

**Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
детский сад №21 «Колосок»**

Дары леса

Воспитатель: Бакаева Е.С.

ст. Приазовская
2021 год

Плоды

Рябина



Ягодами рябины питаются многие птицы. Спелые гроздья, которые падают на землю, становятся добычей лесных полевок, ежей и других животных. Любят ягоды рябины и лоси, медведи.

Древесина этого дерева ценится в столярном производстве и при изготовлении музыкальных инструментов. Рябина - хорошее медоносное растение.

Плоды рябины применяют в медицине. Они содержат большое количество витаминов. Рябина очищает организм от шлаков, ядов.

Рябину используют для приготовления варенья, пастилы, конфет, настоек. Она входит в меню россиян с давних времен. Хороша она с сахаром и залитая медом, квашеная и сушеная.

Шишка сосновая



Сосна появилась на Земле 150 миллионов лет назад. Растет сосна быстро. Живет 300-500 лет и достигает 40 метров высоты.

КАК ЗАРОЖДАЕТСЯ ШИШКА .Все начинается с небольшого шарика красного цвета - соснового зародыша. К осени зародыш сосновой шишки становится зеленым. Весной, шишка продолжает расти. К осени это уже взрослая шишка - коричневого цвета. Растет шишка 2 года.

СОСНОВАЯ ШИШКА – ИСТОЧНИК ПИТАНИЯ ЗВЕРЕЙ И ПТИЦ
Питательную ценность для животных представляют семена сосны. Сосновую шишку очень любят белки, дятлы, совы, глухари.

Шишка имеет очень много полезных веществ. Поэтому она обладает целебными свойствами.

Чаще применяются именно молодые, еще зеленые шишечки. Из них готовят отвары, настойки и очень вкусное и полезное варенье и мед. Он лечит ангину, бронхит, простуду, грипп.

Лесной орех



Лещина обыкновенная, орешник — кустарник, предпочитает богатые почвы. Весной, еще до раскрытия листочков, орешник цветет. У него цветы собраны в сережки — мужские и женские. Ветер далеко разносит пыльцу с мужских сережек.

Во второй половине лета на орешнике начинают созревать плоды — небольшие орехи, которые сидят в своих гнездышках, обрамленных листочками. Орехи служат пищей многим обитателям леса: любят их и птицы, и мыши, а также и личинки насекомых, которые прогрызают твердую оболочку и лакомятся вкусным ядрышком. И для нас эти орехи — вкусное лакомство и лекарство.

Фундук богат витамином E и содержит больше фолиевой кислоты, чем другие орехи. В основном фундук используют в десертах, выпечке и конфетах. Для ребенка регулярное употребление в пищу фундука может стать гарантией крепкого здоровья и иммунитета.

Шишка еловая



Ель начинает плодоносить в 35-45 лет.

Семена служат кормом лесным птицам и грызунам. Хвоя часто используется для приготовления хвойно-витаминной муки на корм скоту.

Молодые еловые шишки содержат эфирное масло, дубильные вещества, смолу, витамин С, соли железа, хрома, марганца, меди, алюминия. Содержащиеся в ней полезные вещества обладают противовоспалительным, противомикробным, обезболивающим действием.

Ель является одним из главных символов Нового года и Рождества. Стройная и пушистая, покрытая вечнозеленой хвоей, она наполняет раз в году наш дом свежим смолистым ароматом. Нередко ель становится темой детских песен. Некоторые бывалые наблюдатели утверждают, что еловая шишка не хуже барометра может предсказывать погоду.

Жёлудь



Семенами дуба являются желуди, которые появляются осенью и до сих пор используются как вариант корма для различных сельхоз животных в частности для свиней. К слову, ранее и люди использовали желуди в пищу и готовили из них хлеб.

Помимо этого желуди служат кормом для диких животных от кабанов и оленей до различных птиц.

Жёлуди, плоды дуба, полезны и людям, и животным. Люди делают из орехов дерева кофейный напиток. Плоды используют в декоративном творчестве: поделки, декорации.

Листья растения хозяйки применяют для консервирования. Также используются в народной медицине при лечении ран, варикозном расширении вен, изжоге, язвах. Для этого листья дуба собирают до середины мая и используют как чай.

С дубом связано несколько примет. Большое количество желудей – к холодной, суровой зиме. Нельзя сеять пшеницу раньше, чем дуб распустит листья.

Цветы

Ландыш



Ландыш цветёт с середины мая по июнь. Потом вместо цветков появляются плоды, похожие на ягоды.

Ландыши приносят людям много пользы. Благодаря своему приятному аромату эфирное масло ландыша используют для приготовления самых дорогих духов. К тому же ландыш ценят за его лечебные свойства, лекарства из него помогают людям с больным сердцем.

Но ландыш, как растение, ядовит!!! Даже выпитая вода, в которой стоял букет с ландышами, может оказаться смертельной.

Ландыши интенсивно уничтожаются, особенно вокруг населённых пунктов, из-за сбора букетов, а также при сборе лекарственного сырья. Поэтому существование этого прекрасного растения находится под угрозой. Ландыш майский занесен в Красную книгу России.

Фиалка



Фиалки лесные – цветы, которым посвящено много легенд, мифов и торжественных ритуалов у многих народов мира.

Цветёт в марте — июне. Плод - светло-желтая коробочка, которая при созревании вскрывается и разбрасывает очень мелкие семена.

Произрастает по лесам, садам, на опушках и другим тенистым местам.

Лечебные свойства фиалки трехцветной были известны в глубокой древности. Буквально все, начиная от корней, заканчивая бутонами цветов употреблялось докторами для лечения простудных заболеваний и прочих хворей.

К сожалению, небрежное отношение к лесной фиалке с каждым днем уменьшает популяцию этого цветка. Собирая дикорастущие цветы для букетов, многие вырывают фиалковый куст с корнем, препятствуя созреванию семян и естественному размножению лесной фиалки.

Подснежник



Подснежники – первые цветы весны. Они появляются на первых проталинах, не дожидаясь, когда снег растает полностью. Научное название подснежника произошло от греческих слов “gala” – молоко и “anthos” – цветок, т.е. цветок молочно-белого цвета. В русском языке свое название – пробившийся из-под снега.

Подснежники — многолетние растения. Они достигают в среднем 8-20 см в высоту. Продолжительность цветения подснежников — две-три недели. Растёт подснежник на опушках и полях, и также в широколиственных лесах.

В настоящее время большинство видов подснежников занесено в Красную Книгу как исчезающий вид, собирать их нельзя.

19 апреля Всемирный День подснежника.

Зверобой



Народное название этого древнейшего лекарственного растения — хворобой, заячья кровь, кровец. Люди верили, что он обладает волшебной силой и вывешивали пучок травы за дверь для отпугивания диких зверей. Отсюда произошло название «зверобой».

Цветет растение с июня до осени. Траву собирают в пору цветения. Срезают только верхушки побегов вместе с цветами.

Средством от 99 болезней величают зверобой в народе или лекарством от всех недугов. У него сложный химический состав. Он обладает противомикробным действием. Зверобой целебен в свежем и сухом виде.

Свежую траву зверобоя растирают и прикладывают при ушибах.

Зверобой дает медоносным пчелам много пыльцы, особенно по утрам.

Сон-трава



Сон-трава многолетнее травянистое растение. Встречается в основном, в лиственных и сосновых лесах, так как оно любит свет и сухую почву.

В высоту она достигает до 40 сантиметров, листья появляются только после окончания цветения. Трава не боится заморозков, а вот от жарких лучей солнца быстро вянет. Стебель и цветы мохнатые, с ворсинками, что делает их приятными на ощупь. Растение является исчезающим видом и занесено в Красную книгу. Цветет растение всего 3-4 недели. Размножается цветок семенами, которые созревают в его бутоне, а затем осенью сами попадают в землю, чтобы весной порадовать новыми цветами.

Сон-трава является лекарственным растением, способным замедлять сердечный ритм и восстанавливать дыхание. Само за себя название «Сон – трава» говорит о снотворных свойствах, помогающих бороться с бессонницей.

Ягоды

Земляника



Земляника лесная растёт в хвойных и смешанных лесах, на опушках и лугах.

Она имеет стебель, тройчатые листья, белые цветы, ароматные красные ягоды. Размножается семенами, которые созревают на спелых ягодах.

Из ягод земляники готовят варенье, компот, сироп.

К достоинствам этой красивой ягоды, также, можно отнести целебные свойства – абсолютно все части растения земляники лесной широко используются в народной медицине.

Земляника – ягода, стоящая на первом месте из всех по содержанию железа, витамина E, фолиевой кислоты и кальция. Они не только улучшают аппетит, но и способствуют нормализации пищеварения.

Любят лакомиться лесными ягодами звери: и косолапый мишка, и красавец – лось и лесная мышь.

Черника



Черника – небольшой кустарник, 15-40 см высотой с очень длинным корневищем, с округлыми ягодами и аккуратными листиками. Созревает черника в июле-августе.

Ягоды черники — почти чёрного цвета, с сизоватым налётом и тёмно-пурпурной кисло-сладкой мякотью. Единственный минус – они пачкаются, чернят пальцы, губы, язык. Поэтому дано название растению черника. Сок черники улучшает зрение, им даже можно промывать глаза.

В пищу употребляют свежие, сушеные и переработанные ягоды. Чернику используют для лечебных целей, приготовления десертных блюд, компотов, варенья, джемов, соков, киселей, сиропов, наливок. Широко применяют ее в кондитерском производстве.

Черникой питаются не только медведи, но и белая куропатка, и рябчик, да и пробегающая мимо лиса не прочь полакомиться вкусной ягодой.

Ежевика



Ежевика – многолетний полкустарник. Цветёт ежевика с мая-июня до осени. В процессе созревания плоды ежевики приобретают сначала зелёный, потом буроватый, а затем яркий красно-бурый цвет. Зрелые плоды ежевики имеют чёрный цвет.

Дикая ежевика относится к лесному сообществу. В России ежевика произрастает в основном в Краснодарском крае, в смешанных лесах Северного Кавказа.

Из листьев ежевики готовят вкусный и полезный чай. Очень полезен ежевичный сок. Плоды ежевики применяют при болях в суставах, воспалении почек, при кашле. Свежие ягоды обладают способностью утолять жажду. В сыром и сушеном виде ягоды ежевики используют для варки варенья, начинки для пирогов, приготовления сиропов, пастилы и компотов.

Ежевика является любимым лакомством для многих животных и птиц, которые разносят семена и способствуют ее распространению в другие регионы.

Клюква



Клюква — это вечнозеленый полукустарник, имеющий тонкие стелющиеся стебли. Плоды сочные, насыщенного темно-красного цвета, кислые на вкус, шаровидные и многосемянные. Особенно комфортны ей торфяные почвы, болотистые территории. Растёт клюква летом, собирают ее поздней осенью, но самая расчудесная клюква, бывает, когда она переждёт зиму под снегом.

На Руси клюква издавна считается ягодой молодости. Клюквенный сок и клюквенный морс препятствуют развитию болезнетворных бактерий и микробов. Раны и ожоги, промытые клюквенным соком, моментально заживают. Клюква богата антиоксидантами, поэтому в старину ее называли "молодильной" ягодой.

Ягоды клюквы идут на приготовление морсов, соков, квасов, экстрактов, киселей, представляют собой хорошие источники витаминов. Листья могут употребляться как чай.

Морошка



Морошка - многолетнее травянистое растение с ягодами пряно-кисловатого вкуса, растущее на моховых болотах в тундре, а также в лесной зоне. Это самая северная ягода. Существует мнение, что название свое ягода получила от слова «морозка» - цветущая на морозе, во время весенних заморозков. Ягоды созревают через 40-45 дней, в июле. При созревании ягода сначала красного оттенка, а потом царь-ягода меняет цвет на оранжево-желтый. Хороший медонос.

Ягоды морошки пряно-кисловатого вкуса, ароматные, используются в пищу в свежем, моченом, маринованном, пареном виде. Из клюквы готовят морсы, соки, варят кисель, варенье. Делают начинку для пирогов. А ещё есть конфеты «Клюква в сахаре».

Листья используют в качестве чайной заварки. Настой их употребляют при кашле и других простудных заболеваниях

В природе морошку с удовольствием едят звери и птицы.

Грибы

Подосиновик



Подосиновик красно – бурый. Другие названия: красноголовик, красная шапочка, красный гриб, осиновик.

Шляпка диаметром до 25 см, плотно прилегает к ножке, сухая, гладкая, буро – красная. Мякоть толстая, плотная, упругая, белая, приятного вкуса, без особого запаха.

Ножка длиной до 22см, толщиной до 5см, имеет форму цилиндра, густо покрыта продольными белыми чешуйками, которые с возрастом становятся тёмными, красно - бурого цвета.

Растёт по всей лесной зоне страны, даже в тундре, обязательно под осинами, любит влажные осинники. Встречается одиночно и группами, в июне - октябре.

Подосиновик консервируют, сушат, а также используется для приготовления супов и жарки с картофелем.

Подосиновики очень любят кабаны.

Лисичка



Лисички – съедобные грибы. Встречаются в светлых хвойных или со слабым травянистым покровом лесах, чаще всего семьями. Собирают с июня по октябрь.

Лисички обычно растут большими группами. Это единственный вид грибов, которые можно собирать в рюкзак, сумку, не боясь их помять. Употребляется в вареном, сушеном, жареном, соленом и маринованном виде. Особенно вкусны соусы и приправы из лисичек.

Лисички имеют слабый аромат и вкус абрикосов.

В лисичках содержится большое количество витаминов и минералов: D2, А, В1, РР, медь, цинк.

Употребление в пищу лисичек способствует улучшению зрения, укрепляет иммунитет, предотвращает воспалительные процессы слизистых и сухость кожи. Помимо этого, лисички – один из самых безопасных грибов, он почти не накапливает радионуклиды.

Подберёзовик



Подберёзовики любят расти возле березы. Они имеют неярко-коричневый окрас. Ножка у подберезовиков относительно тонкая. Все подберезовики съедобные. Их рост начинается в первой половине лета и продолжается до самой осени. Подберезовик может иметь разнообразный окрас шляпки – от светлого до темного, почти черного. Подберезовики используют как в вареном, так и в жареном виде. Они пригодны для засолки и маринования. Их можно использовать в качестве вкусной начинки для пирожков, рулетов, пиццы и прочей выпечки.

Считается, что подберезовики обладают свойством выводить из организма человека различные вредные вещества. В них много фосфорной кислоты и аминокислот. Подберезовики, как и другие грибы, содержат белки, сахара, жиры, витамины и микроэлементы.

Сыроежка



Растет сыроежка в хвойных и смешанных лесах с середины лета и до поздней осени. Есть сыроежки желтые, красные, фиолетовые, зеленые, синие.

Цвет шляпки зависит от места, где вырос этот гриб. Если под краснеющими осинками, то шляпки красные или лиловые, если под желтеющими берёзами, то шапочки грибов – жёлтые.

Свое название они получили за то, что их можно есть после непродолжительного отваривания, просто посыпав солью. Некоторые виды можно есть и в свежем виде, они не опасны и ценятся за сладковатый и напоминающий орех вкус.

В сыроежках присутствуют витамины B2 и PP. Фиолетовая и жгуче-едкая сыроежки оказывают антибактериальное действие при нарывах.

Сыроежки остаются вкусными, когда их жарят, солят, тушат, варят и даже маринуют.

Белый гриб



Белый гриб (Боровик) в народе зовут царем грибов, он дружит со многими породами деревьев. От того, с каким деревом подружился этот красивый крепкий грибок, зависит цвет его шляпки. Когда он растет под березами его шляпка светлая, даже беловатая. Под елями и соснами растет белый гриб с коричневой шляпкой. Белые грибы начинают расти в мае или июне, а заканчивают поздней осенью .

Мраморная мякоть белого гриба даже после термообработки и высушивания остается идеально белой, поэтому он получил такое название.

Белый гриб обладает обезболивающим, ранозаживляющим, бактерицидным, противовоспалительным, противовирусным, действием.

Белый гриб можно варить, жарить, сушить, тушить и мариновать. Приготовленная мякоть отличается нежностью и грибным запахом.