

## **Тема занятия: Периоды сбора лекарственного сырья.**

**Цель :** приобретение практических навыков основ использования целебных свойств флоры.

### **Задачи**

- формирование представлений о растительном мире, разнообразии растений луга, поля, леса;
- формирование умения узнавать и собирать лекарственные растения в определенных местах и в определенные сроки;
- ознакомление с целебными свойствами различных частей растений.

### **Ход занятия:**

Несмотря на бурное развитие химии и создание новых высокоэффективных синтетических лекарственных препаратов, лекарственные растения занимают значительное место в многообразии лечебных средств. В нашей стране около 50% лекарственных препаратов изготавливается из растительного сырья.

Целебными свойствами в растениях обладают соединения, которые в медицине называют действующими или биологически активными веществами. К ним относят: глюкозиды, алкалоиды, дубильные вещества, эфирные масла, витамины и др. По характеру воздействия на человека лекарственные растения делят на успокаивающие, снотворные, болеутоляющие, ранозаживляющие, тонизирующие, кровоостанавливающие, слабительные, желчегонные, антибиотические.

Действующие вещества распределяются не во всех частях растений одинаково: у одних они сосредоточены в листьях (ландыш, толокнянка, брусника), у других – в корнях (валериана, алтей, девясил), у третьих – в цветках (липа, ромашка, бессмертник), у четвертых – в плодах (шиповник, земляника и т.д.). Активные вещества образуются и накапливаются в растениях в определенные периоды их развития, поэтому и заготовку лекарственного сырья производят в строго определенное время. Собирать лекарственные растения нужно в сухую ясную погоду.

Приложение №1 Презентация Периоды сбора лекарственного сырья.

Приложение №2 Календарь сбора лекарственных трав

**Почки.** ( слайд №3) Используют почки сосны, березы, тополя, черной смородины. Собирают их в период сильного набухания перед появлением зеленых листиков.

**Кора.** ( слайд №4) Снимают ее в период усиленного весеннего сокодвижения, для чего острым ножом делают два или несколько полукольцевых надрезов коры на расстоянии 25-30 см друг от друга и соединяют их тремя продольными надрезами. Затем полосы отслаивают руками в направлении нижнего поперечного надреза и, не доводя до него, оставляют на стволе для подвяливания. После снимают и свертывают в виде желобков и трубок.

**Листья** ( слайд №5) собирают в период бутонизации цветков, обрывая развитые прикорневые, нижние и средние стеблевые листья.

**Цветки и соцветия (слайд №6)** собирают вместе с цветоножкой. Перед сушкой освобождают от других примесей.

**Травы** (слайд №7) – это листоносные и цветоносные стебли травянистых растений. Стебли срезают ножом в пасмурную погоду с 9 до 16 часов.

**Семена и плоды** (слайд №8) собирают по мере созревания. Сочные плоды и ягоды собирают рано утром или вечером, так как собранные днем они портятся. Сырье накладывают в плетеные корзины слоями по 35 см, перекладывая веточками и листьями.

**Корни, корневища, клубни и луковицы**(слайд №9) собирают после увядания надземной части осенью или весной. Выкапывают лопатами на расстоянии 10-12 см от растения, отряхивают, укладывают в корзину и промывают в холодной проточной воде, раскладывают тонким слоем на траве, рогоже, мешковине, крупные корни режут вдоль и поперек.

В свежесобранной траве, листьях, цветах содержится до 75-85%, а в корнях – до 45% влаги. Собранное сырье нельзя более 34 часов оставлять в таре, иначе оно испортится. Его следует сушить.

### **Примеры лекарственного сырья и их лечебные свойства.**

Березовый гриб (чага) помогает от злокачественных опухолей.

Березовые почки – богаты эфирными маслами, смолой, дубильными веществами.

Листья – применяются в виде настоя при авитаминозах.

Березовый деготь – ранозаживляющее средство.

Березовый уголь – применяется при отравлении ядами.

Березовый сок – противогрибковое, мочегонное средство, употребляется при подагре, ревматизме, ангине.

Сосновые почки применяются в виде отвара как отхаркивающее, дезинфицирующее, мочегонное средство.

Экстракт из хвои применяется при грыже, подагре, рахите; отвар противогрибковое средство.

Живица (смола) – ранозаживляющее средство.

Скипидар антисептик, применяется при невралгии, подагре, ревматизме, воспалении легких.

Из хвои сосны изготавливают хлорофиллокаротиновую пасту для лечения ожогов, заболеваний кожи и в ваннах как тонизирующее средство.

Из хвои кедра получают эфирное масло, смолы, витамин С.

Из хвои пихты получают пихтовое масло для медицинской камфары. Из живицы – бальзам для мазей от ожогов и заживления ран.

Плоды рябины используют как противогрибковое, мочегонное, кровоостанавливающее и противодизентерийное средство.

Плоды клюквы используют в разнообразном виде. Сок клюквы помогает при внутренних заболеваниях, атеросклерозе, лихорадке. Напиток из клюквы лучший для утоления жажды.

Кроме вышеперечисленных целебными свойствами и хорошими пищевыми качествами обладают голубика, малина обыкновенная (лесная), ежевика сизая, смородина черная, земляника лесная, черника, черемуха обыкновенная, калина обыкновенная, клубника, морозика, лещина обыкновенная, кедр сибирский и др.

### **Основные правила сбора лекарственных растений.**

1. Запрещается сбор лекарственных трав, занесенных в Красную книгу.
2. Качество лекарственных растений зависит от их обработки и хранения. Почти все лекарственные растения должны быть высушены.
3. Плоды и семена нужно собирать в период полного созревания (спелости).
4. Нельзя пробовать листья, плоды, корни, соцветия.
5. Растения срезают ножницами или ножом на уровне основания или нижних листьев. Их нельзя вырывать с корнем.
6. Нельзя рвать на одном месте много растений.
7. Нельзя собирать травы в городе вблизи дорог.
8. Цветки, листья и почки собирают вручную в перчатках, т.к. сок некоторых лекарственных растений ядовит для человека. После сбора трав обязательно нужно вымыть руки.
9. Растения собирают в сухую погоду после того как высохла роса.

Составление таблицы сбора трав, встречающихся на прилегающей к школе и поселку территории, по времени года (Приложение № 2)

Подведение итогов занятия.

Травам нужно поклониться  
И навечно в них влюбиться,  
Трав лекарственных запас  
Помогает в трудный час.

## Календарь сбора лекарственных трав

Наименование лекарственных растений	Вид сырья	Календарь сбора, мес.	Максимальный срок хранения, год
Аир болотный	корневища	июнь-октябрь	3
Алтей лекарственный	корни	апрель, май, сентябрь, октябрь	3
Багульник болотный	трава	июнь, июль, август	2
Барбарис обыкновенный	цветы	май, июнь	3
	плоды	сентябрь, октябрь	3
Береза повислая и белая	почки	январь, февраль, март	2
Боярышник	цветы	май	3
	плоды	сентябрь, октябрь	8
Брусника обыкновенная	листья	март, апрель, май, июнь, июль, сентябрь, октябрь	3
Бузина черная	цветы	июнь, июль	3
	плоды	август, сентябрь	3
Валериана лекарственная	корни	апрель, сентябрь, октябрь	3
Василек синий	цветы	июнь, июль	2
Вахта трилистная	листья	май, июнь, июль	2
Горец почечуйный	трава	июнь, июль, август	2
Горицвет весенний	трава	апрель, май	2
Донник лекарственный	трава	июнь, июль, август	2
Девясил высокий	корневища	сентябрь, октябрь	3
Дуб обыкновенный	кора	апрель, май	4
Душица обыкновенная	трава	июль, август	3
Жостер слабительный	плоды	август, сентябрь	3
Зверобой продырявленный	трава	июль, август	3
Земляника лесная	листья	май, июнь, июль	2
Календула лекарственная	соцветия	июнь	2
Калина обыкновенная	кора	апрель, май	4
Крапива двудомная	листья	июнь, июль	2
Клевер луговой	цветы	июнь, июль	2
Кровохлебка лекарственная	корни	сентябрь	5
Липа сердцелистная	соцветия	июнь, июль	2
Любка двулистная	клубни	сентябрь, октябрь	6
Малина обыкновенная	плоды	август, сентябрь	2
Мать-и-мачеха	листья	май, июнь	3
Мелисса лекарственная	трава	июнь, июль, август	3
Можжевельник обыкновенный	ягоды	сентябрь, октябрь	3
Мята перечная	листья	июнь, июль, август	3
Облепиха крушиновая	плоды	сентябрь, октябрь	2
Ольха клейкая и серая	шишки	январь, февраль, апрель, сентябрь, октябрь, ноябрь, декабрь	4
Одуванчик лекарственный	корни	сентябрь, октябрь	5

<b>Наименование лекарственных растений</b>	<b>Вид сырья</b>	<b>Календарь сбора, мес.</b>	<b>Максимальный срок хранения, год</b>
Пастушья сумка	трава	май, июнь, июль, август, сентябрь	3
Пижма обыкновенная	соцветия	август, сентябрь	3
Петрушка огородная	листья	июнь, июль	2
	корни	август	3
Подорожник большой	листья	май, июнь, июль, август	3
Полынь обыкновенная	трава	июнь, июль, август, сентябрь	3
Пустырник пятилопастный	трава	июнь, июль	2
Ревень тангутский	корневище	август, сентябрь	3
Ромашка лекарственная	соцветия	май, июнь, июль, август	2
Рябина обыкновенная	плоды	август, сентябрь	2
Рябина черноплодная	плоды	август, сентябрь	2
Сельдерей пахучий	трава	май, июнь, июль	2
	корни	июнь, июль, август	3
Смородина черная	листья	июнь, июль	2
	плоды	июль, август	2
Спорыш	трава	май, июнь, июль, август	2
Сушеница болотная	трава	июнь, июль, август	2
Тимьян ползучий или чабрец ползучий	трава	июнь, июль	3
Толокнянка обыкновенная	листья	апрель, май, июнь, июль	5
Тмин обыкновенный	плоды	июнь, июль	3
Тысячелистник обыкновенный	трава	июнь, июль, август, сентябрь	2
Укроп огородный	трава	май, июнь, июль	2
Фиалка трехцветная	трава	май, июнь	2
Цмин песчаный или бессмертник песчаный	соцветия	июнь, июль	3
Хвощ полевой	трава	июнь, июль, август	2
Хрен обыкновенный	корни	июль, август	3
Черда трехраздельная	трава	июнь, июль, август	2
Черника обыкновенная	листья	май, июнь, июль	3
	плоды	август	3
Черемуха обыкновенная	плоды	август	5
Чистотел большой	трава	май, июнь, июль	2
Шалфей лекарственный	листья	июнь, июль	2
Шиповник коричный	плоды	сентябрь, октябрь	2