Филиал МБОУ Булгунняхтахская СОШ имени С.П.Ефремова

Тойон-Аринская начальная школа-сад « Кэнчээри»

**«Солнышко в банке -Одуванчиковый мёд»**



Выполнили: Александров Тимур, Павлов Айтал

Ученики 3 класса

Руководитель:

учитель начальных классов

Александрова Наталья Даниловна

Оглавление

1. Введение
2. Основная часть.

1.Ботаническая характеристика одуванчика

2.Хозяйственное значение и применение одуванчика

1. Практическая часть
2. Заключение

**Введение**

Летом мы посещали лагерь и изучали лекарственные растения, растущие у нас на острове. Оказалось, у нас на острове растут множество лекарственных растений, но больше всего Одуванчика.



Мы решили узнать о нём больше**.** Первым делом мы изучили литературу и решили сделать мёд из Одуванчика. Мёд из цветков одуванчика – вкусное, домашнее, очень полезное лекарство, которое помогает при многих заболеваниях.

Мёд из одуванчиков полезно при высоком артериальном давлении, сахарном диабете, заболевании анемией, желтухой и даже может применяться для профилактики рака.

Кроме того, мед из одуванчиков обладает хорошо выраженными болеутоляющими и противовоспалительными свойствами. Благодаря входящим в его состав ферментам и фитонцидам обладает бактерицидными качествами. После приготовления эта сладость приобретает плотность густого меда, мягкий привкус и нежный цветочный аромат!

**Гипотеза исследования**: Мы думаем, что одуванчик — это растение не только красивое, но очень ценное и полученные результаты помогут убедиться в целительных возможностях одуванчика и в возможности применения этого растения в народной медицине.

**Объект исследования**: травы

**Предмет исследования**: одуванчик

**Методы**: изучение литературы по вопросам пользы одуванчика; систематизация материала, практическая часть сравнение, уточнение сделанных выводов; корректировка; обсуждение результатов в классе с одноклассниками и преподавателем.

**Цель проекта**: исследовать многолетнее травянистое растения – одуванчик, с целью выяснить полезные свойства одуванчикового меда

**Задачи проекта**:

1. Собрать информацию и расширить знания о полезных свойствах одуванчика.

2. Проанализировать собранный материал и на его основе провести эксперимент.

3. Провести исследование по практическому применению

4. Воспитать в себе бережное отношение к природному наследию своей малой Родины.

**Гипотеза:**

В результате изучения этой проблемы нам нужно доказать, что одуванчиковый мед - это очень полезное лекарство, которое помогает при различных заболеваниях.

На Руси одуванчик за его неиссякаемую живительную силу величали «эликсиром жизни». Представьте себе, что существует продукт, употребляя который вместе с основной пищей, или в качестве напитка, вы смогли бы предотвратить или вылечить заболевание печени; очистить вашу кровь; растворить камни в почках; сбросить лишний вес; очистить кожу и устранить прыщи; снизить высокое кровяное давление; предотвратить или вылечить анемию; снизить уровень холестерина в крови в полтора раза; устранить или значительно уменьшить проблемы с пищеварением.

Одуванчик полевой Одуванчик полевой — это многолетнее травянистое лекарственное растение. Растет он повсюду и особенно заметен в период цветения своими ярко желтыми цветками. Весной, когда организм исчерпал свои витаминные запасы, одуванчик — это прекрасная возможность пополнить их. В этом всем знакомом цветке сочетается много полезных свойств. Одуванчик полезен для нервной системы, тонизирует и стимулирует её. Богат витаминами и минералами, содержит медь, железо, калий, магний, натрий, марганец, витамины группы А, В и С. Выводит яды и токсины из организма, а также убирает последствия нашего, порой, бездумного применения лекарственных препаратов. Содержит антиоксиданты, выводящие шлаки и токсины из организма, что помогает в борьбе с лишним весом.

Это интересно знать В маленьком придорожном одуванчике сочетается столько полезных свойств, не зря его назвали «домашний лекарь» – в народе говорят, что он лечит от 100 болезней. С лечебной целью используют все растение одуванчика, как наземную часть, так и корни. Наземную часть заготавливают во время цветения растения, корни — осенью и ранней весной (для лечения щитовидной железы). Самое известное блюдо из одуванчиков – это сироп, который также называют вареньем или мёдом. Этот весенний десерт не просто вкусен, но и очень полезен при гепатитах, холецистите и мочекаменной болезни, быстро восстанавливает поврежденные клетки печени и желчного пузыря, после перенесенных болезней, является превосходной профилактикой при астме и бронхите. Варенье из цветков одуванчика – вкусное, домашнее, очень полезное лекарство, которое помогает при многих заболеваниях. Варенье из одуванчиков полезно при высоком артериальном давлении, сахарном диабете, заболевании анемией, желтухой и даже может применяться для профилактики рака. После приготовления эта сладость приобретает плотность густого меда, мягкий привкус и нежный цветочный аромат! Из-за своего желтовато-золотого цвета, приятного аромата и огромного количества целебных свойств, заключенных в этих маленьких капельках солнышка, его называют одуванчиковый мед, который нам в зимой напоминает **летнее солнышко**

**Ботаническая характеристика одуванчика лекарственного**

Одуванчик появляется ранней весной и является одним из совсем небольшого количества растений, которые способны начинать цветение ранней весной и заканчивать поздней осенью.  Одуванчик появляется сразу же, как только с почвы сходит снег, тут же свободные участки от снега начинают покрываться плотным, радующим глаз ковром из одуванчика жёлтого цвета.

На просторах России-матушки произрастает около 200 видов одуванчика, в особенности популярен одуванчик лекарственный, разновидностей которого около 100.

Научная классификация

Царство: Растения

Отдел: Цветковые (Покрытосеменные)

Класс: Двудольные

Семейство: Астровые

Род: Одуванчик

Вид: Одуванчик лекарственный (*Taraxacum officinale*)

[Одуванчик лекарственный](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B4%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%87%D0%B8%D0%BA_%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D0%B0%D1%80%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D0%B9) — хорошо известное растение с [розеткой](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D0%B7%D0%B5%D1%82%D0%BA%D0%B0_%28%D1%80%D0%B0%D1%81%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%8C%D0%B5%D0%B2%29) прикорневых листьев и крупными ярко-жёлтыми [соцветиями](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D1%86%D0%B2%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%B5)-[корзинками](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%B7%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0_%28%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%29) из язычковых [цветков](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A6%D0%B2%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%BA). В ненастную погоду и на ночь корзинка закрывается. На вершине вытянутого носика [семянки](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B5%D0%BC%D1%8F%D0%BD%D0%BA%D0%B0) имеется множество [волосков](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B0%D0%BF%D0%BF%D1%83%D1%81), с их помощью плод одуванчика может перелетать в воздушных потоках на большие расстояния.

Одуванчик — растение с ветвистым стержневым [корнем](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%8C) толщиной до 2 см и длиной до 60 см, в верхней части переходящим в короткое многоглавое [корневище](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%BD%D0%B5%D0%B2%D0%B8%D1%89%D0%B5).

[Листья](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B8%D1%81%D1%82) голые, перисто-надрезанные или цельные, собранные в прикорневую [розетку](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D0%B7%D0%B5%D1%82%D0%BA%D0%B0_%28%D1%80%D0%B0%D1%81%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%8C%D0%B5%D0%B2%29).

Цветоносная стрелка сочная, цилиндрическая, полая внутри, оканчивающаяся одиночной [корзинкой](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D1%80%D0%B7%D0%B8%D0%BD%D0%BA%D0%B0_%28%D1%81%D0%BE%D1%86%D0%B2%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%B5%29) язычковых ярко-жёлтых [цветков](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A6%D0%B2%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%BA). В корзинке все цветки обычно обоеполые.

Все части растения содержат густой белый [млечный сок](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%BB%D0%B5%D1%87%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D1%81%D0%BE%D0%BA).

Цветёт одуванчик в зависимости от климата местности: в марте — апреле, в средней полосе России в середине мая — начале июня, плодоносит [семянками](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B5%D0%BC%D1%8F%D0%BD%D0%BA%D0%B0) с белым [хохолком](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%B0%D0%BF%D0%BF%D1%83%D1%81) с конца апреля до июня.

Одуванчик растёт рядом с жильём, около дорог, по выгонам, опушкам, на берегах рек, озёр и т. д. Это растение обычно засоряет сады, газоны, луга.

**Хозяйственное значение и применение**

Одуванчики специально разводят в Японии, США, Индии и Европе. Особой популярностью пользуются эти желтые цветы у французов, которые даже культивируют их и в кулинарии используют [рецепты из одуванчиков](http://www.pro-rasteniya.ru/sedobnie-rasteniya/retsepti-iz-oduvanchikov-salat-iz-oduvanchikov-vino-kofe-chay). Кстати, именно благодаря французским колонистам одуванчики и появились на территории Американского континента. Они специально завозили семена одуванчиков в Америку, чтобы было чем питаться первые годы освоения территорий.

Одуванчик — корм для домашних грызунов, в том числе кроликов.

Одуванчик пользуется популярностью и в народной [косметике](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D1%81%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0): [маска](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9C%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%B0_%28%D0%BA%D0%BE%D1%81%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0%29&action=edit&redlink=1) из его свежих листьев питает, увлажняет и омолаживает [кожу](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%B6%D0%B0), а [настой](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%B9) цветков отбеливает [веснушки](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B5%D1%81%D0%BD%D1%83%D1%88%D0%BA%D0%B0) и [пигментные пятна](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9F%D0%B8%D0%B3%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%BF%D1%8F%D1%82%D0%BD%D0%B0&action=edit&redlink=1).

Одуванчик — ценный весенний пыльценос и [медонос](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D1%81), даёт [пчёлам](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D1%81%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BB%D0%B0) поддерживающий взяток в течение 10—15 дней.

**Практическая часть. Методика исследования.**

Самое известное блюдо из одуванчиков – это сироп, который также называют вареньем или мёдом. После приготовления эта сладость приобретает плотность густого меда, мягкий привкус и нежный цветочный аромат!

Из-за своего желтовато - золотого цвета, приятного аромата и огромного количества целебных свойств, заключенных в этих маленьких капельках солнышка, его называют одуванчиковый мед, который нам в зимой напоминает «*Летнее солнышко»*

Чтобы приготовить мёд, напоминающее по цвету янтарь, необходимо приготовить около 500 головок одуванчика, отделив их от стеблей и листьев. И первый шаг - это

Шаг 1. **Сбор сырья** Одуванчики следует собирать в полдень, при ярком свете солнца, чтобы головки цветков были максимально раскрыты.

****

**Шаг 2**. Подготовка цветков одуванчика. Разводим в глубокой миске соль с обычной проточной водой из расчета на 1 литр 10 грамм соли, опускаем туда одуванчики. Несколько раз тщательно промываем холодной водой

****

**Шаг 3. Заготовка цветков одуванчика** Ставим в холодильник на 1 час Через час сливаем воду, промываем одуванчики от соли. Снова откидываем их на дуршлаг, просушиваем. Затем отделяем все зеленые лепестки, оставив только желтые и мелко их шинкуем

****

**Шаг 4. Подготовка фруктов (мандарины, лимоны, яблоки)** Взвешиваем нужное количество фруктов. Фрукты тщательно промываем в горячей воде **Нарезаем фрукты тонкими**

****

**Шаг 5. Варка отвара из одуванчиков и лимона** Заливаем водой из расчета на 400 лепестков 1,5 литра воды, все перемешиваем деревянной кухонной ложкой и ставим на сильный огонь. После закипания уменьшаем его уровень до маленького огня и готовим отвар, не накрывая, 10 минут.Затем снимаем его с плиты, накрываем крышкой, переставляем в прохладное место и даем возможность настояться 24 часа.



**Шаг 6. Подготовка посуды для консервирования**



**Шаг 7 Процеживание цветочного отвара**

****

**Шаг 8. Уваривание сиропа до готовности**



**Шаг 9**: Упаковка, стерилизация и хранение одуванчикового меда По очереди устанавливаем на каждую стерилизованную баночку лейку с широким горлом, используя половник, разливаем по ним готовое варенье и накрываем горячими стерилизованными крышками.Винтовые крышки, просто плотно затягиваем их при помощи кухонного полотенца**.** Затем переворачиваем баночки вверх дном, проверяем на наличие воздуха, если пузырьков нет, ставим заготовку на пол донышком вверх, закутываем ее в шерстяное одеяло, и даем настояться в таком виде 2–3 дня без резких перепадов температуры. После этого отправляем варенье в прохладное место: кладовую, погреб либо подвал.

****

**Полезные советы**

* Чтобы сохранить полезные вещества одуванчика, не отжимайте цветки сразу же после варки. Дайте им настояться в течение суток, чтобы сироп обогатился полезными веществами. После отжима варенье следует еще раз проварить.
* Если лимона под рукой не отказалось, его можно заменить лимонной кислотой.
* Чтобы варенье из одуванчиков принесло максимальную пользу для организма, рекомендуется принимать его натощак по утрам по 1 столовой ложке.
* Для усиления лечебного эффекта мёд из одуванчиков растворите его в зеленом чае или растворе расторопши. Такие комбинации только усилят противовоспалительные, желчегонные и тонизирующие свойства растения.

**Стихи:**

**«Одуванчик»  
Автор. Е.Серова**

Носит одуванчик  
Жёлтый сарафанчик.  
Подрастёт — нарядится  
В беленькое платьице:  
Лёгкое, воздушное,  
Ветерку послушное.

**«Стихи про одуванчик»  
Автор: Ирис Ревю**

Одуванчик, одуванчик,  
Лёгкий, пышный сарафанчик.  
Стоишь гордо на опушке,  
Рядом квакают лягушки.

**Заключение**

В начале нашей исследовательской работы мы поставил задачу изучить как больше информации об одуванчике. Начав исследовательскую работу, мы были в восторге о свойствах и возможностях этого удивительного цветка. Что его используют не только дети в своих играх и забавах, но и взрослые.

В ходе изучения различной литературы, проведения наблюдений я выяснила, что в живой природе любое растение имеет свою роль и важное значение.

Проведенные нами наблюдения помогли убедиться в том, что красота и польза одуванчика заслуживают того, чтобы любить и широко использовать это замечательное растение. Мы на практике проверила полезность частей одуванчика. Мед получился очень вкусный. Можно пить с чаем или намазывать на хлеб.

Практическая значимость данной работы заключается в том, что собранные материалы могут быть использованы учащимися и учителями для дополнительных занятий по биологии.

Дальнейшее использование:

Использоваться этот материал можно во внеклассных занятиях, советовать использовать мед своим знакомым и одноклассникам.

****

**Список литературы**

1. Иллюстрированный определитель лекарственных растений Якутии-ООО ли « ИПК Парето-Принт» Тверь,2018г
2. Атлас лекарственных растений СССР / Гл. ред. акад. Н. В. Цицин. — М.: Гос. изд-во мед. лит, 1962. — С. 392—393.
3. *Чиков П. С.* Атлас ареалов и ресурсов лекарственных растений СССР. — М.: Картография, 1983. — 340 с.
4. *В. С. Ягодка.* Лекарственные растения в дерматологии и косметологии. — : Наукова думка, 1991. — 272 с.
5. *Стрижёв А. В.* Календарь русской природы. — 3-е изд., перераб. — М.: Моск. рабочий, 1981. — С. 209.