

• РОБИНЗОНАД

с растениями

**Наглядное пособие о способах
выживания в природе.**

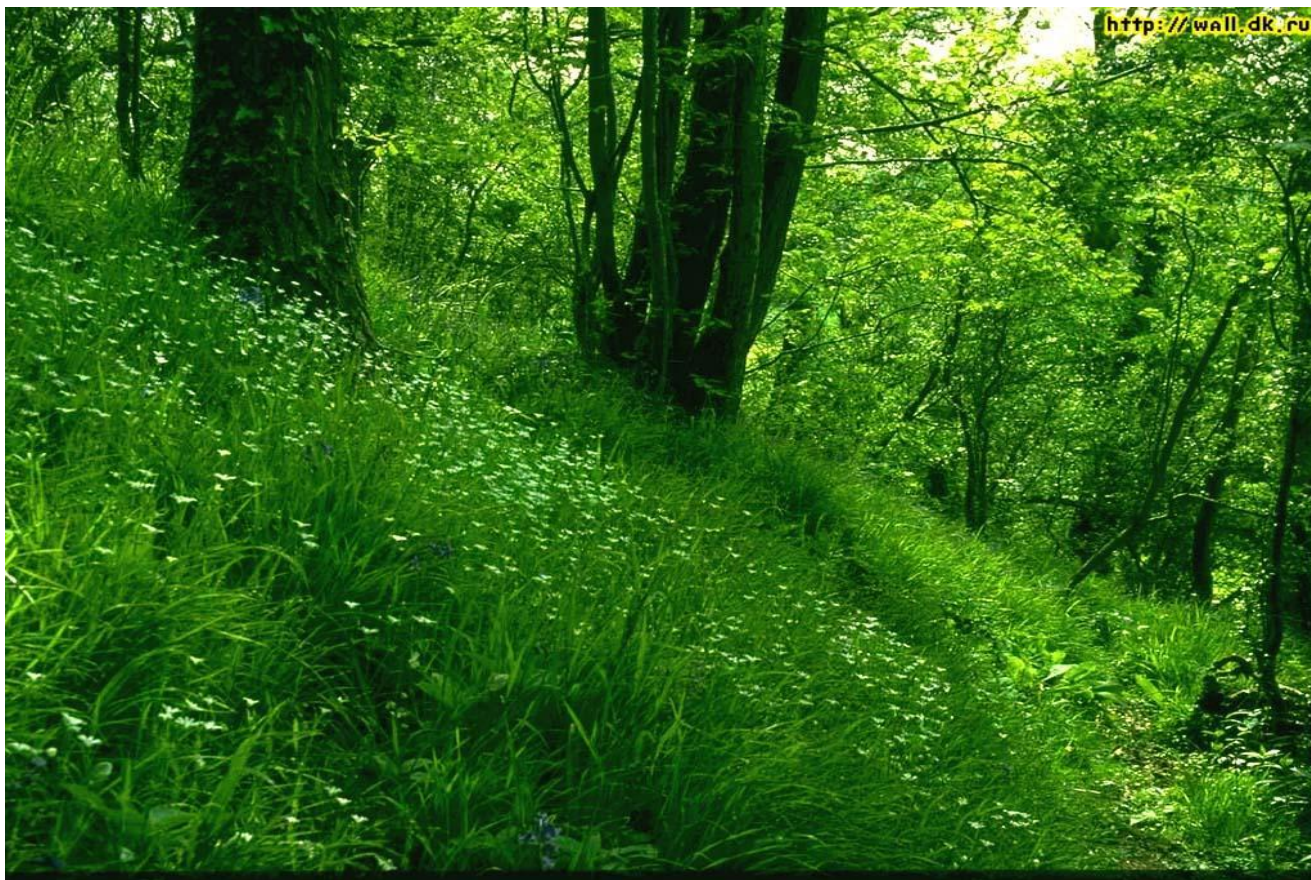
**Составитель: учитель биологии высшей
категории МОУ «Образцовская СОШ»
Фроловского муниципального района
Волгоградской области**

Серебрянская Нелля Александровна

Имя Робинзона Крузо стало нарицательным.

Робинзонами называют людей, оставшихся один на один с природой. И помогут выжить в условиях дикой природы знания о свойствах растений.

- Здесь в зарослях лесных, где всё для сердца мило,
- Где чистым воздухом так сладостно дышать
- Есть в травах и цветах пленительная сила
- Для всех, умеющих их тайны разгадать



Как испечь хлеб в лесу

- Из корневища рогоза можно изготовить муку. Для этого его нарезают на кусочки до 1 см, высушивают на огне, и растирая, получают муку.



Как испечь хлеб в лесу

- Такую же муку можно приготовить из корневищ тростника. Корневища тростника нежны и сладки, их можно есть сырыми.



Как испечь хлеб в лесу

- Жёлуди человек издавна употребляет в пищу. Для приготовления муки жёлуди разрезают, очищают от кожуры, вымачивают в воде двое суток. Причём воду ежедневно меняют трижды. Затем их перекладывают в кастрюлю, заливают водой, нагревают до кипения. Воду сливают, жёлуди высушивают до похрустывания. Если растолочь крупно – получится крупа для дубовой каши, при мелком помоле – мука для дубовых лепёшек.



Растения для салата и щей: горец птичий (спорыш), гусиный лук, крапива, лебеда, одуванчик, осот полевой, пастушья сумка, щирица запрокинутая, щавель конский.



Питательный компонент супов, салатов и окрошек – *донник лекарственный*

- Он содержит слизи, эфирные масла, витамин С, каротин, белки, жиры, клетчатку. Порошком из сухих листьев этого растения ароматизируют супы, салаты, соусы.



Как попить лесного чайку

- В лесу есть растение, которое так и называется иван-чай. Корневища его сладкие – их едят сырыми. Можно высушить и приготовить муку. Молодые листья кладут в салаты, а из высушенных заваривают чай.



Лесной чай можно приготовить из листьев земляники, малины, черники, брусники.



Правила приготовления лесного чая

- Если бросить в котелок горсть сухих листьев – чай будет невкусным. Листья следует приготовить особо: рассыпать в тени на день; подвяленные листья скрутить между ладонями, пока не появится сок; такие листья закрыть мокрой чистой марлей и выдержать 10 часов при температуре +26. Затем хорошо просушивают.

Из чего сварить кофе

- Кофейный напиток в лесу можно приготовить из подсушенных и растёртых корней цикория, одуванчика, лопуха, поджаренных желудей.



Можно приготовить

- Повидло из корней лопуха и листьев щавеля.
- Кисель из различных ягод.
- Суп из медуницы и свежих грибов с корневищем стрелолиста вместо картофеля.

О полезных свойствах лопуха

- Корень едят сырым, варёным, жареным, печёным. Его можно класть в суп вместо картофеля и петрушки. Из него можно варить повидло (содержит 45% сахара). А если его настоять на оливковом масле, можно получить репейное масло для укрепления волос.



О полезных свойствах ромашки

- Ромашка аптечная содержит эфирное масло, основой которого является azulен - противовоспалительное и болеутоляющее средство. Поэтому настой ромашки хорошо применять при ожогах солнцем и опрелостях.

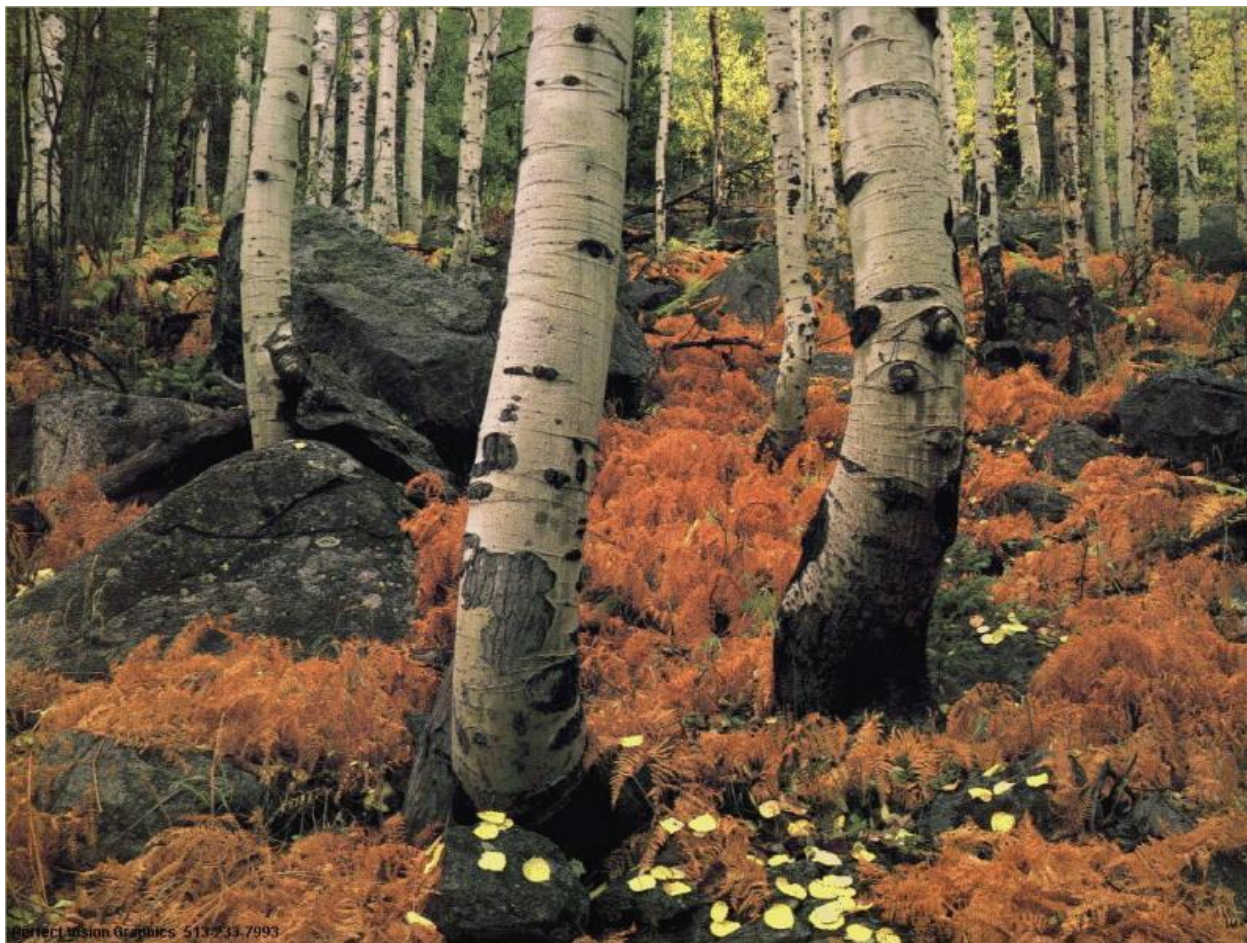


Лесной целитель - подорожник

- Сорви листок, оберни им больное место – боль утихнет.
- По латыни подорожник – **плантаго**, что означает «ступня». Так его называли за то, что он приклеивает свои семена к подошвам ног. Так подорожник добрался до Америки, где его называли «след белого человека».



Утолит жажду в лесу – берёзовый сок



Как найти в лесу вату.

- Листья сфагнома обладают удивительным свойством – впитывать влагу. Приложенный к ране слегка отжатый сфагнум заменит и вату и йод, так как содержит в своих клетках вещество сфагнол, убивающее бактерии гниения. Недаром в толще болот неоднократно находили тела хорошо сохранившиеся погибших людей, животных, куски деревьев.

