтичными. При выращивании её как монокультуры обычно используется рядовой способ: расстояние между рядками 18—20 см, между растениями после прореживаний 5—7 см.

Поливы требуются очень умеренные, достаточно не давать почве совсем пересы-хать. Подкормки проводятся в случае необходимости и только калийными и фосфорными удобрениями (азотные приводят к жированию).

Прочий уход включает в себя рыхление междурядий (по мере образования плотной корки на почве) и систематическую прополку, которая особенно важна на стадии всходов.

На листья петрушку можно убирать в течение всего вегетационного периода. Кор-неплоды окончательно убирают до наступления постоянных заморозков. Ботва с них об-резается на уровне головки.

*Хранить петрушку* надо в прохладном погребе.Часть убранных корнеплодов мож-но использовать зимой для выгонки зелени.

**Загадки про петрушку**

|  |  |
| --- | --- |
| Только снег сойдёт весной, | У сельдерея соседка |
| Ты нам киваешь головой! | Милая зелёная кокетка, |
| Ты первой зелени подружка- | Остроносая старушка, |
| Раскудрявая… | А зовут её – |
| Что за травку мы сорвали | Сочная и длинная |
| У себя на грядке. | – Зелень витаминная. |
| Зелена, сочна, кудрява, | Она тебе шепнёт на ушко: |
|  | – Я — не клоун, я — … |
| Это вовсе не игрушка, |  |
| А ароматная … |  |

**УКРОП**

*Ботаническая характеристика и биологиче-ские особенности укропа:* в1грамме600 — 800се-мян. Срок хранения семян 2-3 года.



*Укроп —* однолетнее скороспелое пряновку-совое овощное растение семейства Сельдерейные. Растение холодостойкое, семена прорастают при температуре 3°С, а листья развиваются при 5 -8°С. Оптимальная температура для прорастания семян и роста вегетативных органов 16 -17°С.

Из-за высокого содержания эфирных масел семена прорастают медленно, всходы появляются на 12 — 15-й день (часто — на 20 -25-й день).

Но уже на 21-31-й день от появления всходов растение формирует розетку листьев, затем начинает формироваться цветоносный стебель.

Укроп требователен к влажности почвы, особенно в период прорастания семян и роста листьев (при недостатке влаги листья становятся мелкими и грубыми). На затенён-ных участках растения вытягиваются, содержание в них полезных питательных веществ снижается.

*Агротехника:* сеют укроп под зиму и в несколько сроков с апреля по август.Семе-на предварительно намачивают (но не для подзимного посева) и высевают на глубину до 3 см; норма высева 2,5–3 г/м². После посева почву желательно закрыть плёнкой для умень-шения испарения влаги и повышения температуры в зоне прорастания семян. При появле-нии всходов плёнку снимают и проводят первое рыхление.

Длинный световой день способствует быстрому формированию цветоносных стеб-лей у укропа. Поэтому при летних сроках посева гряды с укропом искусственно затеняют непрозрачными материалами. Сокращение светового дня до 12 часов позволяет повысить урожайность и получить нежную неогрубевшую зелень укропа.

*Подкормку* укропа проводят раствором коровяка(0,5л коровяка разводят в10л во-ды), раствор процеживают и вносят по 5 л/м².

Зелень укропа убирают по мере надобности. Семена укропа созревают неодновре-менно, поэтому их собирают в два-три приёма, срезая созревающие зонтики.

Для поступления витаминной зелени в зимне-весенний период укроп выращивают в комнатной культуре.

*Химический состав, пищевые и лечебные свойств:* укроп содержит эфирное масло,придающее растению приятный запах и своеобразный вкус, витамины В1, В2, С, Р, РР, фолиевую кислоту и каротин, а также соли железа, калия, кальция, фосфора. Наибольшую ценность для организма человека представляет молодая зелень укроп в свежем виде.

Зеленью укропа приправляют бульоны, мясные, рыбные, овощные первые и вторые блюда; её добавляют в салаты. При квашении капусты, засолке и мариновании огурцов, помидоров кладут укроп, собранный в стадии цветения. Укроп запасают впрок, высуши-вая его на воздухе или засаливая. Из семян готовят укропное масло, которое применяют в кулинарии, пищевой, ликёро-водочной промышленности и медицине.

* + *лечебной целью* используют стебли с листьями и особенно семена укропа.В на-родной медицине укроп издавна считают мочегонным, лёгким слабительным, отхарки-вающим средством, а также стимулирующим желудочно-кишечную деятельность. Настой измельчённых семян применяют и как болеутоляющее, успокаивающее средство при ко-ликах; повышенной нервозности, тревожном сне. Он обладает способностью возбуждать аппетит и стимулировать работу молочных желёз, поэтому рекомендуется кормящим ма-терям.

*Во врачебной практике* известна эффективность настоя листьев и стеблей укропапри лечении гипертонии I и степени, особенно в сочетании с бромистым натрием. Из се-мян укропа изготавливается спазмолитический препарат анетин, предназначенный для лечения хронической сердечной недостаточности, профилактики приступов стенокардии

* снятия спазм гладкой мускулатуры органов брюшной полости.

**Загадки про укроп:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Зонтики-головки! |  |  | В огороде хрупкий зонт | |
| Кружевные пальчики, |  |  | Вверх к солнышку растёт. | |
| По всей грядке ловко! |  |  | Как зовут тебя? «Прокоп», – | |
| Разбежались мальчики |  |  | Нам ответит кудрявый… | |
| — Вы куда бежите? Стоп! |  |  |  |  |
| Я хочу сорвать... |  |  | Зонтик очень хорош, | |
|  |  |  | Но с ним в дождик не пойдёшь. | |
| Жёлтым зонтиком расцвёл |  |  |  |  |
| Друг всех овощей… |  |  |  |  |
| C:\Users\Elena\Desktop\original.jpg |  |  | |  |
|  |  | **МОРКОВЬ**  *Морковь* —одна из немногих культур,кото- | | |
|  | рые можно употреблять в свежем виде круглый год, | | | |

Швейцарии, относящихся ко 2 тысячелетию до н.э.

Древние греки называли её «даукос». Это слово сохранилось и в современном гре-ческом языке. Известна была морковь и древним римлянам, у которых она называлась «карота».

Отсюда и латинское название этой культуры. Современное русское название «мор-ковь» имеет общие черты с аналогичным названием овоща в болгарском, сербском, поль-ском, шведском и других языках. В России морковь впервые упоминается в «Домо-строе» — литературном памятнике XVI века.

Различные полезные свойства моркови: в древние времена греки и римляне ис-пользовали ботву моркови лишь в медицинских целях. В пищу её не употребляли. Недав-но учёные выяснили, что фиолетовая морковь способна защищать организм от онкологи-ческих заболеваний.

Даже самый маленький ребёнок знает, что она полезна для зрения. Каротин — пигмент, который придаёт ей её характерный цвет, очень важен для работы сетчатки. По-этому люди, которые в силу свой работы вынуждены напрягать глаза, должны добавлять в свой рацион блюда из моркови. В частности это компьютерщики и водители. Бета-каротин является мощным антиоксидантом. Он замедляет процессы старения в организме, снижает риск катаракты и поддерживает работоспособность сердечно-сосудистой систе-мы. Если у человека имеются заболевания глаз — близорукость, ночная слепота, блефарит или имеется быстрая утомляемость глаз, то употребление моркови крайне желательно. Однако, чтобы она лучше усваивалась, есть её нужно с жирами. Это может быть расти-тельное масло, майонез или сметана.

Овощ морковь не только полезен, но и вкусен. Поэтому позже её стали активно ис-пользовать и в пищу. Соки, супы, котлеты, гарниры, консервы и даже сладости.

По своим полезным свойствам морковь превосходит многие другие овощи. Она бо-гата витаминами группы В, РР, С, Е и К. Безусловно, она является самым главным источ-ником витамина А. Этот овощ содержит многие минеральные вещества важные для чело-века. Такие как йод, кальций, калий, магний, цинк, фосфор, железо, медь и хром. Особен-ный запах овоща образуется благодаря эфирным маслам этого овоща. Эти масла исполь-зуют для производства ликёров, косметики и парфюмерии

*Если ежедневно сгрызать свежую морковку,* то можно сократить образование зуб-ного камня и укрепить десны. Витамины, которые она содержит, благотворно влияют на кожу и слизистые оболочки.

*Морковным соком* лечат огромное количество заболеваний.Насморк,язвы,рако-вые образования, различные инфекции, болезни поджелудочной железы. В различных комбинациях с другими продуктами он хорошо справляется с молочницей, ангиной, по-вышенной кислотностью желудка, лечит нервную систему, конъюнктивит, малокровие, авитаминоз, упадок сил, улучшает работу дыхательных путей и половой системы. Помо-гает вывести камни и песок из желчного пузыря. Ему нет равных среди других соков, если требуется набраться энергии и сил. Детям он поможет при глистах и запорах. Отвары по-могают при бессоннице, простатите, цистите. Им лечат варикозное расширение вен. Кор-мящим матерям сок поможет с лактацией. Улучшит объем и качество молока.

* зависимости от заболевания и состояния организма суточное потребление сока может варьироваться от полулитра до трёх. Однако, важно помнить, что пользу может принести лишь свежеприготовленный сок. Так как все ценные и полезные вещества быст-ро погибают при соприкосновении с воздухом. В крайнем случае, можно заморозить све-жеприготовленный сок. Но употребить его будет необходимо сразу же после разморажи-вания.

Сок может быть настоящим лекарством от ста болезней, но будьте внимательны. Он имеет и свои противопоказания. Не следует его употреблять при гастрите и язве же-лудка. Если пить сок в больших количествах, то могут появиться различные неприятные

ощущения. В частности головные боли и рвота. Возможно пожелтение ладоней ступней и лица. Если Вы заметите такие последствия, то временно сократите употребление морков-ного сока.

Полезные свойства моркови ценят и *в домашней косметологии.* Так как она улуч-шает состояние кожи и её цвет. Употребление моркови поможет избавиться от прыщей на лице.

Кашица из моркови спасёт от ожогов и гнойных ранок.

Отварная морковь входит в рацион больных страдающих сахарным диабетом. Беременным женщинам необходимо употреблять ботву этого овоща. Она содержит

фолиевую кислоту, которая благотворно влияет на развитие плода.

*Морковь — домашний доктор!*

**Морковь** должна занять постоянное место на вашем столе!Оцените её прекрасныесвойства по достоинству и с удовольствием принимайте помощь от красненькой и вкус-ненькой красавицы!

**Загадки про морковь:**

* спряталась Девица. Из земли торчит косица. Выдерну я ловко Красную.

За кудрявый хохолок

Лису из норки поволок.

На ощупь — очень гладкая, На вкус — как сахар сладкая.

* земле — нос, Из земли — хвост.

Горжусь своим хвостом я длинным, Для зайцев — нет меня вкусней.

* очень много витаминов Храню под кожицей своей. Жилет надену очень ловко, Оранжевый! Ведь я…

Над землёй — трава — травой. Сочный, яркий, словно кровь, Вкусный корень под землёй. Что это, скажи?

Она оранжевого цвета. Полезный нам привет от лета. Грызут её девчонки и мальчишки, И даже длинноухие зайчишки.

Корешок оранжевый спрятался в земле,

* коса зелёная в утренней росе. Хочется отведать вновь и вновь, и вновь Эту всем полезную, вкусную.....

**Стихотворения про морковь:**

|  |  |
| --- | --- |
| **М. Борина** | **В. Сибирцев** |
| Вкусной выросла **морковка**, | Ловко спряталась девица, |
| Очень длинная головка | Ладно ей в земле сидится. |
| Оранжевого цвета | Выдаёт коса плутовку, |
| Солнечного лета. | Тянем из земли **морковку**! |
| Хвостик над землёй торчит |  |
| И ребятам говорит: | **И. Финк** |
| Прояви сноровку, | Дремлет под землёй **морковь** |
| Доставай морковку. | Что же ей там снится? |
| Вкусную и сладкую | Пригрозим, нахмурив бровь |
| Но не ешь украдкою. | — Покажись, девица! |
| Вымой очень тщательно, |  |
| Все будет замечательно. | **Е. Жуковская** |
|  | Я **морковка**, иль морковь, |
| **Н. Довженко** | Из меня салат готовь, |
| У **морковки** красный носик, | Положи и в борщ, и в суп |
| Сочный, вкусный, сладкий плод. | Из гороха и из круп, |
| А зелёный пышный хвостик | Куда хочешь добавляй |
| Украшает огород. | И сырой употребляй. |
| **Ю. Симбирская** | Сладкая и сочная, |
| Поливаю, поливаю | Любима всеми очень я. |
| От ботвы до корешков. |  |
| Пусть растут, скорей носищи | **Ю. Богодист** |
| Для моих снеговиков. | Две серые кошки по рынку бродили, |
|  | Две серые кошки — **морковку** стащили, |
| **Н. Анишина** | Что делать с морковкою кошки не знали… |
| Морковь с достоинством сказала: | «В ней есть витамины», им зайцы сказали. |
| – У меня заслуг немало! | Две кошки морковку старательно съели, |
| Во мне особый витамин | И серые кошки к весне — порыжели |
| – незаменимый каротин. |  |
| Чтоб кожа бархатной была, | **М. Днепровская** |
| чтоб слепота не подвела, | Очень красная **морковка**, |
| всегда останусь я в цене, | От морковки много толка: |
| я всем нужна, поверьте мне! | Витамины, сок и вкус - |
|  | Кушай смело карапуз! |
| **Л. Лешега** |  |
| Чтобы быстрым быть и ловким, | **Е. Груданов** |
| Нужно много есть **морковки**. | На гряде расселась ловко |
| Это овощ, а не фрукт - | Длиннохвостая **морковка**! |
| Нужный для детей продукт! | Спряталась — не отыскать, |
| Моя мама говорила: - | Только хвостики видать! |
| «Он даёт красу и силу. | Ты за хвост её возьми, |
| Насыщая организм, | Посильнее потяни - |
| Продлевает людям жизнь.» | Из земли появится... |
| Мы решили с другом Вовкой | Грязная красавица! |
| Очень много есть морковки. | Ты красавицу умой |
| В ней есть важный витамин - | Кипячёною водой, |
| Это бета-каротин. | И пошире рот открой: |
| Пользы от него не мало - | Витамины в ней — горой! |
| Бьёт свободных радикалов. |  |

**РЕПА**

*Репа* —однолетнее или двухлетнее травяни-стое растение, семейства Капустных. Гладкий жёл-тый корнеплод, в диаметре может достигать от 8 до 20 см. и весить 10кг. Все виды репы очень скоро-спелые, готовый корнеплод формируют за 40 — 45 дней, поздние сорта — за 50 — 60 дней. Листовая розетка достигает высоты 40 — 60 см. Репа как овощное и лекарственное растение известна с глу-бокой древности. Репу можно запекать, отваривать, фаршировать, из неё готовят запеканки и рагу, она подходит для приготовления салатов. Она может



долго храниться в прохладном месте, не утрачивая своих целебных качеств; легко усваи-вается организмом и рекомендована для детского питания. В России издавна известно вы-ражение «проще пареной репы», свидетельствующее о многолетнем и частом её употреб-лении.

Репа была одним из первых овощей, которые удостоились пристального внимания человечества. Греки, египтяне и персы кормили репой рабов, считая этот овощ грубой, но сытной пищей, римляне считали репу едой простолюдинов, но с началом нашей эры овощ вышел из разряда «рабских» — в раннее средневековье запечённую в углях репу считали деликатесом и часто подавали к мясу в качестве гарнира.

Репа была основным овощем в славянской кухне. И не только у простого народа, но и у более богатых купечества и дворянства. Говоря «основным», мы ставим репу на место картофеля, который сейчас — и гарнир, и в суп, и пюре, варёный, печёный и обжа-ренный употребляется в очень большом количестве блюд. Екатерина Вторая настаивала на выращивании более «модного» и удобного картофеля и медленно, но верно репа была вытеснена в разряд «устаревших» овощей. В 20 веке готовить из репы было уже чем-то простонародным, даже неприличным. С переходом репы в разряд простецких овощей бы-ли утеряны многие секреты её обработки, приготовления и рецептов блюд на основе репы.

*Полезные свойства репы*:репа с древности считалась превосходным средствомочистки организма от шлаков. В сырой репе содержится до 9% сахаров, очень высокое содержание витамина С (вдвое больше, чем в каком-либо корнеплоде), В1, В2, В5, РР, провитамина А (особенно в жёлтой репе), легко усваивающиеся полисахариды, стерин (элемент, необходимый при лечении атеросклероза.

* + репе содержится редкий элемент глюкорафанин, растительный аналог сульфоро-фана, обладающий противораковыми свойствами. Этот элемент содержится только в репе
* различных видах капусты: брокколи, кольраби и цветной.
  + репе содержатся редкие микроэлементы и металлы: медь, железо, марганец, цинк, йод и многие другие. Фосфора в репе содержится больше, чем в редисе и редьке, а серы, необходимой для очистки крови и растворения камней в почках и мочевом пузыре, не встретить ни в одном другом привычным овоще. Содержащийся в большом количестве магний помогает организму накапливать и усваивать кальций. В репе даже содержится антибиотик, задерживающий развитие некоторых грибков, в том числе и опасных для че-ловеческого организма (не действующий, правда, на кишечную палочку и стафилококки).

Репа активизирует деятельность печени и выделение желчи, что препятствует обра-зованию желчных камней. Целлюлоза поддерживает активацию перистальтики кишечни-ка и предотвращение застоя питательных веществ. Это имеет много положительных мо-ментов для снижения уровня холестерина, что, в свою очередь, отлично подходит для предупреждения атеросклероза. Репа содержит лизоцим — вещество с очень сильной ан-тимикробной активностью. Интересно отметить, что репа является природным антибио-тиком, способна уничтожить или предотвратить признаки различных заболеваний, осо-бенно кожи и слизистых оболочек.

*Репа — продукт низкокалорийный, богатый витаминами*.Репа насыщает,но недаёт заводиться лишнему весу. Минеральные соли и эфирные масла, содержащиеся в ре-пе, могут служить универсальным комплексом, регулирующим состояние здоровья. Не-спроста появилось такое количество сказок и поговорок про репу. Этот корнеплод облада-ет ранозаживляющим, мочегонным, противовоспалительным, антисептическим и обезбо-ливающим действиями. Кроме того что правильно приготовленная репа очень вкусная, она ещё и невероятно полезна.

Для больных диабетом репа прекрасное общеукрепляющее средство, врачи осо-бенно рекомендуют её зимой. Однако стоит контролировать количество съеденного, по-скольку этот корнеплод содержит очень много сахара, а от брюквы вообще стоит воздер-жаться.

Репа в *Древнем Египте* её считали пищей рабов, а в Риме она была уже одной из наиболее распространённых и употребляемых в пищу овощных культур. В Россию репа пришла из Греции. Репа служила основным профилактическим средством, спасавших крестьянских детей от рахита, заболеваний костей, крови, отвары из неё применялись как отхаркивающее и мочегонное средство.

* + *России* репу в качестве продукта питания использовали с давних времён(в новоевремя была в значительной мере вытеснена картофелем). Её можно употреблять сырой или обработанной — варёной, печёной и т. д. Она может долго храниться в прохладном месте, не утрачивая своих целебных качеств; легко усваивается организмом и рекомендована для детского питания. В России издавна известно выражение «проще пареной репы», свидетельствующее о многолетнем и частом употреблении репы.

*Сок репы* оказывает болеутоляющее,успокаивающее и отхаркивающее действие,растворяет камни в почках, возбуждает сердечную деятельность, благоприятно действует при заболевании суставов ревматического и нетравматического происхождения.

Улучшить состояние волос и ногтей, утверждают учёные, можно с помощью обыч-ной и такой простой репы. Бактерицидные свойства репы отлично справляются с укреп-лением костной системы и зубов, оказывают благотворное воздействие на желудок. Репу можно есть и диабетикам, и людям, склонным к полноте. Данный овощ помогает из-бавиться от угревой сыпи и улучшить состояние кожи при экземе. В репе много магния, калия, железа, серы, натрия.

**Загадки про репу:**

|  |  |
| --- | --- |
| Круглый бок, жёлтый бок, | Кругла, а не месяц, |
| Сидит на грядке колобок. | Желта, а не масло, |
| Врос в землю крепко. | С хвостом, а не мышь. |
| Что же это? |  |
|  | Кругла да гладка, |
| В землю — блошкой | Откусишь — сладка, |
| Из земли — лепёшкой | Засела крепко |
|  | На грядке ... |
| Круглая да не мяч, |  |
| Жёлтая, да не масло, | Её тянут бабка с внучкой, |
| Сладкая, да не сахар, | Кошка, дед и мышка с Жучкой. |
| С хвостиком, да не мышь. |  |

**Стихотворение про репу:**

**Ирис Ревю**

Выросла репка,

Спела да справна,

Вкусна, да славна,

А для нас — подавно

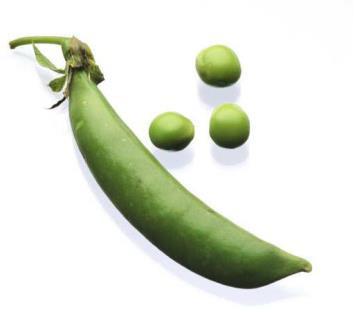
Уродися, репка,

Ни густа, ни редка,

* мыший хвост,
* тараканий нос…

**ГОРОХ**

*Горох —* холодостойкое растение,прорас-тающее при 2°С. Более дружно он всходит при 10-12°С. Небольшой заморозок (-1°С) всходы перено-сят, по существу, безболезненно. Высевают горох рано, в конце апреля, чтобы он успел захватить запа-сы весенней влаги. Высаживают эту культуру по возможности на хорошо освещённых местах,



*Горох —* это одна из древнейших овощныхкультур. История культивирования гороха насчиты-вает не менее 3000 лет. На Руси горох настолько пришёлся по вкусу, что о нем появилось огромное количество пословиц и поговорок, например, «За-видны: девка в доме, да горох в поле — кто не прой-

дёт, всяк ущипнёт» или «Девку в доме да горох в поле не уберечь».

*Какой горох бывает:* различают две основные группы гороха—лущильные и са-харные. Внутри каждой из этих групп есть сорта с округлыми гладкими горошинами и морщинистыми (мозговые сорта).

Лущильные сорта гороха выращиваются для получения зелёного горошка. У ство-рок бобов этого сорта имеется особый пергаментный слой с внутренней стороны, который делает их несъедобными.

Молодые зелёные зерна лущильного горошка используют в основном для консер-вирования. А перезревший и мучной на вкус горох используют для приготовления супов и других блюд.

Сахарные сорта гороха не имеют пергаментного слоя и часто выращиваются ради недозрелых, нежных створок, которые называют лопатками.

Их употребляют целиком, без вылущивания семян. В Европе гороховые лопатки называют «манжту» (от франц. mangtout — ешь все), или «спаржевая фасоль».Из них ва-рят супы, рагу, используют в салатах. В Китае и Таиланде эти ярко-зелёные тонкие струч-ки с приятным свежим запахом обязательно добавляют в блюда из жареных овощей. Для сахарного гороха характерно, что высушенные семена сильно морщинистые из-за высоко-го содержания влаги в сыром семени. Также существует и полусахарный тип гороха, где пергаментный слой выражен слабо и заметен только в высушенных бобах. Мозговые сорта гороха считаются лучшими. Зерна угловато-квадратной формы, с морщи-нистой поверхностью, в спелом состоянии сморщены и похожи на мозг, содержат 6-9 % сахара, поэтому обладают сладким вкусом, за счёт этого часто принимаются за горох са-харный.

*Применяется* в основном для консервирования и заморозки.Для консервов с рас-солом предпочитаются светлые сорта, а для заморозки — тёмные. Для приготовления су-па они не пригодны, так как во время варки не становятся мягкими. Турецкий горох (бараний горох) — его крупные горошины имеют необычную форму, ко-торая напоминает голову барана с птичьим клювом. Имеет ярко выраженный ореховый привкус и прежде всего является символом восточной кухни.

* *арабских странах* он является главным ингредиентом национальных блюд,такихкак хумус (пюре), фалафель (тёплая закуска в виде шариков)или кус-кус. Также его пере-малывают в муку, которую потом добавляют в соусы или используют для приготовления заменителя кофе. Турецкий горох кладут в супы и салаты, а в Индии и Пакистане молодые стручки нута употребляются в пищу как овощи. В странах Востока деликатесом являются печёные зерна турецкого гороха.

*Польза гороха:* блюда из гороха очень разнообразны и полезны.Горох—это имен-но тот продукт, про который Гиппократ говорил: «Еда должна быть нашим лекарством, а лекарство — едой».Горох — самый богатый источник белка среди овощных культур. Его белки сходны с белками мяса, т. к. содержат ряд незаменимых аминокислот: цистин, ли-зин, триптофан, метионин. Также в горохе много аскорбиновой кислоты. В нем имеются различные сахара (более 7%), крахмал (1-3%), витамины C, PP, группы B, каротин, клет-чатка. Питательная ценность гороха в1,5—2 раза выше, чем картофеля и других овощей, кроме того, горох богат солями калия, кальция, фосфора и железа. Горох содержит пири-доксин, участвующий в расщеплении и синтезе аминокислот. Недостаток этого витамина вызывает дерматит и судороги. За большое содержание селена горох рассматривают как антиканцерогенное средство.

* *народной медицине* отвар ботвы и плодов гороха применяют в качестве мочегон-ного средства, способствующего растворению камней в почках. Гороховую муку исполь-зуют в качестве припарок для размягчения фурункулов и карбункулов. Горох снижает ве-роятность онкологических заболеваний, инфаркта, гипертонии. Употребление гороха в любом виде замедляет процесс старения кожи и всего организма в целом.

*Недостатки гороха:* клетчатка,содержащаяся в больших количествах в горохе,нерасщепляется пищеварительными ферментами, а подвергается действию бактерий с обра-зованием газов. Но если бобовые предварительно вымачивать в воде, а потом тщательно проваривать, они теряют часть своих газообразующих свойств.

*Гороховая красота:* гороховая пудра была известна древним римлянкам,пони-мающим толк в красоте. А русская императрица Екатерина II делала из гороховой муки маски для лица. Для этого она брала 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложку подсолнечного масла, 2 ст. ложки молока. Маска накладывалась на 20минут, а затем смывалась холодным чаем.

**Стихотворения про горох:**

|  |  |
| --- | --- |
| У гороха забот много | Он не вырасти не мог |
| Он участник многих блюд. | Наш любимый царь горох. |
| Скромен, добр и не крут, | Посадила его мама |
| По сравнению с другими, | Нам на радость |
| Овощами дорогими. | Вместе с нами. |
| И на вид совсем простой | Быстро мы его склевали, |
| Без начинки золотой. | Даже вырасти не дали. |
| На себя горох похож | Вместе со стручками съели, |
| И в дома любые вхож. | Потому что так хотели! |
|  |  |
| До чего же он хороший | Наш горох все детки любят |
| Первый сладенький горошек. | Он им лучшим другом был |
| Малышам и взрослым детям | И всегда, конечно, будет. |
| Он из грядок шлёт приветик. | Кто же в детстве не любил |
| Соблазняя нас стручками | И на бабушкиной грядке |
| С каждым утром все сильней. | Не выискивал стручки, |
| Только даст команду мама | Хоть они не велики. |
| Уберём его мы сами. | Вот вернуть бы те деньки! |
|  | Так что кушайте горох |
|  | Всякий он всегда не плох: |
|  | И сухой, и молодой, |
|  | Он по вкусу нам с тобой. |
| **Загадки про горох:** |  |
| Голова на ножке, | На жарком солнышке подсох |
| В голове горошки. | И рвётся из стручков ... (горох). |
|  | Раскололся тесный домик |
| Дом зелёный тесноват: | На две половинки. |
| Узкий, длинный, гладкий. | И посыпались оттуда |

|  |  |
| --- | --- |
| В доме рядышком сидят | Бусинки-дробинки. |
| Круглые ребятки. |  |
| Осенью пришла беда — | На жарком солнышке подсох |
| Треснул домик гладкий. | И рвётся из стручков... |
| Поскакали кто куда |  |
| Круглые ребятки. |  |
|  |  |

**ФАСОЛЬ**

*Фасоль —* в отличие от гороха очень тепло-любивая культура. Семена дают всходы лишь при температуре 14-15°С.



*Уход* заключается в глубоком рыхлении поч-вы как между рядками, так и в рядках. Фасоль соби-рают по мере готовности бобов, когда они становят-ся сочными, мясистыми, без внутренней кожистой плёнки при надломе и без грубых продольных воло-кон.

Многие даже не подозревают, насколько фа-

соль полезный и питательный продукт.

*Откуда взялась фасоль:* это растение известно человечеству с очень древних вре-мён. Испокон веков оно культивировалось как в Старом, так и в Новом Свете. Самое ра-нее упоминание в древних памятниках письменности о фасоли относится ко II тысячеле-тию до н. э.

Её употребляли в пищу в древнем Китае. А первые семена фасоли археологи обнаружили, рабо-тая на раскопках памятников доинкской культуры в Перу. Эта культура была распространена у древних инков и ацтеков, а древние греки и римляне исполь-зовали фасоль не только в пищу, но и как лекарст-венное средство. Славяне с фасолью познакомились примерно в XI веке.



*Разновидности фасоли:* существует несколь-ко разновидностей фасоли: обыкновенная, много-цветковая, лима, адзуки, маш, остролистная и дру-гие виды. К овощным фасолям относят сорта с са-харным бобом без пергаментного слоя и волок-на. Существует и овощная зелёная фасоль. Её неж-ные молодые зелёные стручки — вкусный и пита-тельный продукт. Из зелёной фасоли приготовляют различные блюда, аппетитна она и в качестве гар-нира. Её отваривают в солёной воде, тушат, обжари-вают в сливочном масле с сухарями. Поджаренная на растительном масле и заправленная томатным соусом, она очень хороша в холодном ви-

де. Молодые стручки фасоли широко используют для замораживания и консервирования. *Особенности фасоли:***Внимание:****сырая фасоль ядовита!**Нельзя употреблять фа-

соль в пищу в сыром виде. В сырых стручках фасоли содержатся ядовитые вещества, ко-торые могут вызвать отравление. При тепловой кулинарной обработке они разрушают-ся. Перед варкой фасоль обязательно замачивают в течение от 2-10 часов. Варят фасоль без соли. Соль добавляют лишь в конце варки, так как в солёной воде фасоль разваривает-

ся медленнее. Такое же на разваривание фасоли оказывает и жёсткость воды: в жёсткой воде фасоль варится значительно дольше, чем в мягкой.

*Полезные свойства фасоли:* фасоль содержит большое количество крахмала и дру-гих углеводов, белков. В состав фасоли входит богатый набор витаминов. Фасоль облада-ет универсальными свойствами пищевого продукта. Практически все, что нужно для нор-мальной жизнедеятельности организма, в фасоли есть. Это и легко усваиваемые (на 75%) белки, по количеству которых плоды фасоли близки к мясу и рыбе, различные кислоты, каротин, витамины С, B1, В2, В6, РР, множество макро- и микроэлементов (особенно ме-ди, цинка, калия). В фасоли имеется достаточное количество триптофана, до 5% лизина, 8,5% аргинина, тирозин и гистидин (около 3% каждого). Фасоль особенно богата серой, которая необходима при кишечных инфекциях, ревматизме, кожных заболеваниях, болез-ни бронхов. В составе фасоли много железа. Наличие железа способствует образованию эритроцитов, притоку кислорода к клеткам, повышает сопротивляемость организма к ин-фекциям. Фасоль обладает очищающими свойствами, растворяет и гонит мочу. Мочегон-ное действие оказывает в основном кожура зёрен фасоли.

*Области применения фасоли:* фасоль часто используется для диетического питанияпри заболеваниях, болезнях почек, печени, мочевого пузыря, при сердеч-ной недостаточности, диабете. При этом вариативность гастрономического потребления фасоли очень широка — из фасоли и других бобовых готовят супы, каши, гарниры, их консервируют, измельчают для производства муки. Существуют высокопитательные са-латные сорта фасоли. Да и вообще фасоль — безотходная культура, сами бобовые и соло-ма из них — прекрасный витаминный корм для скота. Народная медицина тоже издавна пользуется целебными свойствами этой культуры. Допустим, отвар семян или стручков фасоли в ход как мочегонное средство при отёках почечного происхождения или на поч-ве сердечной недостаточности. И все же блюда из фасоли можно есть не всем. Людям по-жилого возраста лучше воздерживаться от них, так как фасоль вызывает вздутие живота. Поскольку она содержит пурины, то её не следует есть при подагре и нефрите. Врачи не советуют включать фасоль в рацион при гастрите, язвенной болезни, холецисти-те, панкреатите, колите. Более того, фасоль снижает риск заболевания раком. Учёные Ко-лорадского университета провели эксперимент, в ходе которого кормили крыс фасолью тех сортов, которые можно купить в обычном супермаркете. К концу эксперимента они выяснили, что заболеваемость раком у подопытных животных снизилась почти на 30%. К тому же у тех крыс, у которых все же развился рак, количество опухолей было меньше среднего более чем в 2 раза. Фасоль настолько полезна и полизадачна, что её применяют даже в косметических целях. Из фасоли делают питательные маски. Варёные, протёртые через сито плоды в сочетании с соком лимона и растительным маслом дают коже необхо-димое питание, оздоровляют её, устраняют морщины.

**Загадки про фасоль:**

|  |  |
| --- | --- |
| Вьётся длинная лиана | Первое — нота, второе — то же, |
| По забору вверх и вдоль. | А целое — на боб похоже. |
| Как созреет — для гурмана |  |
| На тарелочке ... | Две нотки за руки возьмутся, |
|  | В зелёный стручок заберутся, |
| Листики зелёные. | И прятаться будут там летом. |
| А плоды мудрёные: | Но мы же не знали об этом! |
| По пяток в рядок, | И суп из стручка мы сварили и съели, |
| Закутаны в платок. | А нотки при этом нам песенку пели! |
| Как поспеют, |  |
| Как созреют - |  |
| Платок скинут, |  |
| Не поднимут. |  |

**Стихотворения про фасоль:**

|  |  |
| --- | --- |
| Любят детки все фасольку | Много видов есть фасоли |
| Молодую, прямо с поля, | И растёт она на поле |
| Режут малыми кусками, | Или по верху плетётся |
| Варят прямо со стручками. | Где придётся, как придётся. |
| Ах, какой прекрасный супчик, | Хорошо когда на грядке |
| Ах, какой чудесный борщик | Она будет вкусной сладкой, |
| Получается. Голубчик, | В винегретах и салатах |
| Уплетай как можно больше. | Витаминами богатых. |
| Ведь все знают, что зимой | А огромные бобы |
| У фасоли вкус другой. | Любят люди как грибы. |
| Но по своему вкусна, | В золотой семье бобовых |
| Как и летняя она. | Фасоль — не последний овощ. |
| В стручках всегда она растёт, | Вкус фасоли знаем мы, |
| На грядке садовод её найдёт. | Витамины её нам точно нужны. |
| Фасоль мы любим, уважаем, | На грядках всегда прорастает, |
| Все вместе дружно собираем. | Её любой найдёт и узнает. |
| И вкус прекрасный точно знаем, | Можно в суп, в салат добавить, |
| И смело в суп её мы добавляем. | Ингредиентов других нам прибавить. |
| А можно варёной её нам поесть. | Чудо-блюдо смастерим, |
| И это правда, а не лесть! | И друзей всех удивим. |

**ЧЕСНОК**

*Чеснок —* луковичное растение из семействалилейных (Liliaceaec) высотой до 1,5 м. Многолетнее морозостойкое, светолюбивое растение семейства лу-ковых, требовательное к влажности и плодородию почвы. Чесноки делятся на гидрофильные (произра-стающие во влажных субтропиках), ксерофильные (степные), северные и горные. Яйцевидная сложная луковица покрыта несколькими сухими фиолетовыми плёнками; состоит из мелких (до 4 см) луковиц — зубков, также одетых в сухие плёнки.



Чеснок представляет собой многолетнее расте-ние, размножающееся вегетативно: зубками, лукови-цами (однозубками) или воздушными луковичками (бульбочками), образующимися в соцветии. Он выра-

щивается в России, на Украине, юге Нечерноземья, Северном Кавказе, в Средней Азии. *Внешний вид:* у чеснока узколинейные жёсткие листья длиной до1м и ложный

прямостоячий, иногда полегающий стебель, до половины одетый листовыми влагалища-ми, до цветения в верхней части загнутый кольцом. Луковица чеснока состоит из 5-30 зубков преимущественно с серебристо-белыми, фиолетово-окрашенными и других цветов сухими чешуями. Зубки крепятся на укороченном стебле (донце). Цветки бледно-лилового или белого цвета, на длинных цветоножках, собраны в соцветие — многоцветковый зон-тик, окружённый однолистным опадающим чехлом. В зонтике, кроме цветков, развивают-ся мелкие луковички (детки) длиной до 3 мм. Плоды и семена обычно не образуются. Все растение имеет специфический запах.

*Виды чеснока:* у чеснока выделяют два подвида:стрелкующийся и нестрелкую-щийся (обыкновенный). У обоих подвидов существуют яровая и озимая формы. Яровой чеснок более позднеспелый, менее урожайный, но с хорошей лежкостью. Озимый чеснок более урожаен и раннеспел, хранится плохо, более пригоден для консервирования.

*Условия выращивания:* чеснок холодостоек.Отрастание корней у него начинаетсяпри 0+5°C, всходы появляются при 6-8°C. Формирование зубков происходит при 15-20°C,

* созревание при 20-25°C. Яровые сорта относительно менее зимостойки.
  + севообороте (плодосмене) размещают по раннему картофелю, огурцам, под кото-рые вносили органические удобрения.

Наибольший урожай получают на, защищённых от холодных ветров участках с глубоким пахотным слоем.

Под предпосевную обработку почвы вносят 4-6 кг/м² перегноя или торфяного ком-поста, по 20-25 г/м² аммиачной селитры и суперфосфата и 10-15 г/м² калийной соли. Веге-тационный период составляет 120-140 дней со дня посадки зубка.

Размножается осенью — озимый или (реже) весной — яровой, вегетативно зубками (и даже луковичками-бульбочками — воздушными луковицами) разного размера, взятыми из крупных луковиц. Норма высадки — 50-80 г/м². Стрелку чеснока, образующую буль-бочки, чаще выламывают, что приводит к повышению урожая основной сложной лукови-цы на 30-40% (масса её — от 50 до 100 г). Весенняя посадка снижает урожай и оттягивает сроки созревания луковиц. В случае необходимости хранят при температуре 1-3°C и отно-сительной влажности воздуха 70-75%.

Озимые сорта необходимо высаживать с осени с таким расчётом, чтобы посадоч-ный материал до холодов только укоренился без образования листьев. Как и лук на перо, при подзимней посадке чеснок в конце октября мульчируют торфом или перегноем.

Осенью чеснок сажают за две-три недели до наступления устойчивых заморозков (конец сентября — середина октября). Зубки массой 3 г сажают однострочно с между-рядьем 45 см, расстояние между зубками в ряду — 4-6 см, или двухстрочно (50+20 см). Глубина посадки осенью — 5-6 см, весной — 3-5 см.

Чеснок чрезвычайно требователен к плодородию и влажности почвы, поскольку основная часть корневой системы расположена поверхностно.

При выращивании чеснока очень эффективны поливы, особенно при недостатке влаги. Поливать растения лучше утром или вечером.

У чеснока, несмотря на бактерицидность, немало вредителей и болезней, нанося-щих урон урожаю. Кроме того, в последнее время значительно распространились вирус-ные болезни и такой опасный вредитель, как стеблевая нематода.

*Уход за чесноком* в основном такой же,как и за луком.Выломку«стрелок»надоначинать по возможности раньше.

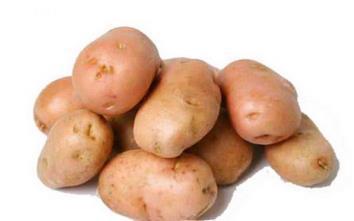
Чеснок очень отзывчив на орошение. Для повышения лежкости чеснока при хране-нии поливы прекращают за 2-3 недели до уборки.

Во избежание больших потерь урожай убирают, не дожидаясь его полного вызрева-ния, до наступления дождливой погоды. Урожайность чеснока колеблется от 0,5 до 3,5 кг/м.

**Стихотворения про чеснок:**

|  |  |
| --- | --- |
| Парень наш чеснок не видный, | Все считаем мы по праву |
| Но совсем не безобидный. | Ко всему чеснок приправой. |
| Если много сунешь в рот, | Специфический на вкус, |
| Он весь рот твой обожжёт. | Он имеет длинный ус, |
| Надо кушать по чуть-чуть, | То есть молодые перья. |
| А иначе не вздохнуть. | У народов есть поверье, |
| И чеснок ведь, как и перцы, | Что он ночью так воняет, |
| Очень жгучие, поверьте! | Что всю нечисть разгоняет. |
|  | Привидения боятся |
|  | С нашим чесноком встречаться. |
|  | Ну а нам бояться нечего, |
|  | Он болезни наши лечит. |
|  | Приглашая в своё царство |
|  | Как еда, и как лекарство. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Жизнь была бы не легка | | |  | Ешьте, милые, чеснок, | | |  |  |
| У людей — без чеснока. | | |  | Заготавливайте впрок, | | |  |  |
| Как зелёный наш аптекарь, | | |  | Чтоб всегда он в доме был | | | |  |
| Он для всех прекрасный лекарь. | | |  | И здоровье нам дарил. | | |  |  |
| Хоть и лечит он до слез, | | |  | Чтоб лечил нас и бодрил, | | | |  |
| Наше горлышко и нос. | | |  | Придавая больше сил. | | |  |  |
| Вместе с едкой чёрной редькой | | |  | И от хворей всех берег | | |  |  |
| Мы едим его не редко. | | |  | Наш надёжный друг чеснок. | | | |  |
| Потому что смысл есть | | |  |  |  |  |  |  |
| Нам чеснок полезный есть. | | |  |  |  |  |  |  |
| В организме он не спит – | | |  |  |  |  |  |  |
| Повышает аппетит. | | |  |  |  |  |  |  |
| Бережёт иммунитет | | |  |  |  |  |  |  |
| На все жалобы в ответ. | | |  |  |  |  |  |  |
| **Загадки про чеснок:** | | |  |  |  |  |  |  |
| Он кусает. Только вот, | | |  | Есть для защиты вместо рук - | | | |  |
| Есть зубок! Но, где же рот?! | | |  | Зубастая головка. | | |  |  |
| Белый носит сюртучок. | | |  | Микробы вредные вокруг | | | |  |
| Это, верно... | | |  | Я истребляю ловко. | | |  |  |
|  |  |  |  | Кто со мною незнаком? | | | |  |
|  |  |  |  | Называюсь… | | |  |  |
| Длинный хвостик, чубчик, | | |  | Луку я родной братишка. | | | |  |
| А в средине — зубчик! | | |  | Я не нравлюсь ребятишкам! | | | |  |
| Не один, а несколько - | | |  | Только, как же я полезен - | | | |  |
| Братиков чудесненьких! | | |  | Тот не знает и болезней, | | | |  |
| Дружных и весёлых... | | |  | Кто со мной, ребята, дружит, | | | |  |
| Все в рубахах новых. | | |  | Ешь меня и врач не нужен! | | | |  |
| Деток выстроил в кружок - | | |  | Хоть не очень то и вкусный - | | | |  |
| Сильный папа их... | | |  | Организму, все же, нужный! | | | |  |
|  |  |  |  | Вот такой я паренёк | | |  |  |
|  |  |  |  | И зовут меня... | | |  |  |
| Осенью его сажают, | | |  | Он лука брат, он тоже злой, | | | |  |
| А весной ростки встречают. | | |  | И он полезный нам сырой. | | | |  |
| Убивает он микробы, | | |  | В его дольках ценный сок... | | | |  |
| И расти здоровым чтобы, | | |  | Как зовут его? ...( | | |  |  |
| Нужно есть его всегда. | | |  |  |  |  |  |  |
| С ним болезни не беда! | | |  |  |  |  |  |  |
| Много съесть его не смог, | | |  |  |  |  |  |  |
| потому что он — …( | | |  |  |  |  |  |  |
|  | **КАРТОФЕЛЬ** | |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | *Картофель —* теплолюбивое растение,дости- | | | | | |
|  |  |  | гающее в высоту более 1 метра. | | | |  |  |
|  |  |  | Стебель полый, ребристый. Часть стебля, по- | | | | | |
|  |  |  | гружённая | | в | почву, | выпускает | длин- |



ные побеги (длиной 15—20, у некоторых сортов 40— 50 см).

Лист картофеля тёмно-зелёный, прерывисто-непарноперисторассечённый, состоит из конечной доли, нескольких пар (3—7) боковых долей, разме-щённых одна против другой, и промежуточных долек

между ними. Непарная доля называется конечной, парные доли имеют порядковые назва-ния — первая пара, вторая пара и т. д. (счёт ведётся от конечной доли). Доли и дольки си-дят на стерженьках, прикреплённых к стержню, нижняя часть которого переходит

в черешок. Около долей пар размещаются ещё более мелкие дольки.

Цветки белые, розовые и фиолетовые, собраны щитком на верхуш-

ке стебля, чашечка и венчикпятираздельные.

Из пазух зачаточных листьев в подземной части стебля отрастают подземные побе-

ги — столоны, которые, утолщаясь на вершинах, дают начало но-

вым клубням (видоизменённым побегам). На концах столонов развиваются клубни, кото-рые, в сущности, не что иное, как вздувшиеся почки, вся масса которых состоит из тонко-стенных гранёных клеток, наполненных крахмалом, а наружная часть состоит из тонкос-лойной пробковой ткани. Клубни созревают в августе — сентябре.

Плод — многосемянная, тёмно-зелёная, ядовитая ягода диаметром 2 см.

* + зелёных вегетативных частях растения содержится алкалоид соланин, который служит для защиты растения от поражения бактериями и некоторыми видами насекомых.
* связи с этим позеленевшие клубни картофеля несъедобны.

Картофель размножают вегетативно — небольшими клубнями или частями клуб-ней (и для целей селекции — семенами). Они высаживаются на глубину от 5 до 10 см.

Прорастание почек клубней в почве начинается при 5-8 °C (оптимальная темпера-тура для прорастания картофеля 15-20 °C). Для фотосинтеза, роста стеблей, листьев и цве-тения — 16-22 °C. Наиболее интенсивно клубни образуются при ночной температуре воз-духа 10-13 °C. Высокая температура (ночная около 20 °C и выше) вызывает тепловое вы-рождение. Из семенных клубней развиваются растения с резко пониженной продуктивно-стью. Всходы и молодые растения повреждаются при заморозках в −2 °C. Транспирационный коэффициент картофеля в среднем 400—500.

Наибольшее количество воды растение потребляет во время цветения и клубнеоб-разования. Избыток влаги вреден для картофеля.

На формирование надземной части и клубней расходуется много питательных ве-ществ, особенно в период максимальных приростов вегетативной массы и начала клубне-образования. При урожае 200—250 ц с 1 га растения извлекают из почвы 100—175 кг азота, 40-50 кг фосфора и 140—230 кг калия.

Лучшие для картофеля почвы — чернозёмы, дерново-подзолистые, серые лесные, осушенные торфяники; по механическому составу —супеси, лёгкие и средние суглинки. Почва для картофеля должна быть рыхлой: в уплотнённой почве формируются мелкие и деформированные клубни.

Лучшими удобрениями служат калийные соли, затем костяная мука, известь, навоз. Избыток азотных удобрений в почве нежелателен, так как это способствует разрастанию ботвы в ущерб образованию клубней.

Появление в России картофеля Вольное экономическое общество связывало с име-нем Петра I, который в конце XVII века прислал в столицу мешок клубней из Голландии якобы для рассылки по губерниям для выращивания. Но картофель не получил распро-странения в России во времена Петра I. Начало широкого распространения поло-жил указ Сената в 1765, в период правления Екатерины II, и завоз из-за границы партии семенного картофеля, разосланного по стране. Поначалу население не приняло новую культуру (из-за множества отравлений от употребления плодов). «Историческая справка о введении в России культуры картофеля» гласит: «иноземное нововведение было принято

* нас отдельными лицами, преимущественно иностранцами и некоторыми представителя-ми высших сословий… Ещё в царствование императрицы Анны Ивановны за столом принца Бирона картофель уже появлялся как вкусное, но вовсе не редкое лакомое блюдо». Крестьяне называли картофель «чёртовым яблоком» и считали большим грехом употреб-ление его в пищу. В середине ХIX века по России прокатилась волна «картофельных бун-тов«.

**Индийская народная сказка о картофеле:**

**«Лиса и шакал»**

Жили в лесу лиса и шакал. Норы их были рядом, и они стали такими большими друзьями, что делились друг с другом и горем, и радостью.

Однажды лиса говорит шакалу:

– Надоело мне каждый день есть мясо. Хорошо бы развести огород и полакомиться овощами, да что сделаешь в одиночку! Вот если бы с кем-нибудь вдвоём обработать поле, тогда и дело пошло бы на лад.

Шакал со вниманием выслушал лису и сказал:

– Да, это так. Мне тоже опротивело каждый день есть мясо, для разнообразия мож-но было бы и овощами полакомиться.

Лиса обрадовалась.

– Братец,– сказала она,– давай-ка найдём свободное поле. Ты его вспашешь, а я за-сею, потом ты будешь таскать воду, а я — охранять урожай, а когда оп созреет, ты его со-берёшь, а я разделю.

Шакал, не долго думая, согласился.

– Хорошо,– сказал он,– а то я по целым дням слоняюсь без дела. Вот и у меня будет работа!

– Но когда работают двое, бывают споры,– продолжала хитрая лиса, — чтобы из-бежать их, давай поделим урожай заранее. То, что в земле, будет одной половиной, а то, что на земле,– другой.

И опять шакал не подумал как следует.

– Ладно. Все, что будет расти в земле, бери ты, а то, что на земле,– я,– сказал он. Лисе эти слова пришлись по душе. Стали лиса с шакалом искать неподалёку от

своих нор подходящее поле с прудом поблизости, чтобы урожаю не грозила засуха. Ша-кал очистил землю от камней и мусора, а затем старательно вспахал её. Лиса же утащила из крестьянского дома в соседней деревне картофель и посадила его.

Несколько месяцев шакал таскал воду, поливал поле, и вот наконец картофель по-спел. Лиса приволокла откуда-то мотыгу, и шакал собрал урожай.

Когда картофель был собран в кучу, лиса, согласно уговору, взяла себе выросшие в земле клубни, а шакалу отдала ботву.

Шакал, трудившийся все лето в поте лица, рассердился, но сдержал себя и спокой-но сказал:

– Ты поступаешь со мной не по справедливости.

– А ты сам сказал тогда: «Я возьму себе ту половину, что растёт на земле». Чем ты теперь недоволен? — воскликнула лиса, прикинувшись, что ничего не понимает.– В дру-гой раз ты возьмёшь то, что вырастает в земле, а я — то, что на земле.

Шакал смолчал. А время меж тем шло. Начались приготовления к новому посеву. Шакал опять усердно пахал поле. Однажды пришла лиса и говорит:

– Какой смысл сеять каждый раз одно и то же? Давай на этот раз посадим что-нибудь другое.

– Не очень-то я разбираюсь в этих делах,– промолвил шакал, держась за плуг.– Я умею только работать. Как ты скажешь, так и будет.

Долго сидела лиса, делая вид, что погружена в глубокое раздумье.

– Нужно на этот раз посадить капусту. Она куда вкуснее картофеля,– предложила она наконец.

Не разгадал шакал лисьей хитрости и кивнул головой в знак согласия. На другой день лиса утащила с поля крестьянина капустную рассаду и отдала шакалу.

И опять несколько месяцев шакал таскал воду, а лиса, словно деревенский старос-та, только приходила на поле, отдавала распоряжения и удалялась.

Наконец в зелёных листьях капусты завязались кочаны. Когда же пришло время делить урожай, лиса села в сторонке на борозду, а шакал собрал капусту с грядок и сло-жил её в кучу. Начала лиса делить. Кочаны взяла себе, а кочерыжки отдала шакалу.

– Что же это такое!– возмутился шакал.– Ты отдаёшь мне одни только кочерыжки,

* ведь я так усердно работал! Себе же ты берёшь кочаны. Это несправедливо.

– Каждый раз ты затеваешь спор!– с гневом закричала лиса.– Сам ведь согласился, что на этот раз возьмёшь то, что в земле. Зачем же теперь говоришь, что трудился даром?

Шакал с жадностью смотрел на кучу капусты и в душе хотелось ему броситься на лису и поколотить её, но так как он был трусом, то этого не сделал. Рассерженный, он по-шёл прочь, бросая на рыжую косые взгляды. А та и ругала его вдогонку.

«В следующий раз,– решил шакал,– буду сеять и снимать урожай сам»

**Загадки про картофель:**

|  |  |
| --- | --- |
| Закопали в землю в мае | Неказиста, шишковатая, |
| И сто дней не вынимали, | А придёт на стол она, |
| А копать под осень стали | Скажут весело ребята: |
| Не одну нашли, а десять. | “Ну, рассыпчатая, вкусна!” |
| Бурая — не мишка, | И зелен, и густ на грядке вырос куст. |
| В норке — но не мышка. | Покопай немножко: под кустом … |
| Неказиста, мелковата, | Что копали из земли, жарили, варили? |
| Только любят все ребята | Что в золе мы испекли, ели да хвалили? |
| Запечённую в костре, |  |
| В ароматной кожуре. | Красный глаз |
| “Русский хлеб”, зовём мы крошку – | богатырь тарас |
| Нашу добрую… | под землю ушёл |
|  | 10 братьев нашёл |
|  | посмотри-ка посмотри |
|  | каковы богатыри. |
|  |  |

**Пословицы и поговорки про картофель**

* Картошка — хлебу присошка.
* Уродился хлеб в оглоблю, а картошка — в колесо.
* Клади картошку в окрошку, а любовь — в дело.
* Картошка хлеб бережёт.
* Ель да берёза — чем не дрова, соль да картошка — чем не еда?

**Стихотворения про картофель**

|  |  |
| --- | --- |
| **Л. Громова** | **Ф. Полак** |
| Думаю, из овощей, | Варим, жарим и печём — |
| Лучше всех — **картошка**, | На костре, в духовке, |
| Без неё не сваришь щей, | Даже вместе с шашлычком |
| Не поешь окрошки. | Справимся мы ловко! |
|  | И с укропом молодая — |
| **В. Гвоздев** | Просто объедение! |
| Я на любом столе– любимый самый, | А вот… чистить, не скрываю, |
| И в честь меня пора давать салют! | Для меня — мучение! |
| Ведь из **картофеля** на кухне мама |  |
| Вам приготовит сотню разных блюд! | **Е. Голубенко** |
|  | Папе я не понарошку |
| **В. Сибирцев** | Помогал копать **картошку**: |
| Из ведёрка — прыг! — на грядку, | Пол ведра — мой ценный вклад, |
| Все по делу, по порядку. | Не картошка — просто клад! |

Ты, картошечка-**картошка**, Посиди в земле немножко, Только там не засыпай,

* быстрее прорастай! И расти на радость нам, Не по дням, а по часам. Мы тебя за тем сажаем, Чтоб вернулась урожаем!

**Н. Волкова**

Не оставлю я ни крошки от рассыпчатой **картошки**

* картошке очень рад, у неё хороший взгляд. А ещё, смотрите, вот, у неё широкий рот.

**М. Муллин**

Не догадался ни за что До этого я сам бы — **Картошку** садят не за стол,Её сажают в ямы.

Без темноты и сырости

Она не может вырасти!

**Е. Груданов**

Что рядками вдаль уходит За бугор, за лес, за дом? То — картофельное поле Расстилается кругом.

Ах, **картошка**! Ах, картошка! Ты для нас — как свет в окошке! Без тебя нам, может быть, И недели не прожить!

**П. Межиньш**

Грядку раскопай немножко, Глядь, а там живёт **картошка**. Раз картошка, два и три... Всю в ведро её бери.

**Г. Дядина Картошка в мундире**

Она вчера была

В окопе,

* вот теперь она — В укропе, В кастрюле,

Словно штаб-квартире, Она солдат, Герой в мундире! Враги, Готовьте нападенье, —

Она не сдастся на съеденье! Не схватишь голыми руками Бойца с горячими боками!

**А. Марк**

Вчера мы двум **картошкам**

Приделали по ножкам

Картошки убежали,

Спасибо не сказали

Если на дорожке

Ты встретишь те картошки,

Скажи, чтоб возвращались,

Тут шкурки их остались

**ЛУК РЕПЧАТЫЙ**

*Лук репчатый* —многолетнее луковичноерастение высотой до 1 м., с приплюснуто-шаровидными луковицами диаметром до 15 см., одетыми сухими желтовато-оранжевыми или крас-новатыми оболочками. Листья трубчатые, прикор-невые. Мелкие беловатые цветки собраны в зонтики на концах полых цветоносных стрелок. Околоцвет-ник состоит из шести листочков, тычинок шесть, пестик с верхней завязью. Плоды — коробочки, со-держащие до шести чёрных трёхгранных семян. Все



части растения имеют специфический острый вкус и запах. Лук репчатый цветёт в ию-ле — августе, плоды созревают в августе — сентябре. В диком виде не встречается. Лук репчатый одно из самых распространённых овощных растений, возделывается повсемест-но. Родина — Азия, плоскогорье Ирана, по мнению некоторых авторов, — Афганистан.

*Используемые части растения:*Луковица.

*Химический состав Лука репчатого:* В луковицах содержится эфирное масло(до0,05%), сахара (до 14%), Белки (до 2%), Ферменты (инулин, фитин), азотистые вещества (до 2,5%), Витамины С (до 14 мг%), каротин, В1 (до 60 мг%), В2 (до 50 мг%), РР (до 0,20 мг%), флавоноиды, соли кальция, Фосфор; микроэлементы.

*Сбор и заготовка Лука репчатого:* Заготавливают луковицы для пищевого и меди-цинского использования осенью, после засыхания листьев и цветочных стрелок.

*Применение Лука репчатого:* Свежий лук репчатый возбуждает аппетит,усиливаетвыделение пищеварительных соков, улучшает пищеварение и способствует лучшей ус-вояемости питательных веществ организмом.

* + древности сохранился в народной медицине способ укрепления волос при их вы-падении путём втирания в кожу головы свежего лукового сока или кашицы. Иногда для укрепления волос, а также против перхоти используют настои шелухи репчатого лука. Го-товят его из расчёта 25 г. шелухи на 0,5 л. кипятка, настаивают 15 мин. и ополаскивают голову после мытья. После этого волосы приобретают соломенно-золотистый оттенок.

**Пословицы о луке:**

* Лук от семи недуг
* Лук с чесноком — родные братья
* Лук да баня всё правят
* Лук семь недугов лечит, а чеснок семь недугов изводит
* Хрен да редька, лук да капуста лихого не допустят
* Лук — добро и в бою и в щах.

**Загадки про лук**

Никого не огорчает,

А всех плакать заставляет.

Сарафан не сарафан,

платьице не платьице,

* как станешь раздевать, досыта наплачешься.

Заставит плакать всех вокруг, Хоть он и не драчун, а …

Пришёл барин с грядки,

весь в заплатках,

кто ни взглянет,

всяк заплачет.

Золотистый и полезный, Витаминный, хотя резкий, Горький вкус имеет он.

Когда чистишь — слезы льёшь.

* вырос на грядке, Характер мой гадкий: Куда ни приду, Всех до слез доведу.

Сидит дед во сто шуб одет,

Кто его раздевает,

Тот слезы проливает.

Прежде чем его мы съели,

Все наплакаться успели.

Что без боли и без печали доводит до слез?

Скинули с Егорушки

Золотые пёрышки,

Заставил Егорушка

Плакать и без горюшка.

Пришла Таня в жёлтом сарафане: Стали Таню раздевать, Давай плакать и рыдать.

Птица в норе,

Хвост во дворе.

Кто перья выдирает,

Тот слезы утирает.

Он никогда и никого не обижал на свете. Чего же плачут от него взрослые, и дети?

**Стихи про лук:**

|  |  |
| --- | --- |
| \*\*\* | \*\*\* |
| Луковое счастье | Порожденье горьких мук, |
| С луком дружат все спортсмены, | Это что? Конечно лук! |
| Любят взрослые и дети. | От микробов защищает, |
| Даже те, кто на диете | Хоть и за язык щипает |
| Потребляют непременно | Наш зелёный айболит, |
| Наш зелёный овощ лук. | Когда горлышко болит. |
| Ведь во всех супах, борщах, |  |
| Вторых блюдах, овощах, |  |
| Привкус он даёт особый |  |
| Ты не веришь нам? Попробуй! |  |
|  |  |
| \*\*\* | \*\*\* |
| Перья отрастив зелёные | Лук — наш овощ очень жгучий, |
| И в земле головку спрятав, | Зря его не трогать лучше. |
| От всех бедствий защищённый | Ну а если тронешь, ручки |
| Так растёт наш лук, ребята. | Надо тщательно помыть |
| Режем мы его в салаты | И всю горечь лука смыть. |
| И в зажарки для супов. | Так сказать на всякий случай, |
| Лук всегда помочь готов | Чтобы в глазки не пекло |
| Сделать пищу нам вкуснее, | И до слез не довело. |
| Привлекательней сумеет. | Потому что лук сердитый |
| Мы растим его, храним, | И немножко ядовитый. |
| Ведь наш лук не заменим | Но он вовсе не опасен |
| Он помощник нам везде – | И не вреден людям, к счастью. |
| И в лекарстве, и в еде. | Он так лечит наши глазки, |
|  | Носик, если он заложен, |
|  | Доктор лук ему поможет. |
|  |  |

**Сказки про лук**

**От тебя одни слезы**

Маленький Лук давно собирался сказать Капусте, что они родня: оба сто одёжек, оба без застёжек.

* Капуста как раз шла купаться.

— Эй, Капуста! — крикнул с огорода Лук. — Я тебе родня!

— Кто-кто? Не слышу, — сказала Капуста, — Кто он мне? Она очень спешила, ведь Капусты не могут жить без воды.

— Мы с тобой оба сто одёжек и оба без застёжек, — повторил Лук.

— Сколько-сколько? — спросила Капуста, уходя. Она очень спешила.

— Да сто, сто, — повторял Лук.

— Сто чего? — спросила наконец Капуста, но ответа ждать не стала. — Извини, иду ку-паться, не могу жить без воды.

— Я тоже, — сказал Лук, — я тоже не могу жить без воды, я ведь тебе родня.

И он выскочил из грядки и побежал за Капустой вслед.

Лук был готов во всем соглашаться с Капустой, неизвестно почему. Допустим, если бы Капуста была горшком и не могла жить без огня. Лук бы тоже сунулся в огонь. Так, кстати, многие Луки и поступают. Ради родни пойдёшь на все… Но Капуста, по счастью, любила воду.

Капуста пришла на пляж и устроилась в тени под грибком.

— Капуста любит тень, — сказала она.

— Я тоже люблю тень, — сказал маленький Лук и сел рядом с Капустой. Капуста стала раздеваться. Лук тоже — он ведь собирался искупаться!

Но как только он снял верхнюю одежду, Капуста начала морщиться, щуриться и тереть

глаза.

— От тебя одни слезы, — сказала Капуста Луку. — И не ходи за мной больше. Она ушла под другой грибок, разделась там до кочерыжки и отправилась купаться. А Лук остался один, что и требовалось ожидать.

Но когда все кончается плохо, это вовсе не значит, что все вообще кончается и замирает.

Может быть, дальше будет хуже.

А дальше появился Заяц.

Заяц шёл мимо, увидел капустные листья и воскликнул:

— Чур моё! — и стал делать своё чёрное заячье дело.

Он скинул рубашку, набил её капустными листьями и быстро пошёл домой.

— Капуста! — закричал Лук с берега. — Твои одёжки!

— Что мои одёжки? — спросила Капуста. — И не подходи к воде близко, от тебя одни слезы!

— Твои сто одёжек заяц уносит! — крикнул Лук, а Заяц так и сделал.

— Сколько-сколько? — переспросила Капуста.

— Все, все твои одёжки Заяц унёс.

Тут Капуста вышла на крутой берег и заплакала уже не от лука.

— Кто я теперь без одёжек, — плакала Капуста. — Кто я теперь? Я кочерыжка! Я никто!

— Погоди, — сказал Лук. — Сейчас что-нибудь придумаем!

Но прежде чем что-нибудь придумывать, Лук побежал догонять Зайца — иногда самое главное догнать, а думать можно и по дороге.

— А что ты, Заяц, несёшь? — спросил Лук первым делом.

— Я несу листики какие-то, никому не нужные, — ответил Заяц.

— А где ты их взял?

— Я их нашёл там, на берегу, они валялись там.

— На бережку? Вот как удачно, — сказал Лук. — Это мои были листики. Спасибо тебе, что ты их нашёл. А то я думал, что я их потерял. Спасибо большое-пребольшое. Давай их сюда.

— Нашёл дурачка, — сказал Заяц. — Твои-то листики я как раз и не взял. Они до сих пор там и валяются. Кому они нужны.

Тут прибежала Капуста.

— Заяц, — очень вежливо сказала она. — Это мои одёжки!

— Ещё новости! — удивился Заяц. — А ты тут кто?

— Я Капуста.

— Ты? — сказал Заяц. — Что я, капусту не видал? Ты никакая не капуста.

— Она Капуста, — вмешался Маленький Лук. — Я её знаю.

— Какой-то пенёк говорит, что он капуста, — возразил Заяц. — Какой-то огрызок.

* Заяц плюнул и пошёл дальше со своим грузом. А Капуста стояла и повторяла:

— Я без одёжки никто, я завяну. Я вяну прямо на глазах.

— Ничего, — сказал Лук. — Что-нибудь придумаем! Он обогнал Зайца и крикнул:

— Зайчик, остановись, я хочу что-то тебе сказать! По секрету! Только тебе одному!

— Не надо мне твоих секретов, — сказал Заяц, — мне надо домой…

— Очень хорошо, — сказал Лук, — тогда я их отдам другим зайцам.

— Кого это их? — спросил Заяц на ходу.

— Кого-кого, нагнись, тогда скажу, а то услышат, — ответил маленький Лук. Заяц нагнулся к Луку.

— Ты, Заяц, слушай, — зашептал Лук, глядя прямо в глаза Зайцу, — ты нагнись поближе. Заяц совсем нагнулся, крепко держа свою рубашку с листьями.

А Лук ему, глядя прямо в глаза, зашептал:

— Ш-пш-ш-п-ш, пш-шп-ш-п-ш.

— Говори помедленней, — говорит Заяц, — непонятно.

— Да ты шшшто, слушай шшшто, шшш-п-шшш! А у Зайца уже потекли слезы!

— А ешщщще, — шептал Лук, — шштоещщще!

— Ну тебя, — закричал Заяц, — от тебя одни слезы!

* + давай вытирать глаза лапами. Рубашка у него упала, развязалась, и, пока он тёр глаза — Капуста раз-раз! — и оделась. Заяц остался плакать, а маленький Лук побежал на берег одеваться. И Капуста вместе с ним за компанию — ведь родня как-никак, оба сто одёжек, оба без застёжек.

Говорят — слезами горю не поможешь. А бывает наоборот. Смотря кто плачет

* смотря кто потом смеётся.

**Отчего лук стал горьким**

* + старину сладкий Лук и горький Арбуз жили по соседству. Тогда лук был таких размеров, как Арбуз сейчас. Арбуз же такой величины, как Лук в наши дни. Поскольку Лук рос большим и сладким, его поливали. Ему не приходилось заботиться о себе. Безза-ботный Лук полнел и тяжелел. Одно плохо: скучно было ему.

Однажды за оградой Лук услышал шорох. Он знал, что ему ничего не грозит, но от нечего делать начал прислушиваться. Шорох перерос в частое дыхание. Хотел было Лук посмотреть, кто там объявился, да было ему лень. В конце концов не выдержал, повернул-ся грузным телом. За оградой, из кочек, обливаясь потом, на свет пробивался хилый По-дорожник. Лук был хорошо напоен водою, поэтому сколько не пытался, не смел промол-чать.

— Послушай, голопуз, — обратился он к Арбузу, — ты слышишь, Подорожник снова пыхтит.

— Нелегко бедняге, — отозвался тощий Арбуз.

— Какой бедняга? Просто нахал, — возмутился Лук, — не успели его вышвырнуть с грядки, как он уцепился за кочки.

— Нелегко ему, — вздохнул Арбуз.

— Заладил: нелегко, нелегко, — рассердился Лук.

Он пожалел, что заговорил с Арбузом. Отвернулся, замолк. Но сытого всегда донимает скука, и Лук даже снизошёл до беседы:

— Как ты сумел пробиться из твёрдых кочек, Подорожник?

— Я довольствуюсь малым и много тружусь, — еле слышно прошептал Подорожник, по-скольку до плеч был ещё в земле.

— Тебя вырезают здесь, а ты прорастаешь там. Вырвут с корнем, а ты пробиваешься ря-дом. Откуда у тебя столько силы духа, что не погибаешь в бесконечных гонениях?

— Сила духа крепнет от борьбы, — ответил Подорожник чуть громче, освобождая грудь от стиснувших глыб.

— От борьбы, говоришь? А чем ты силён?

— Врагами силён! — ответил Подорожник звонко.

Лук не переносил высоких тонов — сытость больше нуждается в созерцательном покое.

Поэтому он поморщился и с усмешкой спросил:

— Скажи, Подорожник, что тяжелее всего на свете: умирать от жажды на солнцепёке, быть раздавленным Копытом, вырванным с корнем, или быть порубленным неумолимым Железом?

— Самое трудное — не обидеть другого.

Лук с удивлением приподнялся и ахнул: Подорожник уже выращивал детей. Испугался Лук: «Вырастут его дети — выпьют всю влагу, которой люди поливают меня. Тогда са-мому придётся доставать воду из твёрдой, жадной, мрачной глубины. Нет, нет — только не это!» — ужаснулся Лук и закричал:

— Же-ле-зо! Сюда!!!

Напрасно пытался Арбуз остановить его. Лук кричал всё сильнее.

Явилось Железо и начало кромсать бунтаря. Кромсать за то, что живёт… да ещё и на своей земле.

— О Лук! — закричал погибающий. — Праздность и лень породили в тебе зависть и до-вели тебя до предательства! Если есть на свете справедливость, пусть сделает тебя таким горьким, как моя судьба! Арбуз же за доброту — полным, как мои надежды! И сладким, как сон.

Острым было свирепое Железо. Острым, но слепым. Чувствовало оно, что уничто-жило Подорожник, но не видело, что сеет его детей, омытых вместо влаги слезами и со-ком самого Подорожника.

Рядом с могилой Подорожника вскоре на свет начали пробиваться его дети. В раз-рыхлённой и влажной земле им было легче, и они росли быстрее. Увидел их Лук — горечь обожгла его и начала сушить. От бессильной ярости сам себя он грыз, уменьшаясь на гла-зах.

Увидел и Арбуз детей Подорожника — сладость радости разлилась в его душе. А когда внуки пробились на свет, то увидели Лук уже таким, какой он сейчас. И Арбуз уви-дели другим — какой он в наши дни…



**СОСНА**

Это дерево достигает высоты 50 метров. Такие экземпляры встречаются в прибрежных зонах Балтийского моря. А средние показатели высоты сосны составляют до 30 метров. Максимум диаметр прямостоячего ствола может достигать 120 сантиметров. Крона дерева высокая, конусовидной формы. Кора сосны обыкновенной в низовьях ствола плотная и толстая, потресканная. А вот верхняя его часть обладает тонкой корой красного окраса. Изначально сосновые побеги имеют зеленый цвет, а с годами они приобретают светло-коричневый окрас. Почки дерева яйцеобразной формы, обеленные тонким смолистым слоем. Хвоя чаще бывает зеленого цвета, реже — сизого. Шишки у этого хвойного дерева двуполые. Мужские особи имеют желтый либо розовый окрас и размер до 12 сантиметров. Женские шишечки коричневые, серые, зеленые, длинной до 7 сантиметров. После опыления они созревают в ноябре и декабре, а открываются в январе. Семена сосны черные, они имеют крыло-перепонку для удобства переноса ветром. Ареалом произрастания обыкновенной сосны является вся Евразия. От Испании, Англии деревья распространились к восточной Сибири. На севере местами обитания сосны является Лапландия, на юге — это Монголия и Китай. Заготовка и хранение Целебным сырьем служит сосновая хвоя, пыльца, живица, почки. Сбор последних начинается до начала периода их интенсивного роста, а это март-апрель. Сушат почки в вентилируемых теплых помещениях, регулярно перемешивая. Хранят сухое сырье два года в холщевых либо бумажных мешках. Хвою собирают в период вырубок. Обычно ее применяют с целью оздоровления организма в свежем виде. Удобнее для этого срывать целые лапки. Что касается заготовки живицы, то это делают все лето. А после получения из продукта готовят канифоль и скипидар. В мае начинается сбор пыльцы. Он длится обычно три дня. Сосновые цветки надо успеть собрать до того, как начнет осыпаться пыльца. Ее стряхивают и пропускают через сито. Срок сбережения сосновой пыльцы составляет 24 месяца. Применение в быту Этот представитель хвойных пород имеет широкое применение в домашнем хозяйстве. Древесина сосны очень часто служит средством отопления помещений. У нее прекрасные показатели теплоты сгорания, поэтому сорт дров считается самым качественным. Обработка древесины — это получение скипидара высокого качества, дегтя и древесного уксуса. А вот корни сосны мастера применяют в плетении разных предметов домашней утвари благодаря прочности и гибкости. Это корзины, тарелки, кувшины, подставки, сувенирная продукция. Деревообрабатывающая промышленность активно использует сосну обыкновенную. Спектр применения древесины очень широкий: изготовление бумаги, ДСП, фанеры, целлюлозы, шпал для железнодорожного полотна, мебели. Она служит основным материалом в кораблестроении.

Состав и лечебные свойства Все части сосны обыкновенной имеют богатый состав и насыщенность активными веществами. Так, сосновые почки содержат крахмал и эфирное масло, горечи и дубильные вещества. Эта часть целебного растения оказывает желчегонное, отхаркивающее, диуретическое, бактерицидное действие. Отвары на основе почек сосны рекомендованы к применению при патологиях в дыхательной и мочеполовой системе. С их помощью справляются с заболеваниями почек, подагрическим артритом, ревматизмом. Лечат отварами и воспаления желчного пузыря. Дерматологические проблемы кожи устраняются с помощью ванн на основе отваров почек сосны. Ингаляции с эфирным маслом этого лекарственного растения либо на основе почек прекрасно справляются с бронхитами, кашлем, ларингитами. Сосновый скипидар известен своим противовоспалительным эффектом. Он еще стимулирует периферическое кровообращение.

Богатым является и состав сосновой хвои. Это аскорбиновая кислота, смолы, алкалоиды, эфирные масла, каротин, дубильные вещества. Хвоя обыкновенной сосны — поставщик соснового масла. Его активно используют в фармакологической промышленности. Так, например, средства на ее основе «Фитолизин» и «Пинабин» используют в качестве противовоспалительных препаратов при наличии камней в почках, они служат спазмолитиками. А еще из сосновой хвои методом экстрагирования получают укрепляющий состав для ванн, делают специальные средства для ингаляций при болезнях сердечно-сосудистой системы. Также подобные препараты применяют для терапии дерматологических проблем, неврологических расстройств. Пыльца используется в народной медицине как средство повышения иммунитета и усиления защитных сил организма при туберкулезе и сахарном диабете. Хвойные настои давно себя отлично зарекомендовали в лечении цинги, авитаминоза, бронхиальной астмы. Бальзамы на основе скипидара обладают противовоспалительными свойствами, поэтому используются в терапии миозита, невралгии, ревматизма. Применение в народной медицине: рецепты Народные целители накопили полезный опыт применения обыкновенной сосны в оздоровлении организма человека. Предлагаем воспользоваться лучшими рецептами на базе целебного растения и убедиться в его лекарственных свойствах: Настой почек от кашля. Возьмите 10 граммов сосновых почек, обдайте стаканом кипящей воды, укутайте, оставьте на час. Затем через три слоя марли процедите жидкость. Пить ее надо при каждом позыве к кашлю по несколько глотков. Общая доза настоя за день составляет ½ литра. Дезинфицирующий отвар из сосновых почек. Это средство используется для лечения проблем кожи и внутренних воспалительных процессов. Для его приготовления необходимо на водяной бане томить 15 минут столовую ложку сосновых почек в стакане воды. После остывания средство процеживается через ситечко. Принимать его внутренне нужно по 100 граммов. Внешне — это примочки и умывания, если речь идет о дезинфекции кожи лица. Хвойный кардиологический настой для ванн. Возьмите стакан хвои, залейте его двумя литрами кипящей воды. Настаивайте до полного охлаждения, процедите и вылейте в ванну, принимать которую следует 15 минут. Курс процедур составляет 10-12 ежедневно. Отвар для лечения мочекаменной болезни и ревматизма. Двадцать граммов почек сосны обыкновенной заливают полулитром воды и проваривают на слабеньком огне четверть часа. Затем средство должно остыть полностью. Цедят его через ситечко и пьют дозой 50 граммов 4-5 раз в день. Хвойный отвар для компрессов против артрита. Возьмите 10 граммов сосновой хвои и в 200 граммах воды прокипятите 5 минут. Дайте остыть. Профильтруйте. Используйте в качестве компрессов на зоны поражений несколько раз в день. Спиртовая настойка для лечения гипертонии. Необходимо 10 измельченных зеленых шишек сосны залить литром водки. Три недели средство должно стоять в темном месте при периодическом встряхивании. Принимать целебную настойку после процеживания следует трижды в день по чайной ложке в начале каждой трапезы. Курс лечения настойкой из шишек составляет два месяца. Живичное молоко для терапии язвы желудка. Возьмите шарик живицы размером с горошину, растворите его в стакане вскипевшего домашнего молока. Пить такое целебное средство нужно по стакану в начале каждой трапезы троекратно в день. Хвойный квас для лечения гепатита. Необходимо один килограмм хвои предварительно измельчить. Затем его засыпают килограммом сахарного песка, перемешивают. Этот состав должен постоять ночь, после чего в него вливают два литра холодной кипяченой воды. Квас настаивается на солнце 3 дня либо 10 дней в помещении при комнатной температуре. Принимать его после фильтрации нужно по 200 граммов за 15-20 минут до начала каждого приема пищи. Компрессы при аденоме предстательной железы, кисте матки и яичников. Необходимо взять 100 граммов сосновой канифоли, 20 граммов пчелиного воска и столько же оливкового масла, положить в кастрюльку и расплавить до однородной массы. Это средство наносится на чистую кожу наружно на две сутки. Противопоказания к применению Препараты на основе сосны обыкновенной нельзя применять в таких случаях: Индивидуальная непереносимость. Гломерулонефрит. Обострение гепатита. Нефрит и нефроз. Гипотония. Шишки с пыльцой осторожно надо принимать при тромбозах. В начале лечения препаратами сосны стоит проконсультироваться со знающим опытным фитотерапевтом.

ЗАГАДКИ И СТИХИ

**Загадки о сосне**

Что же это за девица:  
Не швея не мастерица,   
Ничего сама не шьет,   
Но в иголках круглый год.  
(Сосна или ель)

У меня длинней иголки,  
Чем у самой рослой ёлки.  
Подо мной полно соседей -  
Кабанов, волков медведей.   
(Сосна)

Ее всегда в лесу найдешь –  
Пойдем гулять и встретим:  
Стоит колючая, как еж,  
Зимою в платье летнем.  
(Сосна)

**Пословицы и поговорки о сосне**

Сосна кормит, а липа обувает.  
Всяка сосна лишь своему бору шумит.  
Нам что ни дуб – то тулуп, что ни сосенка – то избенка.  
От яблони - яблочки, а от сосны - шишки.  
Ель не сосна, шумит неспроста.  
С бору, да с каждой сосенки.  
Сосна там красна, где росла.

**Легенда о сосне**

На латыни название сосны «Pinus». Сосны часто растут на скалистых обрывах или крутых склонах гор, поэтому есть предположение, что корни этого названия таятся в кельтском «pin», что значит скала. Помимо этого, существует старая греческая легенда, объясняющая это название.

Нимфа утренней зари белокурая Питис (в некоторых вариантах Питида или Пития) очень сильно полюбила веселого и озорного бога Пана, сына Гермеса и дочери Дриопа, который считался богом-проводником, покровителем рыбаков и охотников.   
Но ревность другого бога, Борея, повелителя холодного северного ветра оказалось сильнее, и он превратил нимфу в сосну, высокое вечнозеленое дерево, которое и получило название Pinus. Известны изображения бога Пана с сосновым венком на голове.

**Стихи о сосне**

**Сосна**

Ираида Мордовина

Могучих сосен статный ряд,  
Шеренги стройные стоят.  
Макушки смотрят в небеса –  
Природы дивная краса.

Сосновый бор в ветра скрипит,  
Как будто на людей ворчит  
За то, что лес не берегут,  
Жизнь непутёвую ведут.

На протяжении веков  
Путь человека бестолков.  
Живём мы с вами одним днём,  
Не беспокоясь, что потом.

Меняют место полюса,  
Сместилась юга полоса.  
На Севере Луна полней,  
А на Востоке – всё скромней.

Погода вольностей полна,  
Непредсказуема она.  
Нам хочется всегда тепла,  
Ведь «долька» лета так мала.

Давайте Землю миром всем любить!  
Беречь и постараться не губить!  
Для новых поколений сохранить!

**\*\*\***

Михаил Юрьевич Лермонтов

На севере диком стоит одиноко  
На голой вершине сосна  
И дремлет качаясь, и снегом сыпучим  
Одета как ризой она.

И снится ей всё, что в пустыне далекой —  
В том крае, где солнца восход,  
Одна и грустна на утёсе горючем  
Прекрасная пальма растет.

приложение 2

**Инструкция по охране на «Экологической тропе»**

1. **Общие требования безопасности**

1.1. *Педагог дошкольного учреждения обязан*:

1.1.1.Знать, что несёт личную ответственность за сохранение жизни и здоровья детей.

1.1.2.Знать содержание инструкции по оказанию первой медицинской помощи и, при не-обходимости, уметь оказать такую помощь детям при ушибах, кровотечениях, отравлени-ях, вывихах, переломах, солнечных ударах до прибытия медицинского работника.

1.1.3.Строго соблюдать санитарные правила, утверждённые Минздравом России.

1.1.4.Находиться с детьми и не оставлять детей без присмотра.

1.2. *Требования безопасности к оснащению территории*:

1.2.1.Оборудование, расположенное на территории «Экологической тропы» (малые игро-вые и архитектурные формы, пособия для экспериментальной и исследовательской дея-тельности, физкультурные пособия и др.), должно быть в исправном состоянии: без ост-рых выступов, углов, гвоздей, шероховатостей и выступающих болтов.

1.2.2.Лесенки и мостики должны быть устойчивы и иметь прочные рейки и перила, соот-ветствовать санитарным требованиям.

1. **Требования безопасности перед выходом на «Экологическую тропу»**
2. *Педагог ДОУ обязан*:

2.1.1.Перед выходом на Экологическую тропу осматривать территорию «Экологической тропы», не допускать наличия на ней травмоопасных предметов: сломанных кустарников, сухостойных деревьев, металлических предметов, битого стекла и др.

2.1.2.Проверять исправность и устойчивость оборудования, находящегося на «Экологиче-ской тропе», надёжность крепления лестниц, горок, мостиков, безопасность водоёмов, баллонов, пеньков.

1. **Требования безопасности во время нахождения на «Экологической тропе»**

3.1. *Педагог дошкольного учреждения обязан*:

3.1.1.Обеспечить комфортные условия пребывания воспитанников на «Экологической тропе», исключающие психоэмоциональное напряжение, с использованием занимательно-го игрового и развивающего оборудования и материалов.

3.1.2.Обеспечить в целях профилактики травматизма контроль и непосредственную стра-ховку ребёнка во время лазания, спрыгивания с возвышенности, спортивного оборудова-ния.

3.1.3.Не допускать лазания воспитанников по ограждениям забора, перилам мостиков и деревьям.

3.2.Хождение воспитанниками босиком по траве, песку, гравию разрешается только после осмотра и подтверждения безопасного состояния территории.

3.3.Проведение игр с песком допускается только при условии ежедневной перекопки и ошпаривания песка кипятком.

3.4.Во избежание перегрева в жаркое время года дети должны носить лёгкие головные уборы.

1. **Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях**
2. *Педагог дошкольного учреждения обязан*:

4.1.1.При возникновении чрезвычайной ситуации организовать эвакуацию воспитанников с территории «Экологической тропы» в безопасное место. Сообщить о случившемся ру-ководителю учреждения.

4.1.2.При получении воспитанником травмы оказать ему первую медицинскую помощь до прибытия медицинского работника.

1. **Требования безопасности по выходу с территории «Экологической тропы»**

5.1. *Педагог дошкольного учреждения обязан*:

5.1.1.Организовать гигиенические процедуры воспитанников.

5.1.2.В случае необходимости организовать очистку одежды от грязи и песка.

Приложение 3

**Природоведческие пословицы, поговорки, пальчиковые игры,**

**физкультминутки и подвижные игры**

*Пословицы и поговорки о временах года.*

Зима.

Не велик мороз — да краснеет нос.

Зимой солнце, что мачеха: светит, да не греет.

Снега надует — хлеба прибудет.

Береги нос в большой мороз.

Мороз невелик, да стоять не велит.

Снег земле-кормилице — что тёплый кожух.

Весна.

Весна водой богата.

Кто весной трудиться рад, будет осенью богат.

Весенний день целый год кормит.

Посеешь впору — соберёшь зерна гору.

Весна красна цветами, а осень — пирогами.

Весна да осень — на дню погод восемь.

Лето.

Худо лето, когда солнца нету.

Жатва время дорогое: никому тут нет покоя.

Лето собирает, а зима поедает.

Пришёл июнь-разноцвет — отбою от работы нет.

Что в августе соберёшь, с тем и зиму проведёшь.

Осень.

В осеннее ненастье семь погод на дворе.

Весна красна, да голодна, осень дождлива, да сытна.

Осенний день прозевал — урожай потерял.

Осенняя пора — птица со двора.

Гром в сентябре — тёплая осень.

Октябрьский гром — к белоснежной зиме.

Поздний листопад — к суровой продолжительной зиме.

Когда гусь улетает, снег выпадает.

*Пословицы о лесе****:***

Растение — земли украшение.

Рощи да леса — всему свету краса.

По лесу ходи — под ноги гляди.

Лес не школа, а всех учит.

Лес и вода — брат и сестра.

Много леса — не губи,

Мало леса — береги,

Нет леса — посади.

* лес шумит дружней, когда деревьев много. Враг природы тот, кто лес не бережёт.

*Пословицы о природе****:***

Птиц, зверей оберегайте и всегда им помогайте! Кто природу губит, тот свой народ не любит.

Кто умеет добрым быть, тот сможет природу беречь и любить.

*Пальчиковые игры: «Посадим цветы»*

Мы ямку раскопаем, семечко посадим. Дождичек польёт, оно подрастёт. Сначала стебелёк, а затем цветок.

Наши красные цветки расправляют лепестки.

Ветерок чуть дышит, лепестки колышет.

Наши красные цветки закрывают лепестки,

Головой качают, тихо засыпают.

*«Растение»*

Много всяких растений повсюду:

Возле речки, на пруду, на поляне и в саду.

Утром весенним раскрывают они лепестки.

Всем лепесткам красоту и питанье

Дружно дают под землёй корешки.

Пальцы сжаты в кулак, плотно прижаты друг к другу, медленно поднимаются вверх до высоты большого пальца — прорастает растение. Тыльные стороны ладоней соединены, пальцы опущены вниз — корень растения.

*Физкультминутки:*

*«Прогулка по лесу»*

Дети по лесу гуляли,

За природой наблюдали,

Вверх на солнце посмотрели,

* их лучики согрели. Бабочки летали, Крыльями махали. На нос села пчела. Посмотрите вниз друзья. Мы листочки приподняли, В ладошку ягоды набрали. Хорошо мы погуляли!
* немножечко устали.

*«Лягушки»*

На болоте две подружки,

Две зелёные лягушки.

Утром рано умывались,

Полотенцем растирались,

Лапками топали,

Вправо, влево наклонялись

* обратно возвращались. Вот здоровья в чём секрет.

Всем друзьям — физкультпривет!

*Лесные правила.*

Если в лес пришёл гулять, свежим воздухом дышать, Бегай, прыгай и играй, только, чур, не забывай, Что в лесу нельзя шуметь, даже очень громко петь. Испугаются зверушки — убегут с лесной опушки. Ветки дуба не ломай. Никогда не забывай Мусор с травки убирать. Зря цветы не надо рвать. Из рогатки не стрелять: в лес приходят отдыхать. Бабочки пускай летают, ну кому они мешают?

Здесь не нужно всех ловить, топать, хлопать, палкой бить.

*Природоведческие игры.*

*«Летает, плавает, бегает»* Воспитатель показывает или называет детям объект живой природы. Дети должны

изобразить способ передвижения этого объекта. Например: при слове «зайчик» дети на-

чинают бегать или прыгать на месте; при слове «карась» — имитируют плывущую рыбу; при слове «воробей» — изображают полёт птицы.

*«Я знаю» (игра с мячом)*

Дети становятся в круг, в центре — воспитатель с мячом. Воспитатель бросает ре-

бёнку мяч и называет класс объектов природы *(звери,* *птицы,* *рыбы,* *растения,* *деревья,*

*цветы)*.Ребёнок,поймавший мяч,говорит: «Я знаю5названий зверей»и перечисляет

*(например: лось, лиса, волк, заяц, олень)* и возвращает мяч воспитателю.Второму ребёнку

воспитатель бросает мяч и говорит: «Птицы». Ребёнок ловит и называет 5 птиц и т. д.

*«Воздух, земля, вода» (игра с мячом)*

Воспитатель бросает мяч ребёнку и называет объект природы, например, «сорока». Ребёнок должен ответить «воздух» и бросить мяч обратно. На слово «дельфин» ребёнок отвечает « вода», на слово «волк» — «земля» и т. д.

Возможен другой вариант этой игры : воспитатель называет слово « воздух». Ребёнок, поймавший мяч, должен назвать птицу. На слово «земля» — животное, обитающее на земле; на слово «вода» — обитателя рек, морей и океанов.

*«Цепочка»*

* + воспитателя в руках предметная картинка с изображением объекта живой и не-живой природы. Передавая картинку, сначала воспитатель, а затем каждый ребёнок по це-почке называет по одному признаку данного объекта, так, чтобы не повториться. Напри-мер: «белка» — животное, дикое, лесное, рыжее, пушистое, грызёт орехи, прыгает с ветки на ветку и т. д.

*«Выбери нужное»* На столе рассыпаны предметные карточки. Воспитатель называет какое-либо свой-

ство или признак, а дети должны выбрать как можно больше предметов, которые этим свойством обладают. Например: «зелёный» — это могут быть картинки листочка, дерева, огурца, капусты, кузнечика и т. д. Или: «влажный» — вода, роса, облако, туман, иней

* т. д.

*«Что это такое?»*

Воспитатель загадывает предмет живой или неживой природы и начинает перечис-лять его признаки. Если дети его отгадали, загадывает следующий предмет, если нет, то список признаков увеличивается. Например: «яйцо» — овальное, белое, хрупкое, внутри чаще жидкое, питательное, можно встретить на крестьянском дворе, в лесу, из него вылу-пляются птенцы.

*«У меня в огороде»*

Дети по кругу называют овощи, которые могут расти в огороде на грядке *(помидор,*

*огурец, баклажан, морковь и т. д.)*.

Возможен и другой вариант этой игры: у детей картинки, на которых могут быть изображены как овощи, растущие на огороде, так и другие предметы живой и неживой природы. Например: подорожник, воробей и др. Ребёнок должен обосновать, что эти объ-екты делают у него в огороде. Например: воробей — клюёт гусениц с нашей капусты, по-дорожник я оставил, чтобы лечиться и т. д.

*«Береги природу»*

На столе лежат картинки, изображающие растения, птиц, зверей, человека, солнца, воды и т. д. Воспитатель убирает одну из картинок, и дети должны рассказать, что про-изойдёт с оставшимися живыми объектами, если на Земле не будет спрятанного объекта. Например: убираем птицу — что будет с остальными животными, с человеком, с расте-ниями и т. д.





