

**ZÁKLADNÍ ŠKOLA HRABIŠÍN**

**MALÝ ATLAS LÉČIVÝCH ROSTLIN I.**

**ŽÁCI 6. ROČNÍKU**

**HRABIŠÍN**

**2015**

## Úvod

Každý rok jsou pro šestý ročník do plánu vzdělávání zařazována přírodovědná praktika. Letos jsme se rozhodli v rámci těchto praktik uskutečnit malý školní projekt.

Do tohoto projektu se zapojili všichni žáci 6. ročníku Základní školy v Hrabíšíně.

Projekt měl několik fází. Nejdříve jsme šli na vycházku po okolí školy až k místní přehradě. Během cesty jsme poznávali známé rostliny, které rostou v této oblasti. Pro náš projekt jsme si nakonec vybrali charakteristiku léčivých rostlin.

V dalších hodinách jsme pracovali ve skupinách. Každá skupina si vybrala z nabízených bylin jednu a pomocí atlasů rostlin se pokusila určit, o jakou bylinu se jedná. Většině žáků se podařilo svou bylinu určit správně. Některým museli pomáhat spolužáci.

Poté si každá dvojice připravila jednoduchou charakteristiku své byliny a vybrala zástupce, který představí jednotlivé byliny svým spolužákům. Na této slovní prezentaci si žáci ověřili, že vystupovat jako řečník před obecnstvem není jednoduché, ale vše se dá zvládnout právě tímto tréninkem. Pro splnění dalšího úkolu jsme se přesunuli do počítačové učebny, kde každý samostatně vyhledával informace o své léčivce. Pomocí získaných informací každý žák vytvořil jednotlivý list do malého školního atlasu léčivých rostlin. S využitím znalostí z hodin informatiky jsme každý list upravili do předem vymyšlené šablony a sestavili atlas.

Protože jsme pracovali ve dvojicích, vytvořili jsme atlas I a II, aby každý mohl prezentovat svůj list sám za sebe.

Myslím, že budete se mnou souhlasit, že se naše snaha vyplatila a každý žák odvedl dobrou práci.

## Obsah

Úvod .....	2
DOBROMYSL OBECNÁ .....	4
KONTRYHEL OBECNÝ .....	5
KOPŘIVA DVOUDOMMÁ .....	6
LEVANDULE LÉKAŘSKÁ .....	7
LIBEČEK LÉKAŘSKÝ .....	8
MÁTA PEPRNÁ.....	9
MATEŘÍDOUŠKA OBECNÁ.....	10
OSTRUŽINÍK KŘOVITÝ .....	11
ROZMARÝNA LÉKAŘSKÁ .....	12
ŠALVĚJ LÉKAŘSKÁ .....	13
Autoři.....	14
Zdroje .....	15

## DOBROMYSL OBECNÁ



### Vzhled rostliny:

Květy může mít bílé nebo jemně fialové. Je vytrvalá, vlnatě chlupatá bylina 20 až 90cm vysoká. Celá rostlina příjemně aromaticky voní. Listy mají krátký řapík, jsou vejčité a vroubkované. Spodní jsou největší, k vrcholu se zmenšují. Plodem je tvrdka. Květenství má až 25 květů.

### Roste:

Kvete v červenci až září. Roste v Česku v křovinách, ve světlých lesích, na pasekách, na slunných stráních a na mělkých půdách spíše alkalických. Často roste v zahradách.

### Sběr:

Sbírá se na podzim nejlépe v září. Sbírají se květy a listy.

### Účinky:

Dobromysl je velmi dobrá na křeče v břiše, při angíně pectoris, při epilepsii. A velmi podporuje dýchací cesty a trávení. Pomáhá při střevních potížích.

**Autorka: Adéla Mazuchová**

## KONTRYHEL OBECNÝ

### Vzhled rostliny:

Je to vytrvalá rostlina s dlouhým oddenkem, pokrytým zbytky odumřelých listů. Z něho vybíhá bohatá přízemní růžice dlouze řapíkatých, poměrně tuhých, ledvinitých 9-11 laločnatých listů.

### Roste:

Je velmi hodně rozšířen od nížin do hor, na loukách, pastvinách, travnatých návších, prameništích a ve světlých vlhčích lesích.

### Sběr:

Sbíráme kvetoucí nať nebo jen přízemní lístky. Sbírá se od května až do září.



### Účinky:

Odstraňuje slabost svalů a končetin, urychluje hojení ran a vyrážek.



**Autor: Adriana Körnerová**

## KOPŘIVA DVOUDOMMÁ

### Vzhled rostliny

Na listech má takové malé chloupky.

Listy jsou zelené ve tvaru srdce.

Květy jsou malé a zelené kuličky.



### Roste:

Roste téměř všude.

Převážně na kyprých humusních půdách,

v křovinách, na rumišťích.

### Sběr:

Sbíráme listy nebo nať bez zdřevěnělé spodní části.

Během června a října.

### Účinky:

Astma, chřipka, cukrovka, lupy, průjem, kopřivka, rány,...



Autorka: Patricie Desnicová

## LEVANDULE LÉKAŘSKÁ

(*Lavandula angustifolia*)

### Vzhled rostliny:

Květy jsou souměrné, 4,5-7 mm dlouhé, fialové. Levandule je silně vonná, ale její vůně se hodně podobá heřmánku. Je to vytrvalý polokeř.



### Roste:

Levandule lékařská se nejčastěji vyskytuje na vysluněných svazích, loukách, ale i na zahradě. Původně se vyskytovala v západním Středozeří, ale rozšířila se po celém Středozeří. Tradičně se pěstuje v jihovýchodní Francii. Pěstuje se však i v jiných částech Evropy...

### Sběr:

Levandulový květ- stonek se sbírá v červnu – srpnu a to ještě před rozvinutím květů. Sbírá se výhradně za suchého počasí. Po usušení se květy z natí strhávají buďto ručně nebo se odrolí přes síto a poté se zbaví cizích příměsí.

### Účinky:

Největší význam má jako tradiční léčivá a aromatická bylina. Může být i droga. Levandule je vhodná k vnějšímu i k vnitřnímu použití.

**Autor: Karolína Hladilová**

## LIBEČEK LÉKAŘSKÝ

### **Vzhled rostliny:**

Je vysoká 100-200 cm.

Má řapíkaté listy.

Kvete v červenci až do srpna.

### **Kde roste:**

Roste doma na zahradě.

### **Sběr:**

Sbírají se listy se stonkem.

### **Účinky:**

Používá se jako koření.

Je dobrý na trávení.

Zlepšuje krevní oběh.



**Autor: Pavel Raab**



## MÁTA PEPRNÁ

### Vzhled rostliny:

Máta peprná roste jako keř. Doroste asi 60 až 80 cm.

### Roste:

Roste v příkopech a na březích. Může se pěstovat i na zahradách.

### Sběr:

Listy před rozkvětem. Nať s mladými kvetoucími vršky.

Sbíráme od června až do září.

### Účinky:

Chuť palčivě kořenou.

Zápach zvláštní větrný.

**Autor: Vítek Křepelka**



## MATEŘIDOUŠKA OBECNÁ



### **Vzhled rostliny:**

Tato rostlina dorůstá až do výšky 30cm. Má dlouhý dřevnatý stonek. Její květy mají fialovo růžovou barvu. Mateřídouška má úzké kořínky.

### **Roste:**

Na mezích nebo v okolí obydlí. Nejčastěji ji najdeme mezi kameny. Potřebuje hodně světla a i tepla.

### **Sběr:**

Sbírá se za slunečných dnů. U kořínků u květu nebo se z ní sbírají lístky. Po utržení můžeme rostlinku usušit pro aromatické nebo léčivé účinky.

### **Účinky:**

Mateřídouška má účinky proti malomocenství, obrně, onemocnění nervů a astmatu. Je to velice důležitá bylina. Když si po ránu dáte místo šálku kávy čaj s mateřídoušky pocítíte příjemný pocit.



**Autorka: Natálie Smejkalová**

## OSTRUŽINÍK KŘOVITÝ

### Vzhled rostliny:

Je to keřovitá rostlina, keře jsou ostnaté a má plody, které jsou jedlé. Plody jsou červeného vzhledu, až dozrají, mají černočervenou barvu. Mají malé pečičky.

### Roste:

Roste v lesích a pěstuje se na zahrádce. Roste u cest i podél břehů.

### Sběr:

Sbírají se od srpna do října a sklízí se plody černé barvy

### Účinky:

Listy se používají na zanícené rány a trochu krvavé. Plody mají hodně vitamínů A i C.



**Autor: Jana Brodmannová**

## ROZMARÝNA LÉKAŘSKÁ

### Vzhled rostliny:

Je to stále zelený a pořád vonící keř. Dorůstá až 2 metry. Listy jsou úzké. Na pozdním jaru a v raném létě na rozmarýnu rostou světle modro fialové květy.

### Roste:

Roste v Chorvatsku. Je keřovitého vzrůstu. Roste na slunných místech v půdě na vápníku. Můžeme ho pěstovat i doma, v květináči nebo ve fóliovníku.

### Sběr:

Sbírají se za vhodného počasí. Používají se jen lístky.



shutterstock · 126412418

### Využití:

Jako koření se využívají čerstvé i sušené listy, mohou být drcené, celé nebo klidně i mleté.

**Autor: Riley Zuzana Körnerová**

## ŠALVĚJ LÉKAŘSKÁ

### Vzhled rostliny:

Dorůstá do půl metru.

Listy jsou podlouhlé vejčité a jemně vroubkované.

Listy jsou dlouhé 2-8cm,1-4cm.Vytváří polokeř.

### Roste:

Ve volné přírodě roste ve středoze­mské jižní Evropě.

### Sběr:

Sbírají se listy, suší se a dávají se do omáček.

### Účinky:

Léčí kožní choroby.

Úrodě hroznů dá unikátní chuť.



Autor: Jakub Buksa

## Autoři

Adéla Mazuchová

Adriana Körnerová

Patricie Desnicová

Karolína Hladilová

Pavel Raab

Vítek Křepelka

Natálie Smejkalová

Jana Brodmanová

Riley Zuzana Körnerová

Jakub Buksa

## Zdroje

1. Vermeulen, Nico: Encyklopedie bylin a koření, REBO PRODUKTIONS, 2004
2. Deyl, Miloš, Hísek, Květoslav: Naše květiny (1. díl), Albatros Praha, 1973
3. Dr. Pilát, Albert, Ušák, Otto: Kapesní atlas rostlin, SPN, 1958
4. Brtnová, Šárka, Kvasničková, Danuše: Rostliny naší přírody – atlas rostlin, BLUG, 1998
5. google.com
6. Wikipedie.cz