

全国青少年校外教育活动指导教程丛书

农田生物世界

草药篇

师文道 编



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

全国青少年校外教育活动指导教程丛书

农田生物世界

草药篇

师文道◎编



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

农田生物世界. 草药篇 / 师文道编. — 武汉: 武汉大学出版社,
2015.6

全国青少年校外教育活动指导教程丛书

ISBN 978-7-307-15994-5

I. 农… II. 师… III. ①生物—青少年读物 ②中草药—青
少年读物 IV. ①Q-49 ②R28-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 118779 号

责任编辑: 徐 纯 孙 丽 责任校对: 路亚妮 装帧设计: 孙英俊 潘婷婷

出版发行: 武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件: whu_publish@163.com 网址: www.stmpress.cn)

印刷: 武汉市金港彩印有限公司

开本: 880×1230 1/32 印张: 1.875 字数: 25 千字

版次: 2015 年 6 月第 1 版 2015 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-307-15994-5 定价: 130.00 元 (全套六册, 精装)

版权所有, 不得翻印; 凡购买我社的图书, 如有质量问题, 请与当地图书销售部
门联系调换。

序

进入 21 世纪，校外教育作为实施素质教育的重要阵地，发挥着日益重要的作用。青少年户外营地作为校外教育重要的组成部分，其规范化、专业化建设，尤其是实践活动课程建设成为其“转型驱动，创新发展”的重要原动力。

本套书的主创团队——上海市普陀区中小学社会实践服务中心的辅导员们立足于青少年户外营地的教育职能，在组织学生开展日常的农村社会实践活动过程中，敏锐地意识到充分利用学生接触大自然的优势，以营地的农田和植物园区作为学习的课堂，能带给学生全新的学习享受。

通过零距离接触书中提及的各种动植物，一草一木、一虫一鸟不仅能带给学生无穷的乐趣，而且能激发他们求知的动力，用多维的感觉加深对知识的理解，用感性的体验激发学习的兴趣，进而生动地理解环境对人类生存的重要性。

在我国漫长的农耕文化发展过程中，随着中华民族聪明的先民们生产力水平的不断提升，人们对自然环境的了解也在不断加深，对身边生物资源的了解更加深入，依赖也越显紧密。他们在逐步建立和完善以环境安全、生态保护为主要特征的农业生产方法的进程中，逐渐形成了“天人合一”的哲学思想。在全球环境问题日益突出的今天，本套教材内容贴合实践活动，通过在实际中的认识和尝试，对我们深刻理解十八大提出的“生态文明”“美丽中国”有着重要的意义。

因此，本套书的开发，真正意义上是源自于学生在实践活动中的实际需求，贴近学生的发展、营地的特质及生态的教育。2013年，上海市普陀区中小学社会实践服务中心“农田生物世界”项目在上海市教委“上海市学生农村社会实践基地重点建设项目”评审中中标。作为项目成果，本套书以小学、初中、高中各年段的学生为主要读者对象，围绕“生物多样性”主题，涵盖植物、动物两类，既可以用于户外营地，也可以用于学校，乃至社区和家庭。

本套书是户外营地的实践与学科知识的贯通、拓展与整合的成果。据悉，该中心还将开发相关的实践活动案例，以更好地指导营地辅导员和学生用好这套教材。

期待更多的校外教育工作者能基于自身工作特点，勇于开拓创新，为上海市校外教育的改革和发展，为学生的健康成长作出不懈努力。同时，也希望读者在阅读的过程中能提出宝贵的意见，进而不断完善丛书的内容。

上海市科技艺术教育中心

卢晓明

2015年2月

目 录

- | | | | |
|----|---------|----|------|
| 01 | 薄荷 | 27 | 石榴皮 |
| 02 | 车前草 | 28 | 桃仁 |
| 03 | 虎耳草 | 29 | 乌梅 |
| 04 | 荠菜花 | 30 | 紫苏子 |
| 05 | 马齿苋 | 31 | 紫苏梗 |
| 06 | 蒲公英 | 32 | 桑枝 |
| 07 | 鱼腥草 | 33 | 百合 |
| 08 | 艾叶（附艾绒） | 34 | 白芍 |
| 09 | 大青叶 | 35 | 白术 |
| 10 | 荷叶 | 36 | 白芷 |
| 11 | 橘叶 | 37 | 板蓝根 |
| 12 | 枇杷叶 | 38 | 丹参 |
| 13 | 桑叶 | 39 | 葛根 |
| 14 | 铁树叶 | 40 | 骨碎补 |
| 15 | 银杏叶 | 41 | 何首乌 |
| 16 | 紫苏叶 | 42 | 芦根 |
| 17 | 白果 | 43 | 麦冬 |
| 18 | 瘪桃干 | 44 | 人参 |
| 19 | 陈皮 | 45 | 玄参 |
| 20 | 车前子 | 46 | 浙贝母 |
| 21 | 枸杞子 | 47 | 地骨皮 |
| 22 | 橘络 | 48 | 桑白皮 |
| 23 | 橘核 | 49 | 金银花 |
| 24 | 牛蒡子 | 50 | 灵芝 |
| 25 | 芡实 | 51 | 后记 |
| 26 | 桑葚 | 53 | 参考文献 |

别称	银丹草、蕃荷菜等
来源	唇形科植物薄荷的干燥地上部分
分类	全草类

1. 薄荷

产地：我国大部分地区均有分布，以江苏太仓、河北安国等地产量大、质量好。

性状特征：多年生草本。药用其茎叶，茎为方柱形，有对生分枝。表面呈紫棕色或淡绿色，棱角处具茸毛，断面呈白色，髓部中空。叶对生，有短柄，叶片呈宽披针形、长椭圆形或卵形，上表面为深绿色，下表面为灰绿色，稀被茸毛，有凹点状腺鳞。花冠呈淡紫色。揉搓后有特殊清凉香气。

性味：辛，凉。

功能与主治：宣散风热、清头目、透疹。可治风热感冒、头痛、咽痛、风疹等。



别称	车轮菜、田灌草等
来源	车前科植物车前的干燥全草
分类	全草类

2. 车前草

产地：我国各地均有分布，主产于黑龙江、辽宁、河北等地。野生于山野、路旁、田埂及河边。

性状特征：多年生草本。药用其全草，根丛生，须状。叶基生，具长柄，叶片呈卵状椭圆形或宽卵形，表面为灰绿色或污绿色，叶脉为弧形，周边近全缘，或有不规则波状浅齿。穗状花序数条，花茎长，花小。蒴果盖裂，种子细小。

性味：甘，寒。

功能与主治：清热利尿、祛痰、凉血。可治水肿尿少、痰热咳嗽、吐血等。



别称	石荷叶、金丝荷叶
来源	虎耳草科植物虎耳草的新鲜或干燥全草
分类	全草类

3. 虎耳草



产地：生于海拔 400~4500 米的林下、灌丛、草甸和阴湿岩隙。

性状特征：多年生草本。药用其新鲜或干燥全草，全体被毛。根须状，着生于根茎上。根茎短，有的为细长匍匐茎。叶基生，约数片，叶片呈肾圆形，边缘具齿，背面有长伏毛，上面为绿白色，下面为红紫色或有斑点。花茎由叶腋抽出，比叶高 2 倍以上，赤色。圆锥花序稀疏，花白色。蒴果呈卵圆形。

性味：甘，寒。

功能与主治：清热解毒。可治风热咳嗽、湿疹。新鲜捣汁，外用滴耳，可治疗耳内肿痛。

别称	护生草、地米菜等
来源	十字花科植物荠菜花、果的干燥地上部分
分类	全草类

4. 荠菜花

产地：我国大部分地区都有分布。

性状特征：一、二年生草本。药用其花、果及茎叶，茎呈圆柱形，多已切段压扁，可见带有细小花梗的总状花序，黄绿色至淡棕黄色。叶片呈黄绿色，边缘有缺刻或锯齿。花小，黄白色。果实呈三角状心形，扁平，顶端微凹。种子数多，细小，长椭圆形，淡棕褐色。

性味：甘、淡，凉。

功能与主治：清热利湿、止血、止痢。可治咯血、便血、痢疾。



别称	假苋菜、野苋等
来源	马齿苋科植物马齿苋的干燥地上部分
分类	全草类

5. 马齿苋



05

产地：我国各地均有分布，主产于华南、华东、华北等地。生长于村庄附近或空旷地上。

性状特征：一年生草本。药用其茎叶，茎呈圆柱形，表面为黄褐色，有明显纵沟纹。叶对生或互生，叶片呈倒卵形，先端钝平或微缺，全缘。花小，黄色。蒴果呈圆锥形，内含数量较多的细小种子。

性味：酸，寒。

功能与主治：清热解毒、凉血止血。可治热毒血痢、蛇虫咬伤、便血等。

别称	白鼓丁、黄花郎、黄花地丁等
来源	菊科植物蒲公英的干燥全草
分类	全草类

6. 蒲公英

产地：我国大部分地区都有分布。野生于温带地区草地或空旷处。

性状特征：多年生草本。药用其全草，根呈圆锥状，表面为棕褐色。根头部有棕褐色或黄白色的茸毛，有的已脱落。叶基生，完整叶片呈倒披针形，绿褐色或暗灰绿色，边缘浅裂或羽状分裂。花茎一至数条，每条顶生头状花序，花冠呈黄褐色或淡黄白色。有的可见具白色冠毛的长椭圆形瘦果。

性味：苦、甘，寒。

功能与主治：清热解毒、消肿散结。可治疗疮肿毒、目赤咽痛等。



别称	蕺菜、折耳根等
来源	三白草科植物蕺菜的新鲜全草或干燥地上部分
分类	全草类

7. 鱼腥草



07

产地：主产于浙江、江苏、安徽、湖北等地。喜生于阴湿地或近水的地方。

性状特征：多年生草本。药用其新鲜或干燥茎叶，茎呈圆柱形，节明显，下部节上生有须根。叶互生，叶片呈心形，先端渐尖，全缘。上表面呈绿色，下表面常呈紫红色。穗状花序顶生，黄棕色。具鱼腥气。

性味：辛，微寒。

功能与主治：清热解毒、排脓、利尿。可治肺痈吐脓、痰热咳嗽等。

别称	艾蒿、蕮艾、香艾等
来源	菊科植物艾的干燥叶
分类	叶类

8. 艾叶（附艾绒）

产地：我国大部分地区均有分布，以安徽、山东、湖南、湖北产量大。

性状特征：多年生草本。叶呈卵状椭圆形，羽状深裂，边缘有不规则的粗锯齿，上表面灰绿色或深黄绿色，有稀疏柔毛及腺点，下表面密生灰白色绒毛。气清香。

性味：辛、苦，温；有小毒。

功能与主治：散寒止痛、温经止血。用于小腹冷痛，宫冷不孕。外治皮肤瘙痒。

附：将艾叶除去叶柄等杂质，研碎成绒称为艾绒。外用于艾灸。具散寒逐湿、温通气血功能。



别称	蓝靛叶、靛青叶、板蓝根叶
来源	十字花科植物菘蓝的干燥叶
分类	叶类

9. 大青叶



产地：菘蓝主产于华东、华北以及陕西、贵州等地。

性状特征：菘蓝为二年生草本，植株高 50~100 厘米。叶呈长椭圆形至长圆状倒披针形，上表面呈暗灰绿色，有的可见色较深稍突起的小点。叶边缘呈全缘或微波状。叶柄细长条状，淡棕黄色。

性味：苦，寒。

功能与主治：清热解毒、凉血消斑。可治温邪入营、高热神昏、咽喉肿痛等。

别称	莲叶
来源	睡莲科植物莲的新鲜或干燥叶
分类	叶类

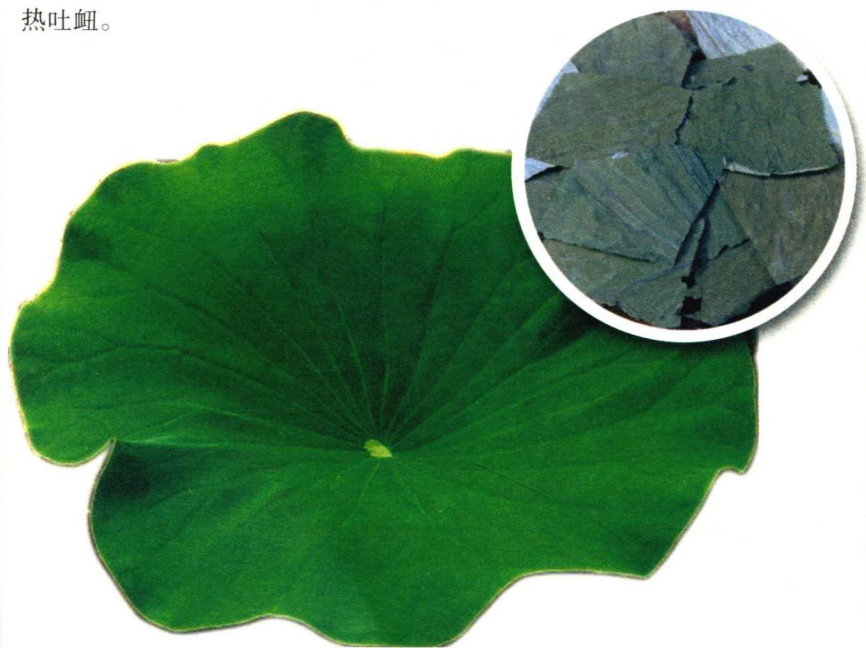
10. 荷叶

产地：主产于江苏、浙江、湖南、湖北、福建、江西等地。

性状特征：多年生水生草本。药用其新鲜叶或干燥叶，新鲜荷叶呈半圆形或折扇形，展开后类圆形，全缘或稍呈波状。上表面呈绿色至深绿色，下表面呈淡绿色，脉纹突出。干荷叶上表面呈深绿色或黄绿色，较粗糙。下表面呈淡灰棕色，较光滑，叶脉突起。稍有清香气。

性味：苦，平。

功能与主治：清热解暑、凉血止血。可治暑热烦渴、暑湿泄泻、血热吐衄。



别称	青橘叶
来源	芸香科植物橘的干燥叶
分类	叶类

11. 橘叶



11

产地：橘分布于长江以南各地区，在丘陵、低山地带、江河湖泊沿岸或平原多有栽培。

性状特征：橘树为常绿小乔木或灌木，高3~4米。枝细，多有刺。叶呈披针形，全缘或具细锯齿。叶片呈灰绿色或黄绿色，上表面具小圆形凹点，下表面主脉突出，对光透视，可见半透明腺点。

性味：苦、辛，平。

功能与主治：疏肝行气、消肿散结。可治胁痛、乳房胀痛或结块。