

# *ЛЕС - БЕСЦЕННЫЙ ДАР ПРИРОДЫ*



**МУК «ЦБС №2» Губкинского городского округа  
Информационно – библиографический сектор**

# **ЛЕС – БЕСЦЕННЫЙ ДАР ПРИРОДЫ**

**Памятка читателю**

**Троицкий 2011**

ББК 91.9: 43  
Л 50

*Составитель: Н. П. Пальчикова*

*Ответственный за выпуск: Л. С. Титова*

**Лес – бесценный дар природы:** памятка читателю / МУК «Централизован. библиотечная система № 2», Информ. - библиогр. сектор; сост. Н. П. Пальчикова. - Троицкий, 2011. – 12 с.

ББК 91.9: 43

© МУК «ЦБС №2»  
Губкинского городского округа  
2011

*В природе, целителе душевных ран,  
вместе с благовонным свободным  
освежительным воздухом вдохнете вы в себя  
безмятежность мысли, кротость чувств,  
снисхождение к другим и даже самому себе.*  
С.Т. Аксаков

Невидимыми нитями связаны мы с окружающей средой. Через объекты неживой и живой природы осуществляется приобщение к загадкам Вселенной.

Жизнь и здоровье - бесценные дары человеку от природы, и они в наших руках.

Лес играет в жизни человека и человечества тройную роль. С одной стороны, лес, являясь одной из главных составляющих частей окружающей среды человека, в большой степени влияет на климат, наличие чистой воды, чистого воздуха, защищает сельскохозяйственные земли, обеспечивает места для комфортного проживания и отдыха людей, сохраняет разнообразие живой природы (средообразующая, или экологическая роль леса). С другой стороны, лес – источник множества материальных ресурсов, без которых человечество пока не может обойтись и вряд ли сможет обойтись в обозримом будущем - древесины для строительства, производства бумаги и мебели, дров, пищевых и лекарственных растений и других (экономическая, или ресурсная роль леса). С третьей стороны, лес - часть той культурно - исторической среды, под воздействием которой формируются культура и обычаи целых народов, источник работы, независимости и материального благополучия значительной части населения, особенно тех, кто живет в лесных деревнях и поселках (социальная роль леса).

Для человечества в целом одинаково важны все три роли

леса - экологическая, экономическая и социальная, но для каждого конкретного человека, в зависимости от того, где он живет и чем он занимается, та или иная роль леса может играть большее или меньшее значение. Как правило, чем меньше леса в той или иной местности - тем заметней его средообразующая роль, тем выше ценится роль леса в сохранении рек и ручьев, защите прилегающих сельскохозяйственных земель от иссушения и эрозии, благотворном влиянии на воздух, обеспечении мест для отдыха. Чем больше леса в той или иной местности - тем, наоборот, меньше замечается его средообразующая роль, но тем большее значение имеет лес как источник работы, экономического благополучия, строительных материалов, дров, грибов, ягод и других материальных ресурсов. Однако, для каждого человека, где бы он ни жил и чем бы он ни занимался, в той или иной степени важны и средообразующая, и ресурсная, и социальная роли леса.

Свежий воздух, без сомнения, является источником здоровья и радости. К сожалению, люди еще не осознали, какое это богатство - свежий воздух. Им можно дышать в любое время года, при разных метеорологических условиях.

Количество ежедневного потребления кислорода человеком в среднем равно около 0,8 кг. При физической нагрузке - до 1,3 кг. Среднее же дерево выделяет за сутки 0,2 кг живительного газа. Таким образом, чтобы нам легко дышалось, необходимо как минимум 4 дерева на одного человека. По оценке экспертов ООН, сейчас на каждые 10 срубленных деревьев в мире



высаживается лишь одно новое.

Деревья - превосходный естественный воздушный фильтр и регенератор воздуха. Леса берегут и украшают Землю. Хорошо об этом сказал известный наш ученый-химик академик Л.Н. Несмеянов (1899-1980):

*Священна жизнь. Зеленую планету*

*Она одела поясом лесов,*

*Весной, играя, радуется свету,*

*Пьет запах трав, полей, цветов.*

Они выполняют огромную работу, чтобы держать атмосферный воздух в благотворном состоянии и делать его тем волшебным лекарством, о котором упоминал А.Л. Чижевский.

Прогулка в лесу стала привычным занятием для горожанина. Подсчитано, что в 1 см воздуха городских улиц содержится до 250 тысяч пылинок, а в каждом грамме городской пыли - до 130 тысяч различных бактерий. А 400 тополей за одно лето задерживают более 300 кг пыли.

В последние годы ученые пришли к заключению, что старение, развитие опухолей, атеросклероза, болезней суставов и многих других заболеваний связано с нарушением иммунитета человека. Ему стоит научиться искусству восприятия гармонии леса, чтобы не поддаваться внешним невздам.

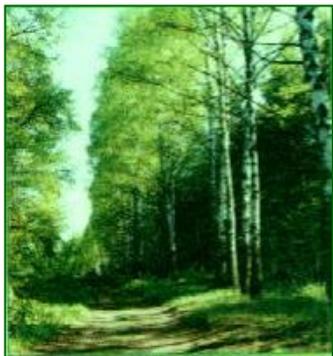
Ничтожные количества озона, возникающие при грозе, придают воздуху запах свежести, но при концентрации свыше 0,5 мг в 1 м<sup>3</sup> воздуха озон вызывает раздражение дыхательных путей, головокружение, удушливый кашель и боли в сердце. Озонированный воздух успешно применяется при лечении астмы, коклюша, при начальной стадии туберкулеза, для профилактики и лечения гриппа, различных заболеваний органов дыхания.

В апреле - середине мая в хвойном лесу увеличивается

выделение смолистых веществ, улучшающих кровоснабжение дыхательных путей, отхождение мокроты и облегчающих кашель, однако эти вещества могут вызвать приступ удушья у астматиков. Максимальное выделение смол наблюдается в июне, но оно вредно для людей с гипертонией, астмой, ишемией.

Условно каждое дерево может считаться или вампиром (берущим энергию человека), или донором (дающим жизненную энергию). К вампирам относятся осина (дерево, настолько наполненное избытком сил, что даже листья его постоянно дрожат), тополь, ясень и лавр. Утром наше тело активно заполняется энергией. В это время нужно общаться только с деревом-донором: дубом, березой, кленом. После полудня мы должны вступить в контакт с деревом-гармонизатором: сосной, лиственницей, пихтой, ивой. Вечером надо провести правильное распределение энергии в организме. Здесь помогут плодовые деревья: яблоня, груша, слива, рябина.

Ученые считают, что для здоровья человека надо ежегодно проводить в лесу 240 часов. Более плодотворны прогулки по смешанному лесу. Во время движения человека между разными деревьями как бы «отсасывается» больная энергия и подпитывается здоровая. Для этого даже не надо прикасаться к тому или иному дереву.



Учеными доказано, что тополь наиболее приспособлен к агрессивной среде города. Так тополиный пух способен очищать воздух от канцерогенных веществ.

Многие деревья с успехом «ведут разведку» недр: сосна и пихта, к примеру, «открывают» следы более

30 различных металлов, в том числе и золота. По химическому анализу хвои или ветвей можно определить подземные месторождения минералов.

Фитонциды коры пихты убивают бактерии дифтерии, а черемухи и лавровишни — за 10 секунд убивают мух, комаров и клещей.

Леса своего рода эталоны ландшафта, способные сдерживать натиск цивилизации. Остались такие национальные традиции, как страсть к охоте и рыбалке, сбору даров леса, отражающие любовь русского человека к природе. Несмотря на все трудности современной жизни, люди стремятся в леса, поля, горы. Однако от всех проблем в лесу не спрячешься. Тяга к общению с природой не исчезла. Не меньше, чем в прежние времена, каждому человеку нужна гармония в душе. По оценкам ученых, равновесие между родом человеческим и природой становится очень хрупким. Многие природные ресурсы на исходе. На исходе земная красота и чистота.



Лес... Простое, привычное и вместе с тем такое объемное, многогранное по содержанию и значению слово. Лес, наш русский лес... Мы с гордостью произносим эти слова, хотя подчас вредим сами лесу настолько, что... Ведь мы с вами идем в лес чаще

всего получить удовольствие: подышать лесным воздухом, нарвать цветов, насобирать ягод и грибов — все это он щедро предоставляет нам, не требуя ответной благодарности и платы за свои дары. Но он молчаливо

требует, чтобы мы входили в него друзьями. Побывать в лесу наедине с природой - такое стремление горожан вполне понятно.

Однако сегодня следует поговорить и об «издержках» поездок и походов за город, напомнить туристам призыв знаменитого русского леса и его большого друга, известного советского писателя Леонида Леонова: «Охраняйте природу! Она не имеет ни кулака, ни зуба, чтобы защититься от недругов. Ее сокровища вверены нашей совести, справедливости, уму и благородству».

Истари лес кормил человека, одевал и согревал его, защищал от врагов. Мед, грибы, ягоды, дичь, материалы для постройки жилья, топливо для обогрева, даже лыко для лаптей и коробов брал он из темных боров и светлых рощ.

Наша страна богата лесом. На каждого ее жителя в среднем приходится почти по 3 гектара лесной территории. Однако, как мы ни богаты зелеными насаждениями, следует подумать и о наших потомках: беречь леса сегодня и выращивать новые миллионы саженцев будущих могучих деревьев. Беречь лес нужно всем миром, активно помогая работникам лесного хозяйства, пресекая везде и всегда случаи небрежного, а зачастую и просто варварского отношения к природе со стороны отдельных незональных людей

Лес - это зеленая кладовая, кладовая чистого воздуха, свежей воды, деловой и поделочной древесины, ягод и грибов, лекарственных и полезных растений. Входя в него, подумайте: кем вы туда входите - врагом или другом? Лучше всего - войти в лес другом.

Бережное отношение к природе, понимание ее красот делает честь любому



человеку, свидетельствует о его развитом эстетическом чувстве, о высоком уровне культуры.

Остановись, добрый человек, присмотришься к окружающему тебя миру, унеси в своем сердце красоту природы и заполни ею свою жизнь...

Лес в России - это бесценный дар природы и величайшее национальное достояние, источник духовного и эмоционального потенциала нации, ее здоровья.

Памятка читателю приглашает вас познакомиться с величайшими лесами нашей планеты. Вы узнаете о том, как устроены деревья, как они растут и функционируют, насколько разнообразны их виды и жизненные формы.

В книгах много интереснейшей информации об отдельных породах деревьев, сыгравших важную роль в развитии человеческой культуры и цивилизации.

## ЛИТЕРАТУРА

**Антрохин В.Г.** Лесная хрестоматия / В.Г. Антрохин, Е.Д. Солодухин. – М.: Лесная промышленность, 1988.- 329 с.

**Афонькин С.Ю.** Деревья / С.Ю. Афонькин. - СПб.: Балтийская книжная компания, 2008.- 96 с.: ил.- (Узнай мир).

**Бобров Р.В.** Беседы о лесе / Р.В. Бобров.- М.: Мол. гвардия, 1989.- 240 с.

**Букштынов А. Д.** Леса / А. Д. Букштынов, Б. И. Грошев, Г. В. Крылов. - М.: Мысль, 1981. - 316 с.

**В ответе – каждый:** сб.- Воронеж: Центр. - Черноземн. кн. изд-во, 1988.-126с.

**Варламов Ю.** Экология туристической тропы / Ю. Варламов // Лес и человек.- М., 1992.- С.74-75.

**Вересин М.** Рассказы о лесах и деревьях / М. Вересин.- Воронеж: Центр. - Черноземн. кн. изд-во, 1981.- 111с.

**Кайгородов Д.** Беседы о русском лесе / Д. Кайгородов; ред. Н. Астахова.- М.: Белый город, 2010.- 304 с.

**Козлова Т.А.** Растения леса / Т.А. Козлова, В.И. Сивоглазов.- М.: Дрофа, 2007.- 64 с.- (Твой первый атлас-определитель).

**Лаврова С.** Загадки леса. Занимательное естествознание / С. Лаврова. - М.: Белый город, 2009. - 48 с.: ил. – (Энциклопедия тайн и загадок).

**Лесная** энциклопедия: в 2 т. / сост. Г.И. Воробьев.- М.: Сов. энциклопедия, 1986. - Т. 2.

**Лесные** травянистые растения.- М.: Агропромиздат, 1988. – 224 с.

**Логвин Ю.** Войди в лес другом / Ю. Логвин // Лес и человек.- М., 1989.- С.103-104.

**Молчан О.** Лес / О. Молчан, Л. Щекотова.- М.: Слово, 2000.- 48 с.: ил.

**Петров В.В.** Жизнь леса и человека / В.В. Петров.- М.: Наука, 1985.- 128с.

**Петров В.В.** Лес и его жизнь / В.В. Петров.- М.: Просвещение, 1986.- 159с.: ил.

**Природа:** энцикл. / Е. Мирская.- М., 2001. – 303 с.

**Пронин М. А.** Человек, лес, фауна / М. А. Пронин, Я. С. Русанов. - М.: Лесная промышленность, 1981. - 168 с.

**Протасов В.Ф.** Экология, здоровье и охрана окружающей среды в России / В.Ф. Протасов.- М.: Финансы и статистика, 2000.- 670 с.

**Родд Тони.** Лес. / Тони Родд, Дженнифер Стэкхауз; пер. с англ. В. Свечникова. - М.: Махаон, 2008. - 304 с.: ил.- (Энцикл. путеводитель).

**Рожков О. И.** Лесные памятники / О. И. Рожков, Д. И. Гиряев, И. Д. Никодимов и др. - М.: Агропромиздат, 1986. - 208 с.

**Романова Т.** Новый атлас. Природа России / Т. Романова, В. Свечников.- М.: Махаон, 2007.- 136 с.: ил.

**Рощи** заповедные / сост. А.Е. Стерликов.- Л.: Лениздат, 1990.- 336 с.: ил.

**Русанов Я.С.** Человек, лес, фауна / Я.С. Русанов, М.И. Пронин.- М.: Лесная промышленность, 1981.- 215 с.

**Эйнар Генри.** Мир леса / Генри Эйнар.- М.: Махаон, 2008.- 128 с.: ил.

**Энциклопедия** для детей. Т.19. Экология / В.А. Володин.- М.: Аванта + , 2001. - 448 с.: ил.

**Бобров Р.** «Мнози боры возгорахуся...» / Р. Бобров // Природа и человек (Свет).- 2002.- №7. - С. 35-36.

**Елдышев Ю. Н.** «Позеленеет» ли планета в Год лесов? / Ю. Н. Елдышев // Экология и жизнь. - 2011. - № 1. - С. 54 - 57.

**Елдышев Ю. Н.** Леса разные - проблемы общие / Ю. Н. Елдышев // Экология и жизнь. - 2010. - № 6. - С. 24-27.

**Елдышев Ю. Н.** Видеть лес за деревьями / Ю. Н. Елдышев // Экология и жизнь. - 2009. - № 10. - С. 16-23.

**Зайцев А. С.** Судьба российского леса / А. С. Зайцев, Ю. Н. Елдышев // Экология и жизнь. - 2010. - № 11. - С. 31-34.

**Конькова Е.** Лес другу рад / Е. Конькова // Природа и человек (Свет). - 2004.- №3.- С.18-20.

**Моисеев Н. А.** Леса России: реформы, проблемы, решения / Н. А. Моисеев // Лесное хозяйство. - 2010. - № 1. - С. 8-13.

# **ЛЕС - БЕСЦЕННЫЙ ДАР ПРИРОДЫ**

**Памятка читателю**

*Составитель: Н. П. Пальчикова*

Губкинская центральная районная библиотека

309145 Белгородская область  
Губкинский район  
п. Троицкий  
ул. Молодежная, 6  
тел. 8-47-241-78-7-44

