**Приложение 1 к проекту «Удивительное растение»**

Материал о финиковых пальмах в Интернете найти легко: стоит лишь ввести в строку поиска «Финиковая пальма» — сотни ссылок, текстов, фотографий. Одно плохо: многие из них ведут к вирусам. Другое хорошо: практически по всем — сходная информация (явно результат рерайта).

Поэтому здесь для примера и для снижения риска — использованное мною из Интернета. Правда, изрядно скорректированное, чтобы приблизить текст к литературным нормам.

**Финиковая пальма (Phoenix, лат.). Размещение и уход**

Температура весной и летом, в период роста, — умеренная (20 – 25° С), а зимой: для финика Робелена — 15 – 20°, для канарского и пальчатого — 8 – 16°. То есть практически комнатная (летом — в прохладное место, зимой — потеплее).

Освещение финиковая пальма любит — прямой яркий солнечный свет, но в самые жаркие часы можно и притенить. Для равномерного развития кроны растение нужно периодически поворачивать разными сторонами к свету — так, чтобы верхушка последнего, молодого, листа была направлена вглубь комнаты, а не к окну. Летом финиковую пальму можно вынести в сад, выбрав для неё защищённое от ветра место.

Полив должен быть сезонно-равномерным: в весенне-летний период — обильный, а зимой — умеренный, спустя день-два после того как подсохнет верхний слой. Если почву пересушить, то листья растения станут пятнистыми, они поникнут и форму уже потом больше не восстановят. И тогда придётся ещё и подвязывать черешки листьев к опоре. Нельзя допускать ни пересыхания субстрата, ни чрезмерного его переувлажнения.

Воздух растение любит влажный, не пересушенный. Оптимальная влажность воздуха — 40 – 50 %. Поэтому его нужно регулярно, раза два в день опрыскивать, а иногда даже устраивать ему душ.

Растения питаются не только водой и воздухом. Почва (субстрат, подложка) должна содержать ещё и необходимые микроэлементы. Подкормку нужно проводить только с апреля по сентябрь, но еженедельно. Нужны органические удобрения, но иногда — и калийная селитра (грамм её на литр воды). Зимой подкормки сокращают до одного раза в месяц. То есть финик очень быстро расходует питательные вещества в период роста, но зимой ему нужен отдых. Избыток питательных веществ ему вреден так же, как и недостаток. Даже более, чем людям.

Почва. Финик к составу земляной смеси нетребователен: она должна быть слабокислой или нейтральной. Для него можно смешать дерновую землю с компостом, перегноем и песком в равных количествах и добавить на каждые 3 литра смеси по одной столовой ложке суперфосфата. В магазинах продаётся и готовая смесь. Почву для уже разросшихся растений можно утяжелить, увеличив долю дерновой земли. Или 2 части лёгкой глинисто-дерновой, 2 части перегнойно-листовой, одну — торфяной, одну — перепревшего навоза, одну — песка и немного древесного угля. Ежегодно верхний, в 2 – 4 сантиметра, слой почвы надо заменять новым питательным.

Пересаживают финиковую пальму только тогда, когда корни заполнят весь горшок или кадку и начинают вылезать за пределы ёмкости — через 3 – 4 года. При пересадке часть корней, образующих войлочный слой, срезают острым ножом, чтобы растение уместилось в новом горшке. Дренаж в горшке должен быть очень хорошим.

Обычно молодые пальмы пересаживают чаще, более крупные — реже. Многие любители жалуются, что после пересадки сеянцы финиковой пальмы погибают. Чаще всего это связано с повреждением главного корня. Другой причиной может быть осенняя пересадка: категорически нельзя пересаживать финики осенью: растения могут потерять много листьев и погибнуть.

При пересадке обязательно нужно соблюдать следующее.

Осторожнее с корнем. Хоть он и выглядит сильным, его легко повредить. А пальмы очень плохо реагируют на любые проблемы с корнями, даже на обычную пересадку.

Не отрывать косточку. Очень долгое время она ещё снабжает питательными веществами молодое растение.

Не заглублять шейку растения. Это — важно.

Ёмкость для финиковой пальмы нужна неширокая и высокая, так как корень очень длинный и почти не даёт боковых корней.

**Финики. Три в одном (еда, лакомство и лекарство)**

Согласно старой арабской поговорке, финиковая пальма любит, когда её ноги в воде, а голова — в огне небесном.

Живёт пальма до 300 лет, её ствол достигает 10,20 метров, а родиной её считают Персидский залив. Плоды пальмы, которые известны уже около 5 тысяч лет, — это и полезная сладость, и удивительный источник энергии.

По преданию, арабский воин брал собой в поход 2 мешка фиников, прикреплённых по обе стороны седла, которые, как считалось, придавали силу его мышцам и вырабатывали выносливость. И до сих пор этим чудо-плодам приписывают свойства укреплять здоровье человека и продлевать ему жизнь. Когда финики зреют, они не набирают влагу, а, наоборот, теряют её и поэтому становятся очень мягкими, нежными и сладкими. Учитывая эту особенность, транспортировать их практически невозможно.

Сушёные же фрукты, в отличие от свежих плодов, несмотря на то что значительно теряют свои вкусовые качества, имеют значительные преимущества: все питательные вещества в них «возведены в степень», то есть концентрация белков, жиров и углеводов в них по сравнению со свежими увеличивается в 10 раз.

Кстати, несладких фиников не бывает, хотя сортов — более трёхсот. Есть гладкие, есть и морщинистые. И цветовая гамма их тоже достаточно многообразна: от жёлто-золотистого до тёмно-коричневого, чёрного и даже красного оттенка.

Финики — это ценный источник пищевых волокон (6 – 11%). Некоторые диетологи придерживаются мнения, что один финик и один стакан молока в день могут обеспечить суточную потребность человека в питательных веществах. Врачи рекомендуют употреблять финики при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, так как они содержат высокий уровень калия. Также установлено, что эти плоды благоприятно влияют на мозг, увеличивая его производительность почти на 25%. В отличие от шоколада и конфет, которые дают организму лишь «пустые калории», финики — полезная сладость. Из-за наличия в них фруктозы и глюкозы. Плоды содержат много железа, фосфора, магния, витаминов А и В, протеина, минеральных солей, незаменимых аминокислот. Установлено, что употребление 10 фиников в день обеспечивает суточную потребность организма человека в этих витаминах. В результате научно-лабораторных исследований уставлено, что в среднем один финик содержит 23 калорий, а килограмм — 3 тысячи. Они полезны взрослым, детям и женщинам в период беременности и кормления грудью, так как содержащиеся в них элементы обогащают материнское молоко всеми необходимыми витаминами для полноценного развития малыша. Тем, кто хочет набрать вес, финики — отличное подспорье, так как они способствуют увеличению аппетита. И если ежедневно съедать после еды 15 – 20 фиников и выпивать один стакан молока, то через 40 дней вы будете приятно удивлены своим внешним видом и почувствуете прилив сил. Также замечено, что если уставший человек съедает порцию фиников, то спустя 30 минут к нему возвращаются силы и восстановится утраченная энергия. Если мучают запоры — пейте на ночь стакан кипячёного молока и съедайте 4 – 5 фиников. Они являются находкой и для спортсменов, так как превосходно стимулируют их мыщцы.

Единственные, кому не рекомендуется злоупотреблять финиками из-за обилия содержащихся в них углеводов, которые очень легко и быстро усваиваются, это больным диабетом.

В зимне-весеннее время, когда свежих овощей и фруктов явно недостаточно, финики окажут незаменимую помощь в пополнении организма природными витаминами.

И пожалуй, самое важное, научно установленное свойство фиников — они не содержат холестерина.

[Иллюстрации](file:///C%3A%5CUsers%5Cuser%5CDocuments%5C%D0%92%D1%8B%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BA%D0%B0%20%D1%80%D0%B0%D0%B1%D0%BE%D1%82%20%D0%B2%20%D0%98%D0%BD%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B5%D1%82%5C%D0%BF%D0%B0%D0%BF%D0%BA%D0%B0%202276%5C630016%5C%D0%9F%D1%80%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B51%5C%D0%A1%D0%BB%D0%B0%D0%B9%D0%B4%D1%8B%20%D0%BA%20%D0%9F%D1%80%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8E1.ppt.ppt).