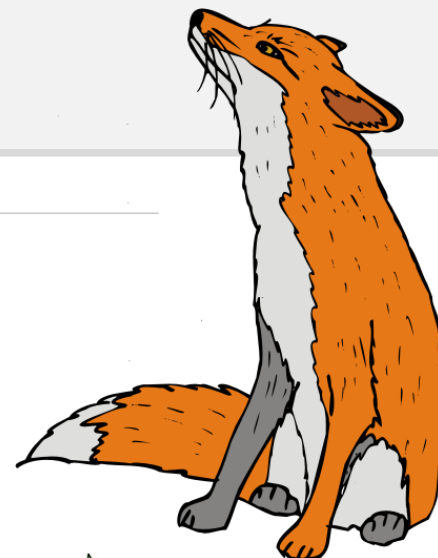


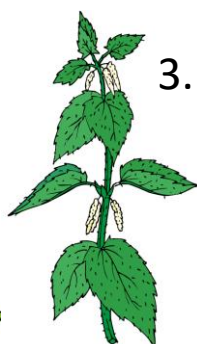
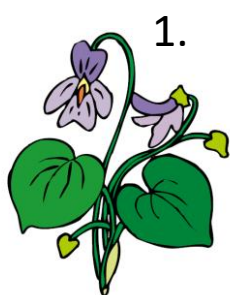
# Úkoly lišky Bystroušky

## V. díl: Jarní bylinky



### Úkol č. 1: Jarní lékárna otevřena (max. 6 bodů)

Venku krásné svítí sluníčko a vytahuje ze země léčivé bylinky. Teď už stačí jen vyrazit do přírodní lékárny a bylinky si nasbírat. Poznáte je ale? Víte, jak nám mohou pomoci? Prohlédněte si bylinky na obrázcích níže. Ke každé přiřpte její jméno a vyberte, jaké má účinky.



Sedmikráska chudobka

Pampeliška lékařská

Kopřiva dvoudomá

Podběl lékařský

Violka vonná

Plicník lékařský

**a)** Tiší kašel, pomáhá vykašlávat, tiší bolesti hlavy, pomáhá při čistění organismu a krve, podporuje čůrání.

**b)** Pomáhá proti bolesti, horečce, zánětům a nachlazení.

**c)** Pomáhá při zápalu plic a pomáhá je čistit, tiší kašel, zvyšuje srážlivost krve.

**d)** Bojuje proti únavě, pomáhá proti vyrážkám, pomáhá trávení, podporuje pocení, a prý pomáhá i u některých druhů rakoviny.

**e)** Pomáhá při chudokrevnosti, zlepšuje cukrovku, je močopudná (chodí se po ní čurat), pomáhá při trávení a proti únavě. Také posiluje imunitu.

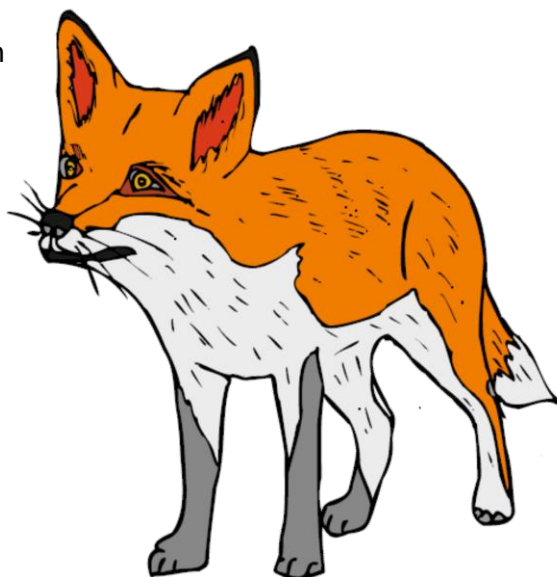
**f)** Pomáhá při kašli, chrapotu, zánětu průdušek, astmatu ale také třeba při bolestech ucha.

## Úkol č. 2: Léčivý čaj (max. 6 bodů)

Léčivé čaje si můžeme vařit z čerstvých nebo sušených bylinek. Čerstvé bylinky si v případě potřeby natrháme venku a hned použijeme. Sušené bylinky se nám hodí hlavně na podzim a v zimě, kdy si pro léčivou sílu bylinek nemůžeme vyrazit na zahrádku či do lesa.

Projděte se po venku a nasbírejte si bylinky na čaj. Také si nějaké bylinky nasušte do zásoby. Bylinky sbírejte na místech, o kterých víte, že zde nemohou být nějak znečištěné (třeba počúrané). Také sbírejte pouze ty bylinky, které bezpečně poznáte. Bylinky nesušte na přímém slunci. Usušené bylinky pak schovejte v uzavíratelné nádobě na suchém a tmném místě.

Vášim úkolem je uvařit si čaj, a ten nám vyfotit. Také nám k němu napište, jaké bylinky jste použili, a proti čemu váš čaj pomáhá. Bylinky si také nasušte do zásoby a vyfoťte nám připravenou sušenou směs na zimu.



*Při určování ti mohou pomoci knihy, ale i internet.*

## Úkol č. 3: Vitamínový květináč (max. 4 body)

Každý nemá možnost pěstovat si bylinky na zahrádce. Navíc takto brzy na jaře toho venku ještě mnoho pěstovat nemůžeme. Proč se tedy nepustit do pěstování nejen bylinek na parapetu okna. Pojdme si spolu vytvořit vitamínový květináč, ze kterého si můžete pak brát jeho zelené části na ozdobení a vylepšení své svačinky.

**Pomůcky:** květináč s podmiskou, hlína, semínka řeřichy, kopru a pažitky, 3 stroužky česneku, 3 malé cibulky (sazečky).

### Postup:

- 1) Květináč naplňte hlínou až těsně pod okraj.
- 2) Do hlíny zamáčkněte na různá místa 3 cibulky a 3 stroužky česneku kořínky dolů. Myslete na to, aby měli kolem sebe dostatek místa.
- 3) Na povrch květináče rovnoměrně nasypete trochu semínek kopru a semínek pažitky.
- 4) Semínka trochu zasypte hlínou a rukou zamáčkněte.
- 5) Nakonec na povrch nasypejte semínka řeřichy.
- 6) Květináček dejte na podmisku a na parapet, kde je dost sluníčka.
- 7) Nezapomeňte semínka pravidelně zalévat vodou. Stačí trochu, ale častěji.
- 8) Až vám budou rostlinky postupně růst, můžete je začít sklízet na své svačinky.

Hotový květináč s rostlinkami nám vyfoťte. Květináč si také můžete před naplněním pokreslit barvami, aby byl veselý.



## Úkol č. 4: Bylinkové pexeso (max. 4 body)

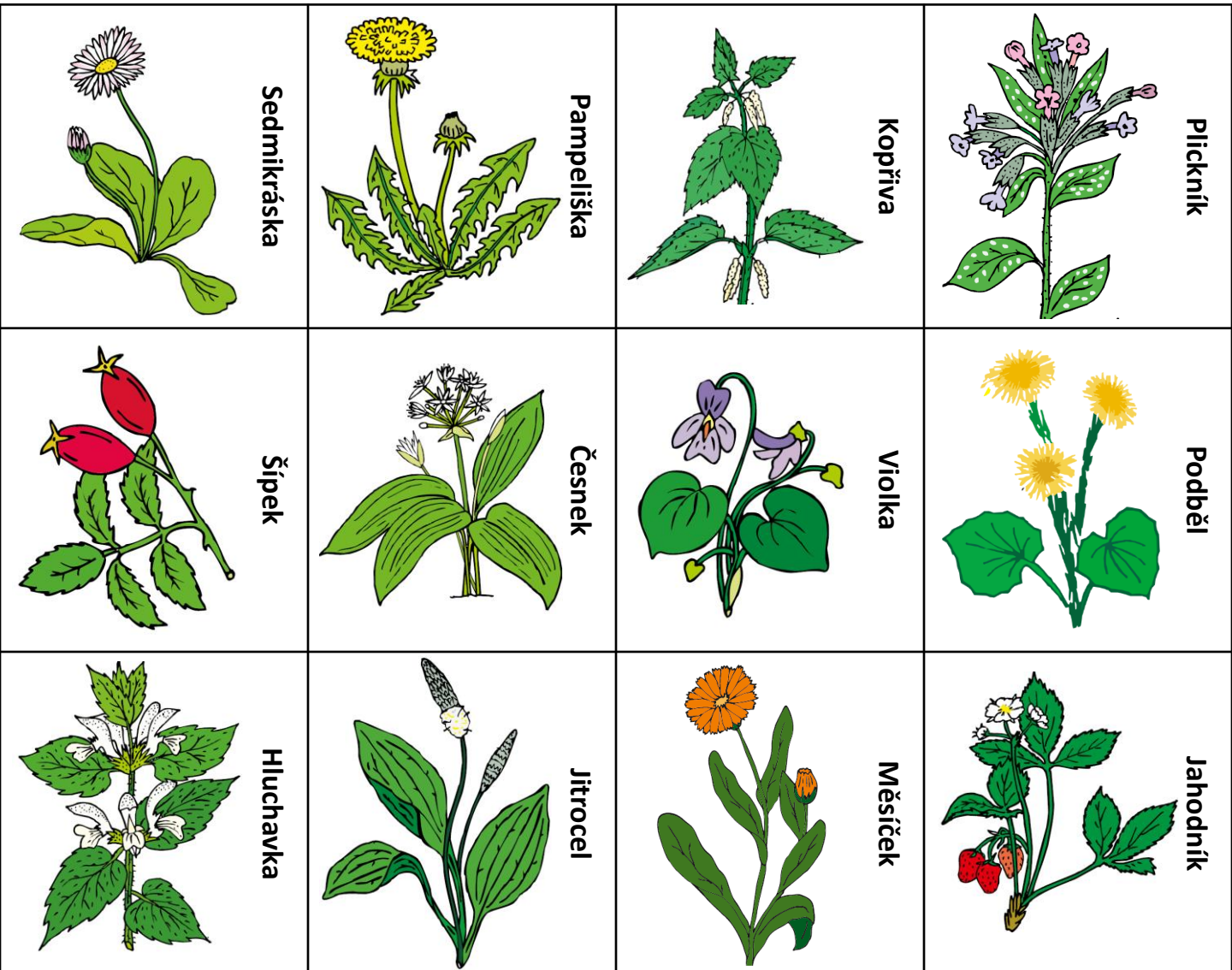
Jak se jenom ty bylinky naučit poznávat. Máme tady pro vás jednu hru. Pexeso. Ale musíte si ho první vyrobit. Pak si pexeso můžete zahrát s kamarády, sourozenci nebo rodiči.

**Pomůcky:** tvrdý bílý papír A4, pravítko, tužka, nůžky, pastelky, lepidlo, vytisknuté obrázky

### Postup:

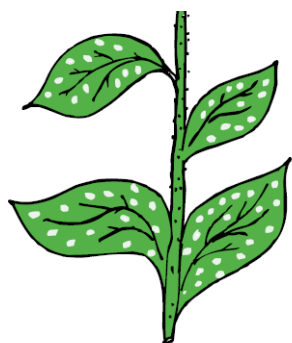
- 1) Papír si pomocí pravítka rozdělíte na 24 dílků (4 x 6). Pokud nevíte jak, poproste rodiče, aby vám pomohli.
- 2) Papír rozstříhejte na jednotlivé dílky.
- 3) Na dvanáct dílků si nalepte vystřižené bylinky, které jsme pro vás připravili na této stránce. Můžete si i připsat jejich jméno.
- 4) Ke každému dílku s nalepenou bylinkou si domalujte druhý dílek se stejnou bylinkou.
- 5) Jakmile máte hotovo, můžete začít hrát pexeso.

Vyfoťte nám hotové pexeso. Případně se můžete vyfotit i při hře.



## Úkol č. 5: Jak kvetou? (max. 3 body)

Tento úkol je velmi jednoduchý. Vystříhněte si jednotlivé obrázky květů a přilepte je ke správné bylince. Pod bylinku pak udělejte do rámečku tolik teček, kolik má bylinka květů. Dokážete tečky spočítat?



Plicník



Šalvěj



Divizna



Bršlice

