



Ягоды Сибири

Семинар по региональному компоненту

Учитель: Кавеева Алевтина Александровна

МОУ «СОШ № 5»

г. Нефтеюганск, 2009



Черемуха



Черемуха - род невысоких деревьев семейства розоцветных.

Плоды ее созревают в августе-сентябре.



Фитонциды черемухи убивают многие виды болезнетворных микробов, плесень, грибки, мух, комаров, слепней, клещей. Фитонцидные свойства черемухи используются при лечении трихомониаза и стригущего лишая.

В плодах, листьях, цветках, семенах и коре содержатся гликозиды (амигдалин и другие), органические кислоты, красящие вещества, глюкоза, фитонциды.

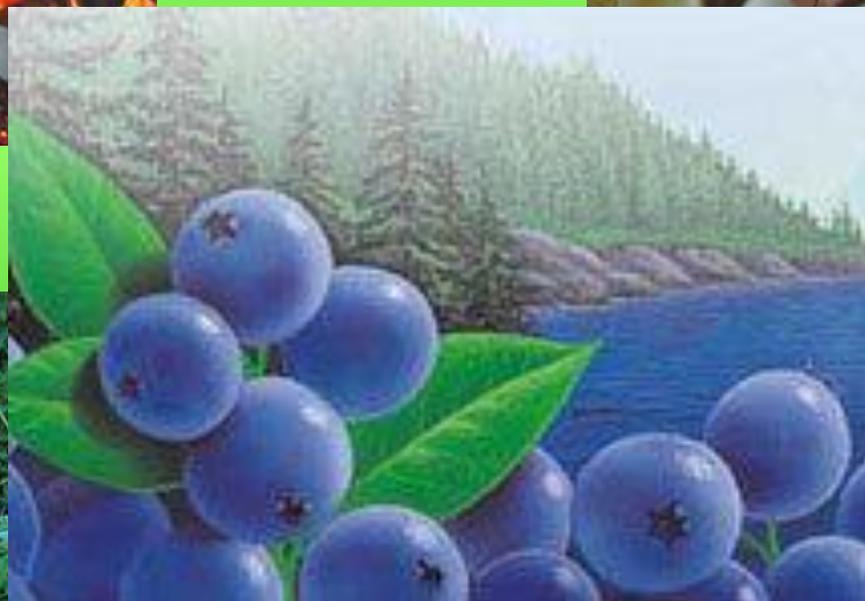
Пруназин обуславливает специфический аромат растения. В плодах обнаружены: яблочная, лимонная кислоты, сахара, вяжущие вещества.

Витамин С содержится во всех органах, особенно в листьях.

Голубика



zastavkin.com



**Семейство вересковых. (*Vaccinium uliginosum* L.)
Кустарник голубики высотой до 120 см.**



Плоды голубики – съедобные ягоды, черные, с сизоватым налетом, с пурпурной мякотью, кисло-сладкие, сочные, с тонкой кожицей.

Созревают ягоды в августе-сентябре. Впервые голубика зацветает только на 11-18 году, а продолжительность жизни может составлять 90 лет. Урожайность голубики высокая от 140 до 500 (и даже 1300!) кг с 1 га.

Ягоды голубики очень полезны. В них содержится до 8,0% сахаров, около 3% органических кислот (яблочной, лимонной, щавелевой, уксусной, бензойной); содержание пектинов у голубики топяной самое высокое из всех лесных ягодных растений и достигает до 0,5%, что позволяет рекомендовать ее людям, работающим во вредных условиях, так как пектиновые вещества способны связывать и выводить из организма радиоактивные металлы - стронций и кобальт. Среди витаминов, содержащихся в голубике топяной, до 70 мг% занимает витамин С. Кроме того, в ягодах обнаружены почти все витамины группы В, а также витамины А, К, Р и РР.

Морошка



Травянистое или полукустарниковое растение. Высота до 30 см, ползучее корневище. Листья округло-почковидные, пятилопастные, по краю неровно-городчатые, цветки однополые, одиночные, белые. Тычиночные и пестичные цветки находятся на разных растениях, мужские цветки несколько крупнее. Появляются цветы в июне-июле, а через 40-45 дней созревают и ягоды. Плод – сборная костянка диаметром 1,5 см, по форме напоминает плоды малины, но отличается особым запахом и вкусом, сладкая; незрелые ягоды красного, а зрелые – оранжевого цвета – почти прозрачные, и напоминают поделки из чистого яркого янтаря. Ягоды – хамелеоны, три раза меняют свой цвет. Собирают морошку в июле-августе, корни заготавливают глубокой осенью.



Настой и отвар растения пьют при отложениях солей, как витаминное, ранозаживляющее, кровоостанавливающее средство, при цинге и отёках сердечного происхождения. Плоды едят при кашле и простуде.

Черника



Кустарничек с кожистыми, опадающими на зиму листьями. Высота 15 – 40 см, стебли с острорребристыми зелеными ветвями. Листья яйцевидные, мелкопильчатые, светло-зеленые. Розовые цветки шаровидные, со сросшимся венчиком, расположены поодиночке в пазухах листьев и появляются в июне. Тычинок 10, пестик с нижней завязью. Созревают плоды через полтора-два месяца после цветения. Плод – шаровидные черные ягоды с сизым налетом и темно-пурпуровой кисло-сладкой мякотью, с мелкими семенами.



Издавна чернику применяют как лекарство. Ее используют как витаминное средство. Черника помогает при поносах и дизентерии, регулирует работу желудка и кишечника, лечит подагру и ревматизм, почечно - каменную болезнь и ангину. Помогает при воспалении полости рта. Ягоды черники улучшают зрение. Листья черники как составная часть входят в желчегонную смесь и наружно применяются для лечения артритов. Может с успехом использоваться для повышения работоспособности, снятия утомления.

Брусника



Брусника - самая популярная ягода Тюменского края. Запасы её в Сибири до 3 миллионов тонн.

Брусника обыкновенная, пуу (коми-заярянский), ехум воншумат -«боровая ягода» (хант.), ий ноча (ненецк) – небольшой кустарник высотой от 2,5 до 25 см.. Листья – кожистые, многолетние, длиной 5 – 27 мм., шириной 3 – 12 мм – расположены на коротких опушенных черешках, сверху лист темно-зеленый, снизу бледный. Цветки собраны в короткую, но густую кисть из двух – восьми (редко до 18) цветков, обладают слабым, но приятным запахом. Плод - шаровидная ягода, в зрелом состоянии ярко-красная, в диаметре до 12 мм. Цветет в мае – июне. Плодоносит в августе – сентябре.



Брусника долго не портится, потому что в ней много бензойной кислоты. Это сильный антисептик, то есть вещество, уничтожающее микробы. Бруснику и настой ее ягод дают больным с высокой температурой. Ягоды полезны при гастритах с пониженной кислотностью желудочного сока, при язве желудка, при поносах. Брусникой лечат болезни почек и мочевыводящих путей, болезни печени. Брусника полезна при ревматизме и подагре. Она понижает кровяное давление. В ягодах содержатся витамин С, РР, каротин.

Клюква



Клюква – вечно – зеленое растение, большей частью стелющееся мелкими кожистыми листьями и темно-красными ягодами. Клюква широко распространена по сфагновым и торфяным болотам, местами образуя обширные заросли. В среднетаежной подзоне она имеет широкое распространение на сфагновых болотах левобережья Оби.



О пользе клюквы на Руси знали давно. О ней упоминается в Домострое еще в XVI веке. Сок клюквы слыл «особливым лекарством» от кашля, считался хорошим средством от цинги, им смазывали мокнущие раны и язвы. Клюква на Руси давно была известна своими тонизирующими свойствами, жаропонижающим действием, способностью утолять жажду. Наверно, самый знаменитый морс это морс из клюквы, особенно полезный при лихорадке, и выздоравливающим после инфекционных болезней и простуды.



По содержанию биологически активных веществ и минеральных солей клюква одна из самых полезных дикорастущих ягод. В ягодах клюквы содержатся: калий, кальций, магний, йод, железо, медь, серебро, барий, свинец, марганец витамин С, К, РР, В1, В2.

Благодарю за внимание!

