

**Руководитель творческого
объединения: к.б.н.
Иванова Ирина Юрьевна.
Телефон 89228615074
«Юные экологи-знатоки»
1 год обучения**

Тема: Удивительный мир пресмыкающихся (4ч). 26 февраля и уплотнение за 23 февраля.

Теория: Удивительный мир пресмыкающихся. Черепахи, крокодилы, змеи.

Практика: Рисунок.

Форма контроля: рисунок.

Теория

Пресмыкающиеся, или рептилии, - это современные черепахи, крокодилы, ящерицы, змеи, гаттерии и амфисбены, а также древние динозавры, ихтиозавры, котилозавры.

Почему их называют пресмыкающимися? Потому, что при ходьбе они почти касаются животом земли, а многие из них так и вообще потеряли ноги и ползают, извиваясь всем телом. Отсутствие ног не помешало пресмыкающимся расселиться по всей планете – на земле, под землей, на деревьях и в воде.

Среди рептилий **чемпионы по долголетию** – черепахи. Галапагосские, или слоновые черепахи живут до 250 лет.

Где живут черепахи? Черепахи освоили сразу две стихии – сушу и воду. Встречаются они в пустынях, в джунглях, в горах, в озерах, в реках, на побережьях, в морях и океанах.

Зачем черепахе панцирь? Панцирь нужен черепахе для защиты от врагов. Он закрывает ее спину и брюшко. В нем есть отверстие для головы и конечностей.

Европейская болотная черепаха. Еще в конце 19 века черепаха встречалась почти по всей Западной Европе, в Белоруссии и даже в России. Сейчас, из-за деятельности человека, стала относительно редкой. Европейская болотная черепаха – прекрасный пловец, а нырнув, обходится без воздуха до 20 минут.

Зеленая, или суповая черепаха. Когда-то огромные стада этих безобидных морских черепах мешали плаванию судов. Колумб был потрясен их обилием. Но мясо черепах оказалось очень вкусным, и теперь их осталось очень мало. Человек просто истребил суповых черепах, так как их использовали для еды.

Где живет крокодил? Живут крокодилы в водоемах с пресной водой. Но нильские крокодилы приспособились жить и в солоноватой воде.

Нильский крокодил. Это один из известных видов. Нильский крокодил опасен для человека. Длина детеныша в момент, когда он вылупляется из яйца, составляет всего 28 сантиметров. Взрослые же крокодилы имеют длину до 6 метров. Они способны нападать даже на буйволов и носорогов.

Может ли крокодил захлебнуться? Нет, не может. У крокодилов два верхних неба. Поэтому они одновременно могут держать под водой открытой пасть и при этом спокойно дышать над водой ноздрями.

Змеи. Они обитают на всех материках, кроме Антарктиды, Новой Зеландии, Ирландии и некоторых островов Тихого и Атлантического океанов. Более 3000 видов ползают по земле, под землей, по деревьям, стремительно пересекают водные просторы. И все они – хищники.

Обыкновенный уж. Безногое животное. Змея обладает длинным червеобразным телом и передвигается боковыми изгибательными движениями тела. Этот вид передвижения требует необыкновенной гибкости тела.

Уж – хищное животное. Он единственный из змей лесной полосы связан с водой и хорошо плавает. Живет всю жизнь на суше. Уж охотится на болотах и прудах. Его пищу составляют земноводные и их личинки и рыбы. Травяные лягушки – это любимое лакомство ужей.

Уж издали замечает добычу. Его глаза лишены век. Ушных раковин нет.

Длина тела ужа достигает в среднем одного метра. Окраска его тела вообще изменчива. На брюшной стороне окраска - всегда светло-желтого цвета с бурыми или черными точками, а на спине - пепельно-серая, темно-синяя, оливковая с несколькими рядами черных точек.

От всех других местных змей это совершенно безобидное животное можно легко отличить по двум белым или желтым полулунным пятнам – на задней части головы, за глазами.

Незаметная окраска ужа служит ему хорошей защитой от врагов: лисиц, куниц, ежей, кабанов.

Для зимней спячки уж выбирает любое и защищенное от морозов убежище – старые пни и дупла деревьев.

Повторение: *Правила поведения в лесу.*

Теория

1. В лесу нельзя шуметь.
2. В лесу нельзя разводить костры.
3. В лесу нельзя бросать мусор.
4. В лесу нельзя рвать цветы, занесенные в Красную книгу.
5. В лесу нельзя охотиться на животных, занесенных в Красную книгу.
6. В лесу нельзя ловить насекомых, занесенных в Красную книгу.
7. В лесу нельзя заезжать на автомобильном транспорте.
8. В лесу нельзя дразнить диких животных.
9. В лесу нельзя разбивать стекло, использовать лупы и нельзя бросать очки (в пожароопасное время из-за указанных предметов возможно возникновение пожаров).
10. В лесу дети должны ходить в сопровождение взрослых, обязательно наличие мобильных телефонов на случай вызова экстренных служб.
11. Остаться в ночное время в лесу нельзя, так как это очень опасно.

12. Нельзя пить воду в лесу из неизвестных источников (необходимо иметь с собой запас питьевой воды).

13. В лесу нельзя пробовать неизвестные ягоды и плоды, так как можно отравиться ими.

«Экологическая азбука»

2 год обучения

Тема: Животные - сильные и ловкие. (6 ч.). 24, 25 и 27 февраля.

Теория: Удивительный мир животных: сильные и ловкие. Представители. Интересные факты.

Практика: Рисунок. Кроссворд.

Форма контроля: Рисунок. Кроссворд.

Теория

Смешанные леса

Бурый медведь – один из самых крупных наземных хищников и обитателей лесов. Одним ударом лапы может сломать позвоночник лосю.

Волк – хищник. Очень выносливый и сильный зверь: в день может проходить до 80 км! Обитает в чащах смешанных лесов.

Косуля – дикая коза. Это маленький изящный олень. Длина прыжка может достигать 6 метров! Предпочитают косули одиночество и собираются вместе лишь при необходимости.

Лось – самый крупный вид семейства оленевых. У него очень длинные ноги. Лоси отлично плавают и могут проводить в воде долгое время, что не свойственно другим оленям.

На горных вершинах

Гризли – это бурый медведь, обитает в Северной Америке. Один из самых свирепых и агрессивных зверей нашей планеты. У гризли огромные когти – до 15 см в длину!

Беркут – хищник, самый крупный орел. В поисках пищи подолгу парит над землей. Обладает необычайно острым зрением. Не любит соседства человека и селится от него как можно дальше.

Горный козел – сильное и выносливое парнокопытное животное. Способен горный козел ловко передвигаться по самым крутым склонам и неприступным кручам.

Ирбис – снежный барс. Единственная крупная кошка, которая обитает высоко в горах. У ирбиса широкие лапы и он не проваливается в снег. Для защиты от холодов у ирбиса самая густая среди крупных кошачьих шерсть.

Пума – хищник. Четвертая по величине кошка в мире. Крупнее нее только тигр, лев и ягуар. Легко передвигается по горным склонам. Может совершать

прыжки длиной до 6 метров и высотой до 2,5 метров и бежать со скоростью 50 километров в час.

Кондор – самая большая хищная птица в мире. Размах его крыльев может достигать более 3 метров. Питается в основном падалью, пролетает в поисках пищи большие расстояния.

На бескрайних равнинах

Слон – самое большое сухопутное животное на Земле. Длинный хобот – это нос слона. Слон пользуется хоботом как рукой.

Африканский страус – самая большая птица в мире. В высоту он достигает 2,8 метра!

Носорог – второе по величине животное после слона. Длина его тела – до 4 метров, а длина рога до 1,5 метров.

Жираф – самое высокое животное, рост может достигать 6 метров! Длинные ноги, шея и язык позволяют ему доставать листья с самых верхушек деревьев.

Мустанг – одичавшая домашняя лошадь, предки которой были завезены в Америку испанцами в 16 веке. Это очень сильная, быстрая и выносливая лошадь. Название «мустанг» произошло от испанского слова «бродячий, дикий».

Животные Австралии

Кенгуру – животное с длинными сильными задними ногами и хвостом. Отталкиваясь мощными задними лапами, кенгуру совершает прыжки – до 12 метров в длину и до 3 метров в высоту! Является символом Австралии.

Джунгли Африки

Леопард – пантера. Хищное животное из семейства кошачьих. Обитает в густых тропических лесах – джунглях в сердце африканского континента. Все тело покрыто черными пятнами. Черной окраски леопардов принято называть пантерами.

Бегемот – гиппопотам. Массивное и крупное животное. Название гиппопотам переводится как «речная лошадь». В случае опасности становится очень агрессивным и немедленно нападает. Обитает у водоемов и в них проводит большую часть времени. Вес до 3 тонн. Длина до 5,2 метра.

«ЮНЫЙ ЭКОЛОГ - ИССЛЕДОВАТЕЛЬ»

3 год обучения

Тема: Влияние живых организмов на здоровье человека. (10 ч.) 26 февраля.

Теория: Инфекционные болезни. Первичная локализация болезнетворного микроорганизма в организме человека. Механизм передачи возбудителя инфекционной болезни. Факторы передачи инфекции. Туберкулез. Вирусные заболевания.

Практика: кроссворд. Ребусы. Тестовый контроль.

Формы контроля и аттестации: кроссворд. Ребусы.

Теория

Инфекционными называются болезни, которые вызываются болезнетворными (патогенными) микроорганизмами.

Распространение инфекционных болезней среди людей происходит при наличии трех обязательных элементов: источника инфекции (возбудителя), механизма передачи и восприимчивого организма. Источником инфекции при различных инфекционных болезнях могут быть больные люди и люди-бактерионосители, больные животные и животные-бактерионосители, а также элементы неживой природы: вода, почва, продукты питания.

Механизмом передачи возбудителя инфекционной болезни называется способ, при помощи которого возбудитель перемещается из зараженного в восприимчивый организм.

Механизм передачи определяется первичной локализацией болезнетворного микроорганизма в организме человека. И вот таких первичных локализаций в организме существует четыре:

- **желудочно-кишечный тракт,**
- **органы дыхания,**
- **кровь,**
- **наружные покровы и слизистые.**

ТУБЕРКУЛЕЗ - хроническое инфекционное заболевание.

Возбудитель - микобактерия туберкулеза.

Болеют туберкулезом, помимо людей, домашние животные (крупный рогатый скот, домашние птицы).

Туберкулез передается через молоко и молочно-кислые продукты больных коров, через яйца от больных кур. Возбудитель может передаваться посредством рассеивания в воздухе, от больных животных персоналу.

Основной источник заражения - больной человек, выделяющий с мокротой много микобактерий туберкулеза.

Различают открытую и закрытую формы туберкулеза.

При открытой форме в мокроте обнаруживаются микобактерии. Если больной не соблюдает гигиенические меры предосторожности, он может

заразить окружающих. Особенно важны нормальные санитарные условия, в которых живет больной туберкулезом, и умение соблюдать меры предосторожности, чтобы не заразить других.

По наследству туберкулез не передается.

Наиболее часто туберкулез распространяется воздушно-капельным путем. При кашле, чихании мелкие капли мокроты и слюны, содержащие микобактерии, попадают в воздух, на пол и стены комнаты, на предметы обихода. Микробы после высыхания мокроты долго остаются жизнеспособными, особенно в слабоосвещенных местах. Это **обуславливает контактно-бытовой путь передачи** - через посуду, белье, книги, игрушки и т.д. При сухой уборке помещения, встряхивании вещей больного в дыхательные пути окружающих могут попасть живые микобактерии туберкулеза.

Внедрение микобактерий туберкулеза в организм приводит к заражению. **Основная мера профилактики туберкулеза** - выявление больных и их изоляция. В этих целях осуществляется **массовое флюорографическое обследование населения**. Лица, часто болеющие заболеваниями органов дыхания, должны обязательно проходить и рентгенологическое обследование.

Продукты питания от больных животных вообще не должны попадать в питание человеку. Молоко и приготовленные из него молочные продукты в любом случае должны употребляться в кипяченом и пастеризованном виде. Население при покупке молока должно оповещаться о том, какое молоко они приобретают - сырое или пастеризованное.

Для профилактики туберкулеза осуществляется специальная вакцинация. **Больные заразной формой туберкулеза легких к работе и учебе не допускаются.**

Тестовый контроль:

1. Какие продукты питания вы знаете, через которые может передаваться туберкулез?

Ответ:

1) молоко, 2) яйца, 3) мясо, 4) молочно-кислые продукты больных коров, 5) овощи, фрукты.

2. Кто является основным источником заражения туберкулеза?

Ответ:

1) больной человек, 2) больные коровы, 3) больные куры.

3. Какой наиболее частый путь распространения туберкулеза?

Ответ:

1) воздушно-капельный, 2) пищевой, 3) водный.

Вирусные заболевания

Очень важно знание опасных болезней, вызываемых вирусами. Среди них особое внимание уделяется профилактике вирусного гепатита и ВИЧ-инфекции, в связи с резким увеличением заболеваемости.

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ. Заражение происходит от больного человека или от вирусоносителя. Различают несколько видов вирусного гепатита: гепатит А (болезнь Боткина), вирусный гепатит В (сывороточная болезнь), гепатиты С и др.

Вирус гепатита А выделяется больными и вирусоносителями с фекалиями. Заражение происходит во время питья и питания через загрязненную воду, продукты питания, посуду и т.п. Гепатит А протекает как острая кишечная инфекция, с преимущественным поражением печени, характерны головная боль, желтуха, интоксикация, рвота, отрыжка горечью, боль в правом подреберье.

Профилактика вирусного гепатита А как у острых кишечных заболеваний. Профилактические мероприятия направлены на предупреждение заражения воды, продуктов питания и особенно готовой пищи. Необходимо соблюдение правил личной гигиены (тщательное мытье рук после туалета, перед едой и т.д.).

Больных госпитализируют в инфекционную больницу. На работе и дома после госпитализации больных проводят тщательную дезинфекцию помещения и абсолютно каждого предмета в нем, а тем более продуктов питания, посуды, сантехники. Мусор и отбросы сжигаются.

Лица, окружавшие больного систематически осматриваются врачом.

Вирусы гепатита В и С выделяются только из поврежденных кровеносных сосудов и поэтому заражение возможно во время контакта с поврежденными сосудами, через бритвенные приборы, зубные щетки, хирургические и стоматологические инструменты, салфетки, полотенца, во время внутривенных инъекций, через зараженные шприцы, при переливании зараженной крови и т.д.

Гепатит В – это широко распространенное инфекционное заболевание. Источники инфекции – больные люди и вирусоносители. Гепатит В распространяется через кровь при инъекционном введении препаратов (особенно у наркоманов), при проведении маникюра, педикюра, подбривании клиентов в парикмахерских через инструменты, не прошедшие дезинфекцию и стерилизацию.

ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ (СПИД) – тяжелое вирусное заболевание. При этом заболевании поражается иммунная система организма, с присоединением вторичных инфекций и образованием опухолей или прогрессирующим поражением центральной нервной системы.

Заражение происходит от больного ВИЧ – инфекцией. Вирус постепенно разрушает иммунную систему и развивает состояние беззащитности организма - синдром приобретенного иммунного дефицита (СПИД).

Передача ВИЧ-инфекции происходит также, как при вирусном гепатите В, т.е. через поврежденные кровеносные сосуды, заражение может наступить при половом сношении с больным или вирусоносителем, а также при медицинских манипуляциях (инъекции нестерилизованными шприцами особенно часто осуществляют наркоманы).

На территории нашей страны действует Федеральный Закон “О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекция)” от 30.03.95 г. предусмотрено уголовное наказание в случае заведомой постановки другого лица или лиц в опасность заражения ВИЧ-инфекцией.

Для инъекций рекомендуется использование одноразовых шприцов.

«ЭКОЛОГИЯ ЖИВОТНЫХ И ЧЕЛОВЕКА»

2 год обучения

Тема: Влияние живых организмов на здоровье человека. (10 ч.) 26 февраля.

Теория: Инфекционные болезни. Первичная локализация болезнетворного микроорганизма в организме человека. Механизм передачи возбудителя инфекционной болезни. Факторы передачи инфекции. Туберкулез. Вирусные заболевания.

Практика: кроссворд. Ребусы. Тестовый контроль.

Формы контроля и аттестации: кроссворд. Ребусы.

Теория

Инфекционными называются болезни, которые вызываются болезнетворными (патогенными) микроорганизмами.

Распространение инфекционных болезней среди людей происходит при наличии трех обязательных элементов: источника инфекции (возбудителя), механизма передачи и восприимчивого организма. Источником инфекции при различных инфекционных болезнях могут быть больные люди и люди-бактерионосители, больные животные и животные-бактерионосители, а также элементы неживой природы: вода, почва, продукты питания.

Механизмом передачи возбудителя инфекционной болезни называется способ, при помощи которого возбудитель перемещается из зараженного в восприимчивый организм.

Механизм передачи определяется первичной локализацией болезнетворного микроорганизма в организме человека. И вот таких первичных локализаций в организме существует четыре: **желудочно-кишечный тракт, органы дыхания, кровь, наружные покровы и слизистые.**

ТУБЕРКУЛЕЗ - хроническое инфекционное заболевание.

Возбудитель - микобактерия туберкулеза.

Болеют туберкулезом, помимо людей, домашние животные (крупный рогатый скот, домашние птицы).

Туберкулез передается через молоко и молочно-кислые продукты больных коров, через яйца от больных кур. Возбудитель может передаваться посредством рассеивания в воздухе, от больных животных персоналу.

Основной источник заражения - больной человек, выделяющий с мокротой много микобактерий туберкулеза.

Различают открытую и закрытую формы туберкулеза.

При открытой форме в мокроте обнаруживаются микобактерии. Если больной не соблюдает гигиенические меры предосторожности, он может

заразить окружающих. Особенно важны нормальные санитарные условия, в которых живет больной туберкулезом, и умение соблюдать меры предосторожности, чтобы не заразить других.

По наследству туберкулез не передается.

Наиболее часто туберкулез распространяется воздушно-капельным путем. При кашле, чихании мелкие капли мокроты и слюны, содержащие микобактерии, попадают в воздух, на пол и стены комнаты, на предметы обихода. Микробы после высыхания мокроты долго остаются жизнеспособными, особенно в слабоосвещенных местах. Это **обуславливает контактно-бытовой путь передачи** - через посуду, белье, книги, игрушки и т.д. При сухой уборке помещения, встряхивании вещей больного в дыхательные пути окружающих могут попасть живые микобактерии туберкулеза.

Внедрение микобактерий туберкулеза в организм приводит к заражению. **Основная мера профилактики туберкулеза** - выявление больных и их изоляция. В этих целях осуществляется **массовое флюорографическое обследование населения**. Лица, часто болеющие заболеваниями органов дыхания, должны обязательно проходить и рентгенологическое обследование.

Продукты питания от больных животных вообще не должны попадать в питание человеку. Молоко и приготовленные из него молочные продукты в любом случае должны употребляться в кипяченом и пастеризованном виде. Население при покупке молока должно оповещаться о том, какое молоко они приобретают - сырое или пастеризованное.

Для профилактики туберкулеза осуществляется специальная вакцинация.

Больные заразной формой туберкулеза легких к работе и учебе не допускаются.

Тестовый контроль:

1. Какие продукты питания вы знаете, через которые может передаваться туберкулез?

Ответ:

2) молоко, 2) яйца, 3) мясо, 4) молочно-кислые продукты больных коров, 5) овощи, фрукты.

2. Кто является основным источником заражения туберкулеза?

Ответ:

2) больной человек, 2) больные коровы, 3) больные куры.

3. Какой наиболее частый путь распространения туберкулеза?

Ответ:

2) воздушно-капельный, 2) пищевой, 3) водный.

Вирусные заболевания

Очень важно знание опасных болезней, вызываемых вирусами. Среди них особое внимание уделяется профилактике вирусного гепатита и ВИЧ-инфекции, в связи с резким увеличением заболеваемости.

ВИРУСНЫЙ ГЕПАТИТ. Заражение происходит от больного человека или от вирусоносителя. Различают несколько видов вирусного гепатита: гепатит А (болезнь Боткина), вирусный гепатит В (сывороточная болезнь), гепатиты С и др.

Вирус гепатита А выделяется больными и вирусоносителями с фекалиями. Заражение происходит во время питья и питания через зараженную воду, продукты питания, посуду и т.п. Гепатит А протекает как острая кишечная инфекция, с преимущественным поражением печени, характерны головная боль, желтуха, интоксикация, рвота, отрыжка горечью, боль в правом подреберье.

Профилактика вирусного гепатита А как у острых кишечных заболеваний. Профилактические мероприятия направлены на предупреждение заражения воды, продуктов питания и особенно готовой пищи. Необходимо соблюдение правил личной гигиены (тщательное мытье рук после туалета, перед едой и т.д.).

Больных госпитализируют в инфекционную больницу. На работе и дома после госпитализации больных проводят тщательную дезинфекцию помещения и абсолютно каждого предмета в нем, а тем более продуктов питания, посуды, сантехники. Мусор и отбросы сжигаются.

Лица, окружавшие больного систематически осматриваются врачом.

Вирусы гепатита В и С выделяются только из поврежденных кровеносных сосудов и поэтому заражение возможно во время контакта с поврежденными сосудами, через бритвенные приборы, зубные щетки, хирургические и стоматологические инструменты, салфетки, полотенца, во время внутривенных инъекций, через зараженные шприцы, при переливании зараженной крови и т.д.

Гепатит В – это широко распространенное инфекционное заболевание. Источники инфекции – больные люди и вирусоносители. Гепатит В распространяется через кровь при инъекционном введении препаратов (особенно у наркоманов), при проведении маникюра, педикюра, подбривании клиентов в парикмахерских через инструменты, не прошедшие дезинфекцию и стерилизацию.

ВИЧ-ИНФЕКЦИЯ (СПИД) – тяжелое вирусное заболевание. При этом заболевании поражается иммунная система организма, с присоединением вторичных инфекций и образованием опухолей или прогрессирующим поражением центральной нервной системы.

Заражение происходит от больного ВИЧ – инфекцией. Вирус постепенно разрушает иммунную систему и развивает состояние беззащитности организма - синдром приобретенного иммунного дефицита (СПИД).

Передача ВИЧ-инфекции происходит также, как при вирусном гепатите В, т.е. через поврежденные кровеносные сосуды, заражение может наступить при половом сношении с больным или вирусоносителем, а также при медицинских манипуляциях (инъекции нестерилизованными шприцами особенно часто осуществляют наркоманы).

На территории нашей страны действует Федеральный Закон “О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекция)” от 30.03.95 г. предусмотрено уголовное наказание в случае заведомой постановки другого лица или лиц в опасность заражения ВИЧ-инфекцией.

Для инъекций рекомендуется использование одноразовых шприцов.

Тема: Народная медицина (лекарственные растения) и здоровье человека. (10 ч.) 27 февраля.

Теория: СИНЯК ОБЫКНОВЕННЫЙ. ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ. РОМАШКА АПТЕЧНАЯ. РОМАШКА НЕПАХУЧАЯ. НИВЯНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ. ОДУВАНЧИК ОБЫКНОВЕННЫЙ. ЛОПУХ БОЛЬШОЙ.

Цветение. Распространение. Применение в народной медицине.

Практика: кроссворд. Ребусы.

Формы контроля и аттестации: кроссворд. Ребусы.

Теория

СИНЯК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Echium vulgare*

Цветение: июнь-июль. Распространение: Европейская часть России, Кавказ, Западная Сибирь.

Двулетнее растение высотой 30 - 90 см. Растет по сухим степным склонам и оврагам, на известковых и черноземных почвах. Плод – орешек, острый и покрытый пушком. Стебель прямой, простой или ветвистый, покрытый короткими щетинистыми волосками. Листья сидячие, прикорневые и самые нижние стеблевые листья сужены в черешок. В некоторых местностях находит ограниченное применение в народной медицине. Народные названия: румянка, комочки, колючки, ежовая трава.

ТЫСЯЧЕЛИСТНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Achillea millefolium*

Цветение: июнь-август. Распространение: Европейская часть России, Кавказ, Сибирь, Дальний Восток.

Многолетнее растение высотой 20 - 80см. Растет на лугах и полянах, около дорог, на пустырях, полях и огородах. Все растение обладает своеобразным

«полынным» ароматом. Используется как кровоостанавливающее средство, культивируется в лекарственных и декоративных целях.

РОМАШКА АПТЕЧНАЯ – *Matricaria chamomilla*

Цветение: июнь-июль. Распространение: Европейская часть России, юг Сибири, Дальний Восток.

Однолетнее растение высотой 15 - 40см с ветвистым стеблем. Обладает душистым ароматом. Растет на полях, огородах, около жилищ. С древних времен ромашка известна своими лекарственными свойствами. Применяют как противовоспалительное и спазмолитическое, потогонное средство.

РОМАШКА НЕПАХУЧАЯ – *Matricaria inodora*

Цветение: май-сентябрь. Распространение: Европейская часть России, Сибирь, Дальний Восток.

Однолетнее или двулетнее растение высотой 25 - 100 см. Растет на полях, берегах водоемов, в садах, на пустырях, близ жилья. Не обладает характерным «ромашковым» ароматом. Используется в народной медицине, обладает противовоспалительным, обезболивающим и противоспазматическим действием.

НИВЯНИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Leucanthemum vulgare*

Цветение: июнь-август. Распространение: Европейская часть России, Сибирь. Другое название – поповник. Многолетнее растение высотой до 60 - 80см. Растет на лесных полянах, в лиственных и смешанных лесах, на суходольных и пойменных лугах. Применяется в народной медицине. Культивируют как декоративное растение, селекционерами выведены несколько сортов.

ОДУВАНЧИК ОБЫКНОВЕННЫЙ – *Taraxacum officinale*

Цветение: май-июль. Распространение: Вся территория России.

Многолетник высотой 5 - 40 см с толстым корнем. Растет как сорняк на лугах, в садах и огородах, вдоль дорог и около жилья. Издавна используется как пищевое и лекарственное растение. Корни одуванчика обладают многосторонним целебным действием. Все части содержат млечный сок.

ЛОПУХ БОЛЬШОЙ – *Artium majus*

Цветение: июнь-август. Распространение: Умеренная зона России.

Мощное двулетнее растение высотой 60 - 200см с мясистым корнем и голыми или слабоопушенными стеблями. Растет на плодородных почвах вблизи жилья, по обочинам дорог и берегам ручьев, на пустырях, огородах и пр. Один из лучших медоносов. Используется в народной медицине. Название репейник, репей и др.