

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Введенская средняя общеобразовательная школа им. В. З. Ершова  
Чухломского муниципального района Костромской области

Региональный конкурс «Моя малая родина: природа,  
культура, этнос»

Тема работы: «Эко - символ малой родины»

Название работы: Чудо – ягода



Автор – Смирнова Таисия

Возраст -13 лет

Класс - 7

МКОУ Введенская средняя общеобразовательная  
школа имени В.З.Ершова

Адрес: Костромская обл.

Чухломский район

Село Введенское

ул. Зелёная д.1

Руководитель: Горбунова Е. А.

учитель технологии

Введенской средней общеобразовательной школы

2019год

## Аннотация

У каждого человека есть своя Родина –это его страна, но ещё есть и малая родина- это место, где ты родился и вырос, это твой отчий дом, речка и лес.

Символ малой родины... Что может быть символом моей малой родины? Первое, о чём хочется говорить – это наши леса. Белоствольные березки, вечнозелёные красавицы ели, высоченные сосны. А сколько всяких даров преподносит лес моим односельчанам.

Тема на сегодняшний день актуальна, так как многие из нас забыли, что существуют природные лекарства в натуральных продуктах, которые всегда применялись в оздоровительных целях на Руси. Одним из таких естественных лекарств я считаю бруснику. Древние славяне называли бруснику «капельками бессмертия» или «румяной ягодой». Именно в названии заключен смысл целительных и полезных свойств вечнозеленого невысокого кустарника, в котором полезными свойствами обладают как ягоды, так и листья. Ведь румянец на щеках считался признаком крепкого здоровья и долголетия.

Русское название *брусника* происходит от слова *брусвяный*, что значит «красный». В России вплоть до начала XX века её называли «Молодор ягода». Имеет брусника и другие имена, данные ей народом: брусена, боровка, сердечник, «чудо-ягода».

Брусника по содержанию полезных веществ превосходит большинство известных ягод и фруктов. В большом количестве содержит витамины группы В, а также А, С, Е, РР. В ней есть лимонная, яблочная кислоты, минеральные вещества (кальций, калий, марганец, фосфор, железо, цинк и др.). Брусника долгожитель. По долговечности брусника под стать дубам, живет до 300 лет. В Костромской области брусника растет повсеместно. В брусничниках не диво встретить медведя, лося, рысь, волка, лису, куницу, зайца. А глухари, тетерева и рябчики обитают постоянно. Брусника – лесное

и тундровое растение, более холодоустойчивое, чем черника и голубика. Известна и целебная сила брусники. Особенно полезно применять настои и отвары из брусники. Их пьют при болезнях. Имеют целебную силу и листья брусники. Они также обладают бактерицидным действием, то есть способны уничтожать микробы. Бабушка сказала, что ягоды используются как профилактическое средство против простуды, для укрепления иммунитета. Брусника хорошо утоляет жажду. Брусникой лечат болезни почек, она полезна при ревматизме, понижает кровяное давление. В моей семье любят выпить чашку брусничного чая для снятия усталости: 1 чайную ложку ягод брусники заливаем 1 стаканом кипятка, добавляем дольку яблока и даём настояться в течении 1-3 минут. Вкус необыкновенный! Поэтому в моей семье так её любят.

По природным запасам брусника занимает первое место среди всех прочих дикорастущих ягод. Это очень урожайная ягода. По величине заготовок дикорастущих ягод она занимает второе место после клюквы.

Собирая информацию о бруснике из разных источников, мы пришли к мнению, что все лесные ягоды, растущие на севере, за счет своего химического состава относят к лечебным, они обладают значительно более высокой активностью по сравнению с синтетическими формами (аптечными витаминами, таблетками, биодобавками). Например, в северной бруснике содержится от 40 до 500 мг витамина С, в яблоках, апельсинах и лимонах - от 7 до 12 мг. Ягоды улучшают обмен веществ, укрепляют иммунную защиту, сдерживают процессы старения. Сок северных ягод оказывает освежающее и тонизирующее действие. Наши Костромские леса - поистине кладовая витаминов. Сегодня мы тоже пользуемся дарами нашего леса, больше всего собираем ягоду бруснику. В нашем Чухломском районе эти ягоды растут в экологически чистой среде (если их не собирать вблизи дороги), в процессе роста не обрабатываются химическими препаратами. Также лесные ягоды дарят нам полноценный спектр минералов, витаминов и других полезных элементов. Употребление ягод придаст огромный запас жизненных сил.

Много можно рассуждать о значении этой ягоды в жизни людей, это растение с богатейшей историей. Она несет людям красоту и пользу. Я считаю, что бруснику можно назвать символом моей малой родины.

А наша задача – сохранить нашу прекрасную природу не дать её в обиду, тогда и она будет к нам добра и щедра и откроет ещё много-много своих секретов.

Название работы: Чудо – ягода

Автор – Смирнова Таисия

Возраст -13 лет

МКОУ Введенская средняя общеобразовательная

школа имени В.З.Ершова

Класс - 7

Адрес: Костромская обл.

Чухломский район

посёлок Якша

ул. Зелёная д.32