

# Léčivé rostliny

Mgr. Iveta Vališková

Lidé využívali již od nepaměti a dodnes jsou nedílnou součástí při léčbě některých nemocí.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

# Řebříček obecný

**ŘEBŘÍČEK OBECNÝ** – Čaj na bolesti břicha, nevolnosti, onemocnění ledvin, jater, žaludku. Používá se i k sedacím koupelím.



# Kopřiva dvoudomá

**KOPŘIVA DVOUDOMÁ**- Čaj čistí krev, pomáhá s krvetvorbou, léčí záněty močových cest, pomáhá při úbytku železa v krvi. Koupele posilují vlasy.



# Hluchavka bílá

**HLUCHAVKA BÍLÁ** – Její květ se používá na čaj při onemocnění dýchacích cest. Také má zklidňující a protizánětlivé účinky. Celá nať je někdy používána do koupelí.



# Máta peprná

**MÁTA PEPRNÁ** – Čaj zlepšuje trávení, uvolňuje křeče žaludku, zvyšuje tělesnou kondici, vyrovnává krevní tlak. Mentolově voní.



# Měsíček lékařský

**MĚSÍČEK LÉKAŘSKÝ** se nejvíce využívá do mastí a koupelí na hojení jizev a kožní nemoci. Někdy se z něj vaří i čaj na čištění krve, ale ten je vhodnější spíš pro dospělé.



# Jitrocel kopinatý

## JITROCEL KOPINATÝ –

Čaj nebo nálev se používá proti kašli, stejně jako sladký sirup, listy se mohou přikládat i pro zlepšení hojení ran.



# Pelyněk černobýl

**PELYNĚK ČERNOBÝL –**  
Čaj pomáhá při  
poškozeném žaludku,  
při střevních  
chorobách, posiluje při  
chřipce, ale může se  
používat jen méně  
často.



# Šalvěj lékařská

**ŠALVĚJ LÉKAŘSKÁ** – Čaj pomáhá při nemocích jater, odstraňuje nadýmání, čistí krev, pomáhá při bolestech v krku, zubů, při chrapotu.



# Vlaštovičník větší

**VLAŠTOVIČNÍK VĚTŠÍ** – Nálev se užívá při čištění jater a krve.  
Šťáva se používá na potírání bradavic.



# Dobromysl obecná

**DOBROMYSL OBECNÁ** – Čaj pomáhá proti kašli, zlepšuje krevní oběh, uklidňuje, zlepšuje náladu, uvolňuje křeče.



# Meduňka lékařská

**MEDUŇKA LÉKAŘSKÁ** – Čaj pomáhá na uklidnění, proti nespavosti, při onemocněních horních cest dýchacích, uvolňuje křeče, uvolňuje celý organismus.



# Léčivé rostliny

III/2 Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT

- **Škola:** ZŠ a MŠ, Dětenice, okres Jičín
- **Číslo projektu:** CZ.1.07/1.4.00/21.3770
- **Autor:** Mgr. Iveta Vališková
- **Obrázky, fotografie:** Mgr. Iveta Vališková



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

# Anotace

- **Cíle:** Materiál je určen pro základní seznámení s učivem o léčivých bylinách pro žáky 1. stupně ZŠ. (3., 4. a 5. ročník ZŠ, Člověk a jeho svět, Přírodověda)
- **Formát, velikost:** prezentace Microsoft Office PowerPoint, 7,05 MB
- **Metodické doporučení :** Materiál dětem představuje základní informace o léčivých rostlinách. Děti sledují prezentaci – u každé informace posoudí, jak moc je pro ně nová, případně kde se s ní už setkaly. Pak text čtou nahlas. Společně s vyučujícím vyberou body, které jsou pro ně nové, a vypíší si je do sešitu. Pak si zahrají hru Léčivé rostliny a na závěr vypracují pracovní list.

# Pracovní list:

- Pracovní list léčivé rostliny
- Zkus doplnit názvy bylin, pokud si na ně ani s nápovědou nevzpomeneš, jdi a slož si znovu obrázky s textem:
- \_\_\_\_\_ - čaj zlepšuje trávení, uvolňuje křeče žaludku, zvyšuje tělesnou kondici, vyrovnává krevní tlak. Mentolově voní.
- \_\_\_\_\_ - čaj pomáhá při nadýmání, průjmu, bolestech břicha, horečce. Jako teplý obklad se používá při bolestech zubů, uší,... Na vyrážky či rány se používá v podobě omývání a koupelí.
- \_\_\_\_\_ - čaj nebo nálev se používá proti kašli, stejně jako sladký sirup, listy se mohou přikládat i pro zlepšení hojení ran.
- \_\_\_\_\_ čaj čistí krev, pomáhá s krvetvorbou, léčí záněty močových cest, pomáhá při úbytku železa v krvi. Koupele posilují vlasy.
- \_\_\_\_\_ čaj pomáhá při nemocích jater, odstraňuje nadýmání, čistí krev, pomáhá při bolestech v krku, zubů, při chrapotu.
- Nápověda: 1) jaiataraoacaeala, 2) atám, 3) vapřiko 4) haoeaořaomaoáaonaoeaokao, 5) šlapě
- Na druhou stranu napiš do šálků názvy rostlin, která pomohou na uvedené nemoci: