

# Голубика

Работу выполнила  
ученица 2 класса МОУ «Суйгинской СОШ»  
Плетнёва Алёна Павловна  
руководитель Кирсанова Татьяна Ивановна

# Голубика

- -сильно ветвистый кустарник из семейства брусничных высотой от 30 см. до 1. м.



- Встречается на торфяных болотах, в сыроватых хвойных и смешанных лесах, среди кустарников почти повсеместно в лесной зоне.



- Голубику часто называют "пьяной ягодой", но зря. Пьянит тех, кто приходит в лес собирать ягоду не голубика, а её вечный сосед - болотный багульник, богатый эфирными маслами, способными вызвать у человека неприятные симптомы - тошноту, головокружение, головную боль.

- Голубика морозоустойчива, продолжительность жизни куста около 100 лет. В естественных условиях плодоносить начинает в возрасте 11—18 лет. Плодоношение ежегодное.



- Голубику собирают в конце лета по мере созревания. Важно не повредить мягкие ягоды.



- Корневая система поверхностная, расположена на глубине до 20 см. Корни голубики оплетены грибными нитями, которые поставляют растению питательные вещества из почвы. Своих корневых волосков растение не образует. Грибы в свою очередь получают необходимые им вещества, вырабатываемые растением.

- Цветёт в мае-начале июня. Цветки у голубики белые или розовые. Они расположены по 1-3 на концах прошлогодних веточек.





- Листья на коротких черешках, опадающие на зиму . Они покрыты голубоватым восковым налётам , длиной до 3 см.



- Плоды — овалыные сизые ягоды, покрытые восковым налетом.



. Насчитывается около 26 видов голубики.



- Голубика - это ценнейшее витаминное растение. Ягоды содержат сахар (около 6%), кислоты и витамины А и С. Витамина С в голубике больше, чем в персиках, абрикосах и арбузах. В голубике имеется и витамин А.



- Ягоды и листья голубики обладают разносторонним лечебным действием: противовоспалительным, капилляроукрепляющим, противоатеросклеротическим, жаропонижающим. Отвар листьев употребляют в качестве мягкого слабительного средства. Заваривают 2 ст. ложки сырья на 1 стакан кипятка, кипятят 10 минут и настаивают до остывания. Этот отвар очень полезен при диабете, болезнях сердца и малокровии.
- Кислое питье, приготовленное из сваренных ягод, хорошо пить при простуде и лихорадке, при воспалениях почек и мочевого пузыря.

□ Из голубики можно варить варенье, джемы, делать компоты, перетирать свежие ягоды с сахаром, но хранится она плохо. Поэтому её часто называют пьяникой. Особенно приятен голубичный сок. Считается, что он восстанавливает зрение, и поэтому его дают пить лётчикам.

# Литература.

- "Дикорастущие плоды и ягоды" Шапиро Д.К., Манциводо Н.И., Михайловская В.А.
- "Лекарственные растения" Попов В.И., Шапиро Д.К., Данусевич И.К.;
- Кожевников Ю. П. Семейство вересковые (Ericaceae) // Жизнь растений. В 6-ти т. / под ред. А. Л. Тахтаджяна. — М.: Просвещение, 1981. — Т. 5. Ч. 2. Цветковые растения.
- Картинки [images.yandex.ru](https://images.yandex.ru)