



КАЛЕНДУЛА

От грядки до аптечки

**Предмет: Окружающий мир
Выполнила: Пархаева Ульяна,
4 «А» класс
Руководитель: Королькова Н.А.**

г.Подольск, 2016-2017гг.

Актуальность: В жизни мы часто сталкиваемся с различными заболеваниями, в том числе и простудными. И помимо лекарств нам на помощь приходят растения. Мне стало интересно, как календула может нам помочь справиться с разными недугами.

Цель моей проектной работы: вырастить календулу и изучить ее лекарственные свойства.

Задачи:

- изучить литературу о календуле (история, основные характеристики);
- выяснить полезные свойства календулы;
- за летние каникулы вырастить календулу на своем дачном участке, собрать и высушить ее;
- применить на практике полученные знания.



Основные характеристики



Календула – травянистое растение семейства Астровых. Насчитывает около 20 видов.

Стебель – прямостоячий и сильно разветвленный, покрыт волосками. Корень стержневой и разветвленный. Листья светло-зеленые и очередные. Цветки имеют золотисто-желтую или оранжевую окраску, сидят на самых верхушках стеблей и собраны в соцветия – корзинки диаметром 4–5 см.



Цветет календула с середины лета до поздних осенних заморозков. Уже в середине лета созревают плоды, поэтому урожай цветков и плодов можно собирать на протяжении длительного времени.

Создано множество декоративных сортов, достойных внимания.



«Каблуна»



«Бон Бон»,

Стоит присмотреться и к сортам календулы лекарственной.



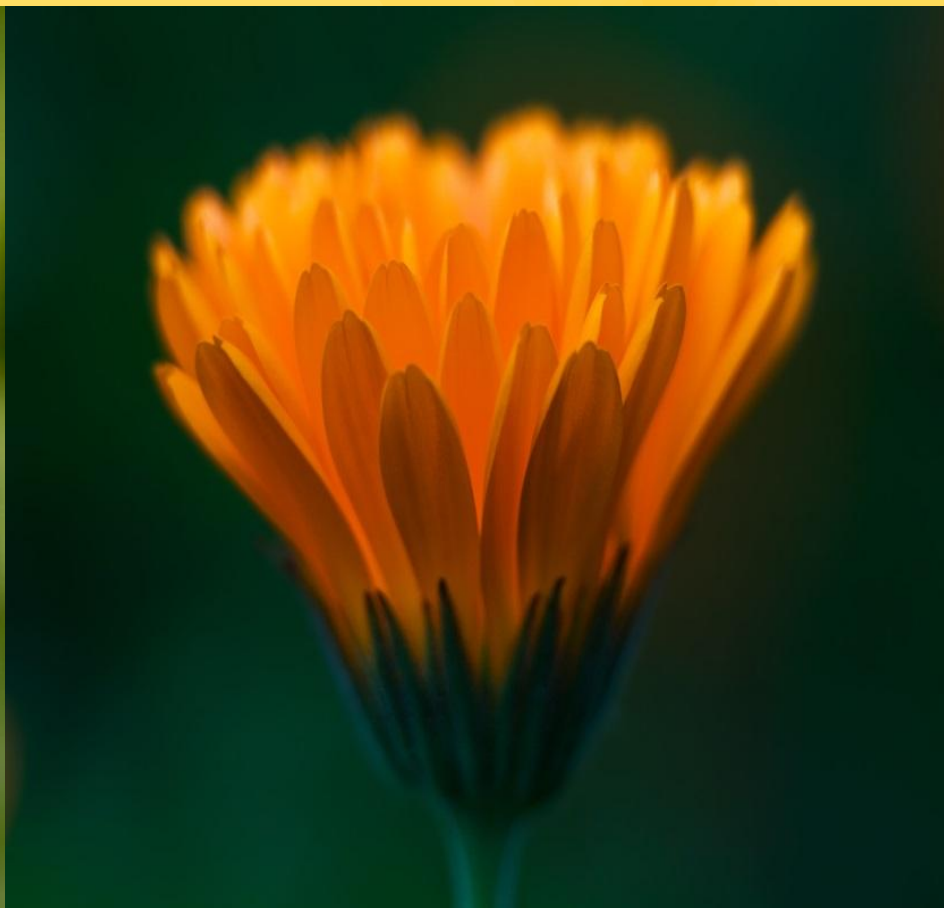
«Золотце»



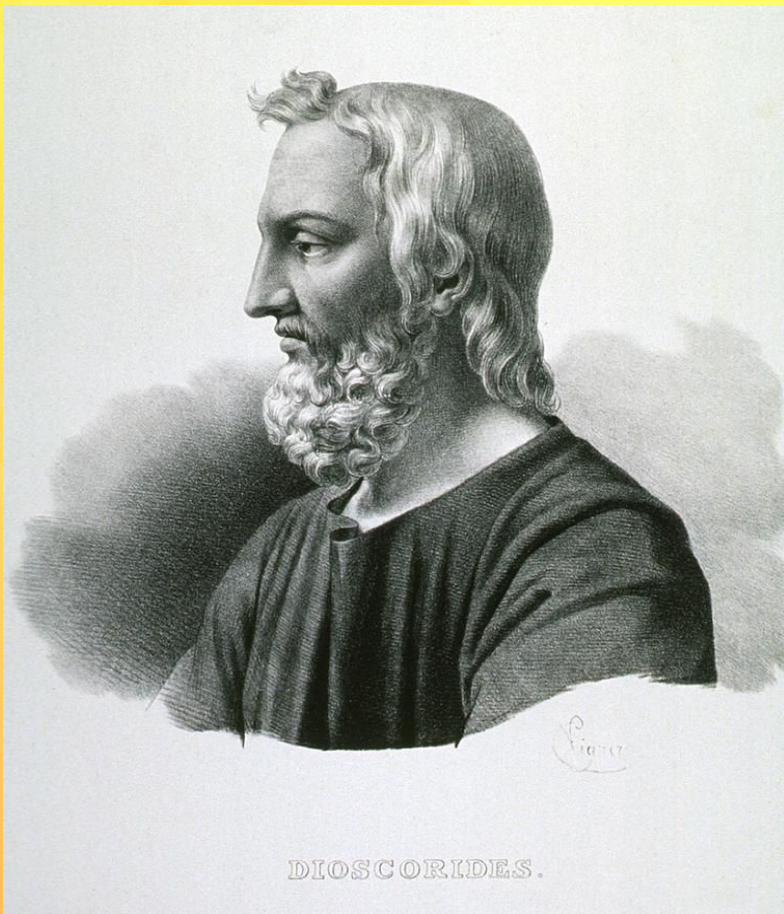
«Индийский принц»

Интересные факты

Еще древние римляне заметили, что ярко-желтые цветки поворачиваются вслед за солнцем. А в тени цветков собирает лепестки в кучку. Растение, как своеобразный календарь, извещает о начале дня и ночи.



Первые сведения о календуле, как лекарственном растении, были найдены у древнегреческого военного врача и философа Диоскорида, жившего в I веке н.э.



Выдающийся врач XI века Авиценна также в своих трудах ссылался на многочисленные лекарственные свойства календулы.



АВИЦЕННА
(Абу-Али ибн Сина)
ок. 980-1037



В средневековой Европе особой любовью календула пользовалась во Франции. В Париже есть памятник, где королева Наваррская Маргарита Валуа держит в руках свой любимый цветок.

В средние века календулу использовали как овощ. Поваренная книга времен королевы Англии Елизаветы рекомендовала непременно добавлять календулу во время приготовления тушеного жаворонка или воробья.



Лечебные свойства календулы



- Календула имеет высокое содержание флавоноидов - химических веществ, которые защищают клетки нашего организма от повреждений.
- Содержание в календуле фитонцидов способствует эффективному лечению простудных заболеваний.
- Крем с календулой хорош от прыщей и опрелостей, а настой улучшает пищеварение.
- Растение успешно используется для лечения грибковых заболеваний, полоскание горла календулой успокаивает боль при ангинах, тонзиллитах и фарингитах;
- Вещества, содержащиеся в календуле, стимулируют деятельность иммунной системы.

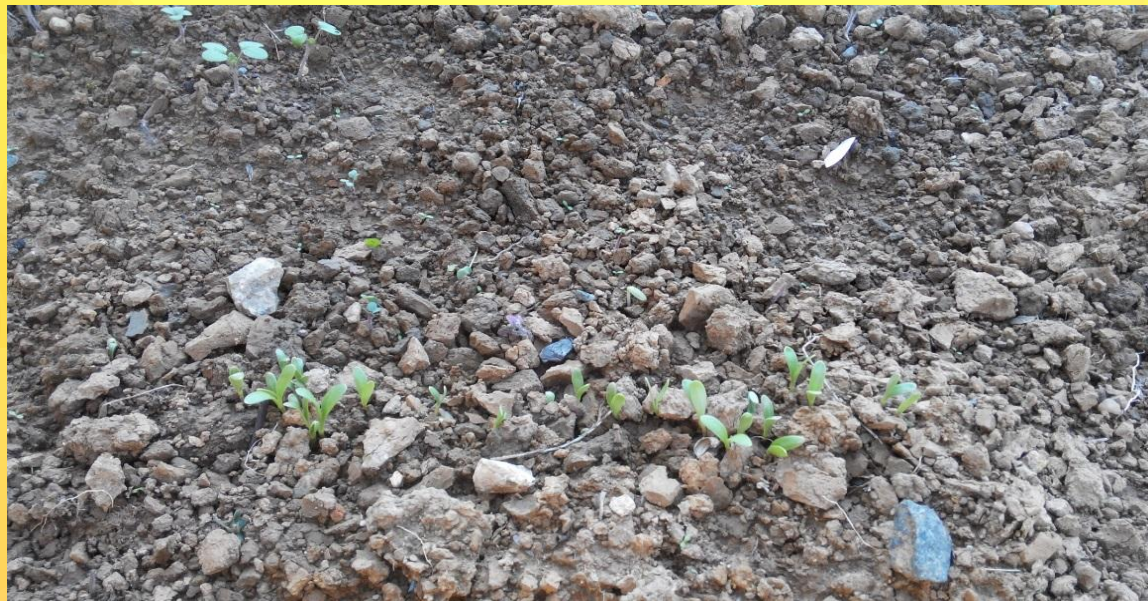
Готовые препараты с содержанием календулы можно найти во всех аптеках – настойка, мазь, масло, свечи и даже таблетки.



Посадка календулы, наблюдение за ростом, сбор и сушка.



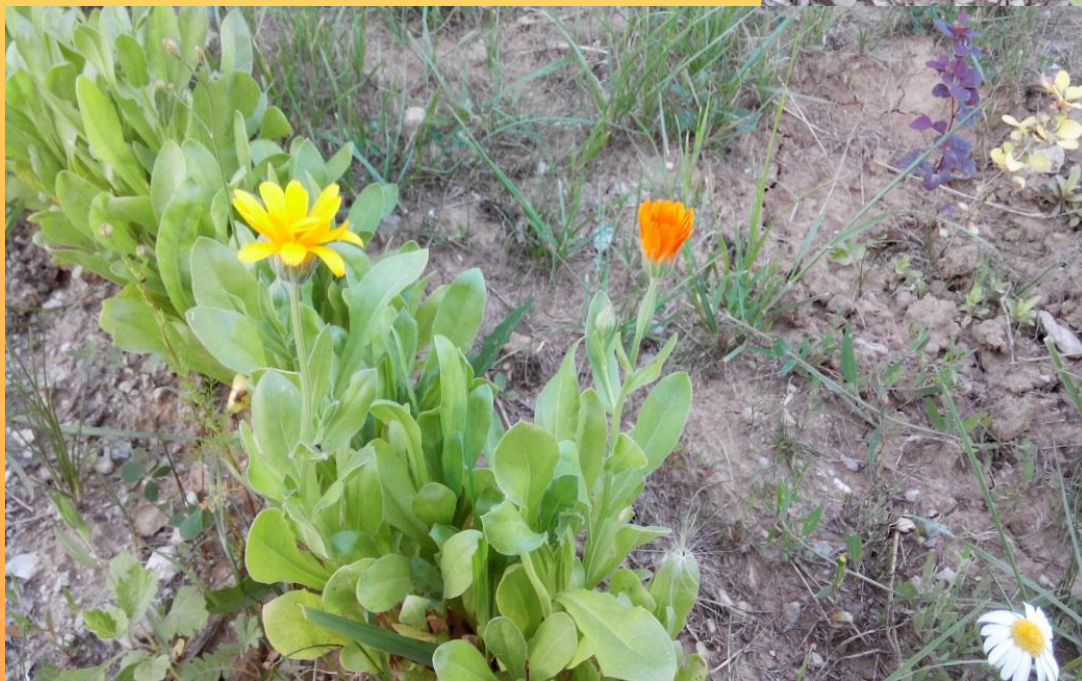
26 мая 2016г. я посадила в открытый грунт семена календулы лекарственной на глубину 2 см с интервалом 30 см. Температура воздуха в 10-00 составляла 21 С.



Полив производился через день и **2 июня** появились первые всходы



Первые бутоны – **26 июня**



Первые цветы – **29
июня**



5 июля срезаем полностью открытые цветки для последующей сушки.

Сушить календулу надо в хорошо проветриваемом помещении и в тени.

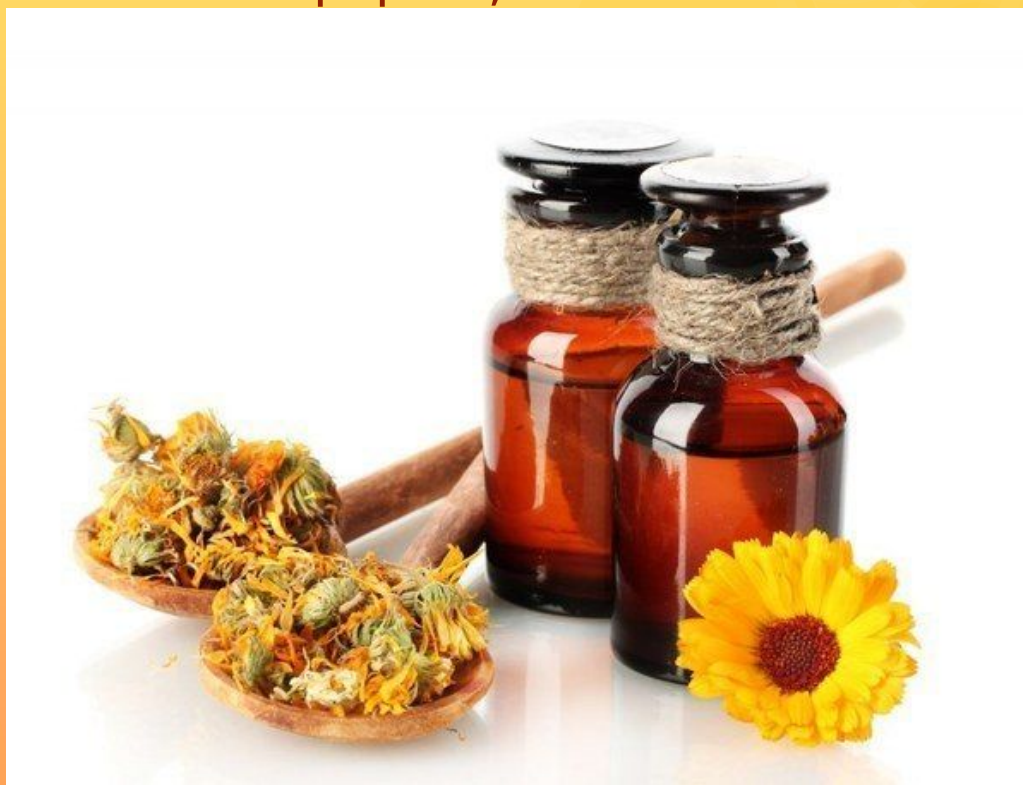
Цветки календулы засушены и готовы к дальнейшей с ними работе через 10 дней.



Изготовление лекарственных и косметических средств на основе календулы в домашних условиях.

Мы решили изготовить в домашних условиях такие лекарственные и косметические формы, как:

- **настойка;**
- **масло;**
- **мазь;**
- **крем;**
- **мыло.**

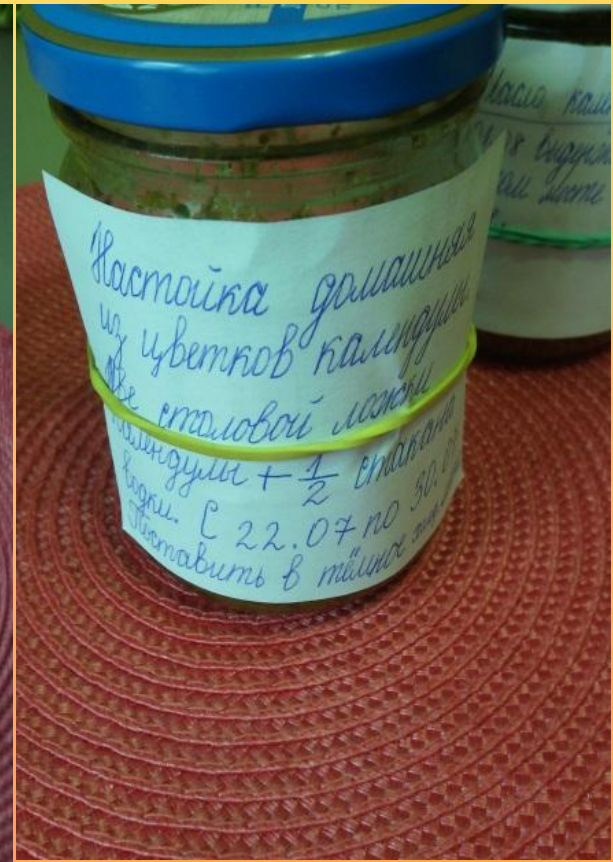


НАСТОЙКА КАЛЕНДУЛЫ

1) 2 ст.л. сушеных цветков измельчить и добавить в стеклянную банку.

2) Добавить $\frac{1}{2}$ стакана водки, закрыть и поставить в темное место на 8 дней

3) Процедить и хранить в прохладном месте.



МАСЛО КАЛЕНДУЛЫ

1) Цветки календулы поместить в стеклянную банку на $\frac{3}{4}$ объема и залить маслом.



2) Закрыть крышкой и поставить в холодильник на 10 дней. Встряхивать банку каждый день. Процедить и хранить в холодильнике.



МАЗЬ С КАЛЕНДУЛОЙ

1) 1 ст.л. измельченных цветков смешать с 4 ст.л. вазелина.

2) Добавить масло чайного дерева и/или лаванды.

3) Хранить в холодильнике.



МЫЛО С КАЛЕНДУЛОЙ

1) 100г мыльной основы расплавить на водяной бане.



2) Добавить измельченную календулу и мешать до загустения.



3) Добавить 5-7 капель ароматического масла.



4) Вылить в формы.



КРЕМ ОМОЛАЖИВАЮЩИЙ С КАЛЕНДУЛОЙ НА ОСНОВЕ МАСЛА ШИ

1) 4 ст.л. масла ши расплавить на водяной бане.



2) Добавить 2 ст.л. масла календулы и размешать до однородной массы.



3) Добавить арома-масло, интенсивно размешать.



4) После остывания крем ГОТОВ.



Заключение



В ходе своей исследовательской работы я узнала:

- календула неприхотлива и вырастить ее в открытом грунте несложно. Процесс от посадки до сбора составил 42 дня;**
- календула – лекарственное растение, с успехом применяемое и в косметологии;**
- средства с календулой можно не только купить в любой аптеке, но и изготовить в домашних условиях;**
- календула - хороший помощник не только в нашей семье, но и у наших родных и близких.**

Форма представления результата: презентация проекта, засушенные измельченные цветки календулы, образцы изготовленных дома мази, масла, мыла и крема с календулой, буклет «Календула – золотые цветки здоровья» с рецептами по изготовлению и применению календулы.

Использованная литература и Интернет-источники:



1. Исмагилов Р.Р., Костылев Д.А. Календула. – Уфа: БГАУ, 2000. – 102 с.: ил.
2. Плешаков А.А. От земли до неба: атлас-определитель: пособие для учащихся общеобразовательных учреждений. -10-е изд. – М.: Просвещение, 2009. – 222с.: ил.
3. Николева Ю.Н. Календула, алоэ и бадан толстолистный – целители от всех болезней. – М.: РИПОЛ Классик, 2011. – 191 с.

4.

<http://myvitablog.ru/kalendula-lechebnye-svoystva-vyrashhivanie-i-pri-menenie/>

5. http://florapedia.ru/sorts/section_5/brood_540/class_1564/

6. <http://www.liveinternet.ru/users/daizyleningrad/post395390686/>

7.

http://bookz.ru/authors/nina-ba6kirceva/kalendul_216/1-kalendul.html

8. <http://ovoport.ru/calendula/istoria.htm>

9. <http://lechilka.com/>

10. <http://4damki.ru/zdorove/kalendula-polza-vred-narodnyie-retsepy-1/#lechebnye-svoystva-nastojki-kalenduly>

