

ROŚLINY LEŚNE

uroczyska Polichty



Uroczysko Polichty leży na Pogórzu Karpackim na terenie Ciężkowicko-Rożnowskiego Parku Krajobrazowego. Jego „sercem” jest użytek ekologiczny „Polichty” oraz funkcjonujący Ośrodek Edukacji Ekologicznej. Miejsce to jest odwiedzane przez liczne grupy młodzieży szkolnej, studentów, turystów, wędrowców a także okolicznych mieszkańców. Flora i fauna obfituje w rzadkie, chronione, jak też pospolite, lecz niejednokrotnie bardzo interesujące gatunki. Wędrując wyznaczonymi ścieżkami po lasach, polanach, czy zatrzymując się nad stawem, wiele osób przygląda się z zaciekawieniem zwierzętom, roślinom i grzybom i z trudem próbuje sobie przypomnieć choćby ich nazwę. Mamy nadzieję, że niniejsza seria pomoże wszystkim amatorom przyrody i miłośnikom Policht jeszcze lepiej zapoznać się, przynajmniej z częścią gatunków składających się na tutejszą bioróżnorodność.

Prezentujemy Państwu florę lasów okolic Policht. Interesujące gatunki można tu spotkać przez cały rok. Runo leśne pięknie wygląda wczesną wiosną, kiedy zakwitają kobierce kwiatów. Latem można obserwować okazałe kwiaty wyróżniające się spośród wszechobecnej zieleni. Część gatunków roślin leśnych pozostaje zielona przez cały rok, więc można cieszyć się ich widokiem nawet zimą.

Pamiętajmy, że eksplorując las należy szanować wszystkie organizmy, nawet te najmniejsze, jak kwiaty, paprocie czy mchy.

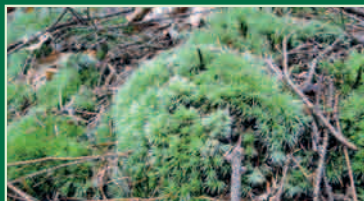
ROŚLINY PODLEGAJĄCE
OCHRONIE GATUNKOWEJ



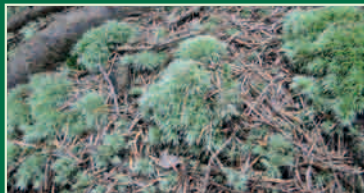
BIELISTKA SIWA syn. MODRACZEK SINY (*Leucobryum glaucum*)

Mech tworzący „poduszkowate” darnie, może występować zarówno w lasach liściastych, jak i w borach. Podczas suszy ma barwę białawą lub sinozieloną, a przy wysokiej wilgotności intensywnie jasnozieloną. Łodyżki bieliste są gęsto ulistnione i osiągają zwykle długość od 5 do 15 cm, a wyjątkowo mogą dorastać nawet do 50 cm. Liście mają lancetowaty kształt, u góry są rurkowato zwinięte, zakończone zaostrowym kończykiem.

Bielistka siwa jest rośliną dwupienną, co oznacza, że możemy wyróżnić osobniki męskie i żeńskie.



Bielistka siwa. Fot. PB



Bielistka siwa podczas suszy. Fot. PB



„Dywan” tworzony przez bielistkę siwą. Fot. PŁW

CZY WIESZ, ŻE: Mech ten jest wskaźnikiem bardzo kwaśnych gleb.

PŁONNIK POSPOLITY (*Polytrichum commune*)



Płonnik pospolity – lodyżki ulistnione.
Fot. PŁW

Roślina znana ze szkolnych podręczników jako „mech płonnik”. Posiada proste lodyżki o długości dochodzącej nawet do 40 cm. Listki mają zazwyczaj 1-2 cm długości i zaledwie 1 mm szerokości. Na szczycie ulistnionej lodyżki, u części osobników wyrasta lodyżka nieulistniona z zarodnią przykrytą tzw. czepkiem. Przy lekkim ruchu z tej szczytowej struktury mogą wysypywać się dojrzałe zarodniki.

Płonnika można spotkać na kwaśnych i wilgotnych glebach w lasach, na łąkach oraz na torfowiskach niskich.



Płonnik pospolity – widoczne lodyżki ulistnione, nieulistnione oraz zarodnie.
Fot. MK



Płonnik pospolity – zarodnie z zarodnikami przykryte czepkiem.
Fot. DZ



Plonnik pospolity późną jesienią. Fot. KM

CZY WIESZ, ŻE: Mchy dostarczają schronienia wielu drobnym gatunkom zwierząt bezkręgowych. Ptaki i drobne ssaki wykorzystują je do budowania gniazd.

WIDŁAK GOŹDZISTY (*Lycopodium clavatum*)

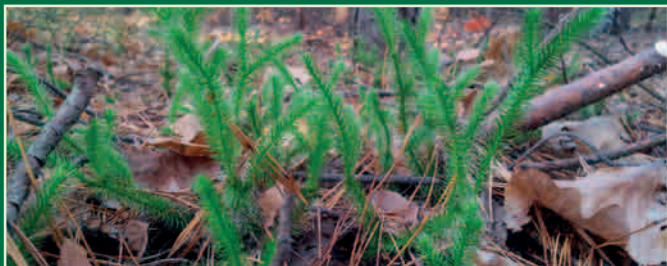


Kłosa zarodnikowe widłaka goździstego. Fot. MK

Podobnie jak skrzypy i paprocie, widłaki należą do paprotników. Pomimo wizualnego podobieństwa do mszaków – nie są z nimi spokrewnione.

Na terenie Polski widłaka goździstego można spotkać zarówno na nizinach, jak i w górach. Jest rośliną wiecznie zieloną. Pędy o długości od 1 do 2 metrów płożą się po ziemi, do której przytwierdzone są niewielkimi korzeniami. Wyrastają z nich wzniesione na około 10 cm łodygi, na których od lipca do września mogą dojrzewać kłosa zarodnikowe.

Widłak goździsty występuje w wilgotnych borach świerkowych i jodłowych, na suchych, ubogich i bardzo kwaśnych glebach.



Widłak goździsty. Fot. MK

CIEKAWOSTKA: Niegdyś stosowano zarodniki widłaka jako zasypkę na trudno gojące się rany i oparzenia.

WIDŁAK JAŁOWCOWATY syn. WIDŁAK GAJOWY (*Lycopodium annotinum*)

OCHRONA
CZĘŚCIOWA



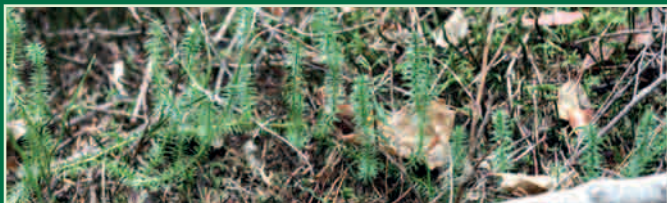
Podobnie do widłaka goździstego posiada zimozielone płożące się po ziemi pędy (są nieco krótsze, bo dorastają do 1 m) oraz wznoszące się pionowo do góry, widlasto rozgałęzione łodygi o długości do 20 cm. Listki są ułożone skrętolegle i odstają od łodygi prawie pod kątem prostym. Kłosa zarodnikowe wyraźnie odróżniają się od gałązek, na których się tworzą. Pełny cykl życiowy widłaków jest skomplikowany, wymaga symbiozy z grzybami i trwa kilkanaście lat.

Widłak jałowcowaty rośnie w lasach mieszanych oraz iglastych, na glebach wilgotnych. Preferuje silnie zakwaszone gleby oraz cieniste stanowiska.

Jest rośliną trującą, zawiera alkaloidy.



Widłak jałowcowaty. Fot. MK



Płożące pędy widłaka jałowcowatego. Fot. PŁW

CIEKAWOSTKA: Ze względu na fakt, że zarodniki widłaków spalają się wybuchowo, stosowano je niegdyś do wyrobu sztucznych ogni.

SKRZYP LEŚNY (*Equisetum sylvaticum*)



Skrzyp leśny – dojrzały
pęd zarodnikowy.
Fot. KM

Rośnie w cienistych lasach i na ich obrzeżach, preferuje ubogie gleby. Skrzyp ten jest pospolity na terenie całego kraju, w górach można go spotkać aż po piętro regla górnego.

Pod ziemią znajduje się wieloletnie kłącze. Część nadziemną rośliny stanowią pędy występujące w dwóch rodzajach. Najczęściej widujemy pędy asymilacyjne, o delikatnych, wielokrotnie członowanych i rozgałęzionych, zielonych liściach, osiągające wysokość ok. 30 cm – służą przede wszystkim odżywianiu rośliny. Wiosną rozwijają się także pędy zarodnikowe, służące głównie produkcji zarodników – czyli rozmnażaniu. Początkowo są one brunatne i niemal bezlistne, a po odrzuceniu zarodników stają się podobne do pędów asymilacyjnych.



Skrzyp leśny – młode pędy
asymilacyjne. Fot. PŁW



Skrzyp leśny wiosną. Fot. PŁW

CZY WIESZ, ŻE: Obecność skrzypu leśnego wskazuje na wilgotne i kwaśne podłoże.

SKRZYP OLBRZYMI (*Equisetum telmateia*)

W Polsce gatunek ten występuje rzadko, najczęściej można go spotkać na pogórzu. Jest to roślina związana z wilgotnymi i mokrymi siedliskami o średnim nasłonecznieniu. Występuje zazwyczaj w dużych skupiskach.

Podobnie jak wiele innych gatunków skrzypów, wytwarza dwa rodzaje pędów. Pędy wiosenne są bezzieleniowe, na ich szczytach znajdują się pędy zarodnikonośne. Po osiągnięciu dojrzałości i rozsianiu zarodników obumierają, a z podziemnego kłącza wyrastają zielone okazałe pędy asymilacyjne – mogące osiągać wysokość nawet 1,5 metra.



Skrzyp olbrzymi. Fot. MK



Skrzyp olbrzymi występuje w dużych skupiskach. Fot. PŁW

CZY WIESZ, ŻE: Jest to najbardziej okazały skrzyp spośród występujących poza strefą tropikalną.

PODRZEŃ ŻEBROWIEC (*Blechnum spicant*)



Podrzeń żebrowiec – widoczne pokładające się liście asymilacyjne oraz wzniesione liście zarodnionośne. Fot. MK



Podrzeń żebrowiec – liście asymilacyjne. Fot. PŁW

Dość często występuje w Karpatach i w Sudetach, na pozostałej części kraju jest rzadki. W okolicach Policht jest jednym z najczęściej spotykanych gatunków paproci. Rośnie przeważnie w cienistych lasach o kwaśnej glebie. W klasyfikacji geograficzno-historycznej jest uważany za spontaneofit – czyli gatunek, który pojawił się na danym terenie bez udziału człowieka, w wyniku naturalnych procesów.

Polska nazwa tej paproci pochodzi od liści przypominających swym kształtem żebra. Podrzeń żebrowiec, w przeciwieństwie do większości gatunków krajowych paproci, wytwarza dwa rodzaje liści: asymilacyjne, zielone przez cały rok, służące do produkcji cukrów – czyli odżywiania całej rośliny oraz zarodnionośne, zazwyczaj ok. 2 razy dłuższe od poprzednich, wyrastające pionowo ku górze – produkowane są na nich zarodniki odpowiedzialne za rozmnażanie się rośliny. Jest rośliną zimozieloną.

CZY WIESZ, ŻE: Paproć ta w języku angielskim nazywa się *deer fern* – czyli jelenia paproć.

ZANOKCICA SKALNA (*Asplenium trichomanes*)

Najczęściej można ją spotkać na wilgotnym podłożu wapiennym w szczelinach skalnych, a nawet na stromych zboczach i murach. Jest rośliną wieloletnią, zimozieloną. Liście tej paproci osiągają długość od 4 do 20 cm. Liście złożone – pojedynczo pierzaste z okrągłymi listkami pozwalają bez trudu odróżnić ją od większości innych krajowych paproci. Kupki zarodnikonośne o wydłużonym kształcie znajdują się po spodniej stronie liści.



Zanościca skalna. Fot. PS

CIEKAWOSTKA: Nazwa *Asplenium* pochodzi od greckiego słowa „splen” oznaczającego śledzionę. W ziołolecznictwie roślina ta bywa zalecana przy chorobach tego narządu.

LEPIĘŻNIK BIAŁY (*Petasites albus*)



Lepiejnik biały. Fot. MK



Pąki lepieżników w lutym. Fot. JS

Lepiejnik występuje w górach i na pogórzu, najczęściej na glebach wilgotnych, w rowach, blisko cieków wodnych w niezbyt gęstych lasach. Jest to jedna z najwcześniej kwitnących roślin, niekiedy już w lutym można zaobserwować grube pąki kwiatowe, wyrastające spod śniegu.

Rozdzielнопłciowe kwiaty są zebrane w kwiatostany – koszyczki, a te następnie w grona. Rozróżnia się dwa rodzaje liści lepieżnika: małe, łuskowate, rosnące na kwitnących łodygach i duże liście odziomkowe, które wyrastają bezpośrednio z kłączy, czyli łodyg podziemnych. Te drugie, przypominające wyglądem parasol, są jednymi z największych liści wśród dziko występujących roślin, jakie można spotkać w Polsce. Łodyga u okazów owocujących może mierzyć nawet 80 cm długości a średnica blaszki liściowej dochodzi do 40 cm..



Lepiejnik biały preferuje stanowiska wilgotne, nad ciekami wodnymi. Fot. PŁW

CIEKAWOSTKA: Alkoholowy wyciąg z kłącza lepieżnika bywa stosowany w ziołolecznictwie, skuteczny m. in. przeciw alergiom.



Kwiaty lepiężnika białego zebrane w koszyczki, a następnie w grona. Fot. JS

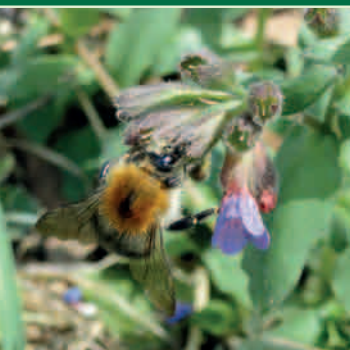


Duże, parasolowate liście lepiężnika. Fot. MK

MIODUNKA ĆMA (*Pulmonaria obscura*)



Miodunka ćma – kwiaty w różnym stadium dojrzałości. Fot. MK



Miodunka ćma zapylana przez trzmielę. Fot. PŁW

Roślina wydziela woń przypominającą zapach miodu i stąd wzięła się jej polska nazwa. Miodunka jest często spotykana w lasach liściastych. Kwitnie od marca do maja, jeszcze zanim rozwiną się liście na drzewach. Barwa kwiatów miodunki jest najpierw różowa, a następnie fioletowo-czerwona – jest to związane ze zmianą pH w ich wnętrzu. Ciemniejszy kolor stanowi informację, a zarazem zaproszenie dla owadów – oznacza, że dany kwiat jest już dojrzały i znajduje się w nim nektar. W zapylaniu uczestniczą różnorakie owady: trzmiele, dzienne motyle oraz muchówki. Łodyga i liście są gęsto porośnięte „włoskami”.

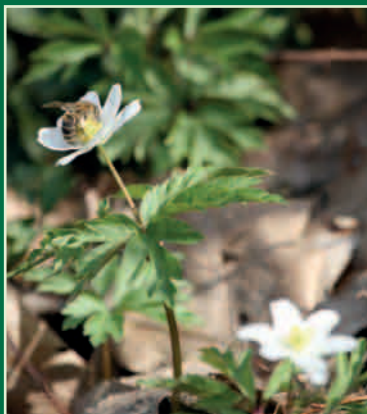


Miodunka ćma jest gęsto porośnięta włoskami. Fot. PŁW

CIEKAWOSTKA: Napary z miodunki pozytywnie wpływają na drogi oddechowe, na co wskazuje łacińska nazwa tej rośliny (łac. *pulmo* - płuco).

ZAWILEC GAJOWY (*Anemone nemorosa*)

Porasta runo lasów mieszanych i liściastych. Rośnie w dość dużych grupach, tworząc łany. Roślina jest geofitem – kwitnie i zawiązuje owoce, zanim na drzewach pojawią się liście. Kwiaty zawilca gajowego mają białawą barwę i średnicę około 3 cm. Są zapylane przez owady, które wabi duża ilość pyłku. Zawilec rozmnaża się poprzez kłącza oraz poprzez wysiew nasion. Jest rośliną trującą.



Pszczoła miodna odwiedza kwiat zawilca gajowego. Fot. PŁW



Zawilec gajowy. Fot. PŁW



Łany tworzone wczesną wiosną przez zawilca gajowego. Fot. PŁW

CZY WIESZ, ŻE: Zawilec bywa lokalnie nazywany: niestrętkiem, zawiłkiem, wietrznikiem. Polski uczoney, żyjący w XVI wieku, Marcin z Urzędowa, nazywał tę roślinę zajęczym maczkiem.

ŻYWIEC GRUCZOŁOWATY (*Dentaria glandulosa*)



Żywiec gruczołowaty. Każdy kwiat składa się z 4 płatków i 6 pręcików.
Fot. MK



Żywiec gruczołowaty. Fot. MK

Roślina charakterystyczna dla runa buczyn. Zakwita w kwietniu, zanim na drzewach pojawiają się liście, tworząc fioletowe łany. Jest rośliną wieloletnią o wysokości od 10 do 30 cm. Liście rosnące wokół łodygi złożone są z listków o lancetowatym kształcie, piłkowanych na brzegach. Kwiatostan tworzony jest przez 2–9 kwiatów, każdy z nich składa się z 4 płatków, 1 słupka i 6 pręcików (4 dłuższych i 2 krótszych).



„Kobierce” tworzone przez żywca gruczołowatego. Fot. PŁW

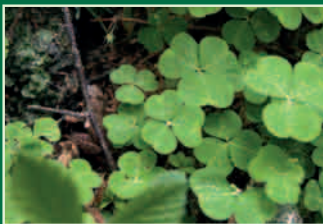
CZY WIESZ, ŻE: Żywiec gruczołowaty jest subendemitem karpackim – występuje prawie wyłącznie w Karpatach (w tym na Pogórzu Karpackim).

SZCZAWIK ZAJĘCZY (*Oxalis acetosella*)

Jest drobną byliną osiągającą do 15 cm wysokości. Liście szczawika wyglądem przypominają koniczynę – są trójlistkowe z długim ogonkiem. Nocą składają się i zwisają. Kwiaty są jednak zupełnie inne niż u koniczyny – posiadają pięć płatków i są białe lub blado różowe. Kwitną wczesną wiosną – od kwietnia do maja. Nasiona wyrzucane są z pękającej torebki „jak z procy” na odległość do 2–3 m.

Szczawik rośnie w cienistych lasach liściastych i iglastych. Jest kwasolubną rośliną, przystosowaną do środowiska wilgotnego.

Liście są jadalne, swój kwaśny smak zawdzięczają zawartości szczawianów, ponadto zawierają także witaminę C.



Liście szczawika zajęczego przypominają wyglądem koniczynę. Fot. KM



Szczawik zajęczy. Fot. MK



Kwiat szczawika zajęczego. Fot. IB

CIEKAWOSTKA: W medycynie ludowej stosowany jako lekarstwo – doustnie lub miejscowo na dolegliwości skórne.

KONWALIJKA DWULISTNA

(*Maianthemum bifolium*)



Konwalijka dwulistna w runie leśnym. Fot. MK



Owoce konwalijki dwulistnej. Fot. PB

W maju i czerwcu tworzy białe – zielone dywany w runie lasów. Łodyga osiąga wysokość ok. 10–15 cm, występują na niej najczęściej dwa liście (stąd nazwa), choć mogą występować w liczbie 1–3. Białe kwiaty zebrane w szczytowe grono są zapylane przez owady. Owoce mają postać kulistych, czerwonych (po dojrzeniu) jagód, które są rozprzestrzeniane przez zwierzęta. Konwalijka „preferuje” gleby bogate w próchnicę, a „unika” wapiennych.



Kwitnąca konwalijka dwulistna – widoczne charakterystyczne dwa liście. Fot. MK

CIEKAWOSTKA: Roślina ma właściwości trujące. W medycynie ludowej, surowcem jest ziele zbierane w czasie kwitnienia, które po wysuszeniu ma właściwości głównie moczopędne i przeciwobrzękowe.

KORZENIÓWKA POSPOLITA

(*Monotropa hypopitys*)

Korzeniówka występuje w lasach iglastych. Jest rośliną cudzożywną – łatwo to dostrzec gołym okiem, ze względu na brak zielonego barwnika (chlorofilu) niezbędnego do przeprowadzania fotosyntezy. Składniki odżywcze czerpie od grzybów oraz od okolicznych drzew za pośrednictwem grzybów – stanowi to dość skomplikowany, jednak bardzo ciekawy układ.

Korzeniówka posiada mięsistą łodygę pokrytą łuskowatymi liśćmi. Gęsty kwiatostan w formie grona składa się zazwyczaj z 10–15 kwiatów dzwonkowatego kształtu. W pierwszej fazie rozwoju kwiaty zwisają na krótkich szypułkach, później są wyprostowane. Ich zapach jest nieco podobny do wanilii.



Stanowisko korzeniówki. Fot. PŁW



Kwitnąca korzeniówka. Fot. PŁW



Kwiaty korzeniówki można obserwować w lipcu. Fot. PŁW

CIEKAWOSTKA: Polski uczyony Franciszek Kamiński podczas badań nad tą rośliną w 1881 roku, jako pierwszy na świecie opisał zjawisko mikoryzy czyli symbiotycznego związku pomiędzy korzeniami roślin a grzybami.

LILIA ŻŁOTOGLÓW (*Lilium martagon*)



Pojedynczy kwiat lilii złotogłów. Fot. MK



Pąki lilii złotogłów. Fot. PŁW

Lilia złotogłów jest uważana za jedną z najpiękniejszych roślin, dziko występujących na Pogórzu Karpackim. Spotkać ją można w lasach liściastych, iglastych i w zaroślach. Osiąga wysokość do 1,5 metra. Gatunek ten kwitnie w czerwcu i w lipcu. Zwisające kwiaty mają barwę różowo-czerwoną i są ciemno nakrapiane. Zapyłane są przez motyle z rzędu zawisaków, które w locie wysysają nektar z lilii. Na łodydze występuje zazwyczaj od trzech do dziesięciu kwiatów.

Na przykładzie lilii można łatwo przyswoić szkolne informacje o budowie kwiatu. Każdy z łatwością zauważy 6 płatków korony, 6 pręcików z pylnikami oraz słupek.



Lilia złotogłów. Fot. MK

CIEKAWOSTKA: Polska nazwa lilii nie wzięła się od koloru kwiatu, ale od złożonej z licznych łusek cebuli, która jest koloru żółtożółtego.

PARZYDŁO LEŚNE (*Aruncus sylvestris*)

Rośnie głównie w górach i na pogórzu. Jest okazałą, długowieczną byliną, która osiąga nawet 2 m wysokości. Okres kwitnienia przypada na maj i czerwiec. Drobne, przyjemnie pachnące, białawe kwiaty są zebrane na długich wiecach. Parzydło leśne jest rośliną dwupienną – na jednych osobnikach znajdują się kwiaty męskie, a na innych żeńskie, co zapobiega samozapyleniu. Kwiaty żeńskie – mniejsze od męskich, zapylane są przez drobne chrząszcze. Nasiona mają ok. 2 mm długości i są bardzo lekkie – jest to przystosowanie do rozsiewania przez wiatr.

Roślina preferuje stanowiska półcieniste i wilgotne, w dolinach rzecznych i nad potokami.

Roślina ta na stanowiskach naturalnych objęta jest ochroną gatunkową.



Kwitnące parzydło leśne. Fot. PŁW



Kwiaty parzydła leśnego zapylane są przez drobne chrząszcze. Fot. PŁW



Owoce parzydła leśnego. Fot. PŁW

CZY WIESZ, ŻE: Parzydło leśne wbrew nazwie nie parzy, jednak liście zawierają pochodne cyjanowodoru, czyli kwasu pruskiego – nie wolno ich spożywać!

WRZOS ZWYCZAJNY (*Calluna vulgaris*)



Wrzos. Fot. IB



Wrzos. Fot. KM

Krzewinka dorastająca do 40 cm wysokości. Posiada drobne, dzwonkowate kwiaty zakwitające późnym latem i jesienią. Zdrewniałe pędy pokryte są niewielkimi, szaro-zielonymi, łuskowatymi listkami. Wrzos preferuje słoneczne stanowiska, wymaga kwaśnej, ubogiej gleby pozbawionej związków wapnia.

Wrzosi wykorzystywane są do leczenia chorób układu pokarmowego, w szczególności biegunek i stanów zapalnych. Roślina miododajna, ponadto wykorzystywana do produkcji nalewek.



Kwiaty wrzosu. Fot. MK

CIEKAWOSTKA: Łacińska nazwa „*calluna*” pochodzi od słowa „zamiatać”, co wiąże się z dawnym zastosowaniem wrzosu do produkcji mioteł.

Teksty:

Patrycja Łabuz-Walczak, Krzysztof Musiał

Zdjęcia:

Piotr Buglewicz (PB), Iwona Burda (IB),
Monika Kwaśniewicz (MK), Patrycja Łabuz-Walczak (PŁW),
Krzysztof Musiał (KM), Jarosław Sanek (JS), Piotr Sulek (PS),
Dawid Zarywski (DZ)

Zdjęcie na okładce:

Patrycja Łabuz-Walczak

Skład, druk, oprawa:

Drukarnia GOLDRUK Wojciech Golachowski
ul. Kościuszki 28, 33-300 Nowy Sącz
www.goldruk.eu

LITERATURA

Flora Polski. Rośliny chronione, Piękoś-Mirkowa H., Mirek Z., Multico Oficyna Wydawnicza, Warszawa 2006

Flora Polski. Rośliny górskie, Piękoś-Mirkowa H., Mirek Z., Multico Oficyna Wydawnicza, Warszawa 2007

Flora Polski. Porosty, mszaki, paprotniki, Wójciak H., Multico Oficyna Wydawnicza, Warszawa 2003

Kalendarz młodego przyrodnika, Liga Ochrony Przyrody, 2011

Las. Dreyer E., Dreyer W., Multico Oficyna Wydawnicza, Warszawa 1996

Przewodnik. Las. Poruba M., Pokorny J., Rabsteinek O., Hrabik R., Multico Oficyna Wydawnicza, Warszawa 1996

Spotkania z przyrodą. Rośliny, Szwedler I., Multico Oficyna Wydawnicza, Warszawa 2007



Zespół Parków Krajobrazowych Województwa Małopolskiego
ul. Vetulaniego 1A, 31-227 Kraków
www.zpkwm.pl



Oddział Tarnów
ul. Ostrogskich 5, 33-100 Tarnów
tel. 14 627 42 72

Znajdź nas na Facebook.pl



ISBN 978-83-63113-10-0

Sfinansowano ze środków Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska
i Gospodarki Wodnej w Krakowie

