

LIEČIVÉ BYLINKY A BYLINKOVÉ ČAJE V

II.D TRIEDE

Zážitkové učenie prírodovedy pokračuje !

Ešte pred 200 rokmi sa ľudia liečili iba prostriedkami z prírody.

Vedeli to starí obyvatelia Číny, ale aj naše staré mamy.

Dnes sme sa to chceli naučiť aj my !

Pozvali sme si na návštevu pani lektorku. Porozprávala nám o bylinkách, ktoré liečia a človeku pomáhajú pri rôznych zdravotných problémoch.

Vypočuli sme si starú čínsku legendu o pôvode a tradícii čaju, vypracovali sme pracovný list a splnili ďalšie zaujímavé aktivity. Hodnotenie byliniek podľa vône nebolo ľahké. Ochutnali sme bylinkové a ovocné čaje, porovnali sme ich farbu a vôňu . Mali sme snahu zapamätať si čo najviac !

A ktorý bylinkový čaj si dnes pripravíte Vy ?

Šalvia si poradí so zápalmi v hrdle. Lipový čaj je vhodný pre dobrý spánok. Harmančekový čaj je proti únave, na pokojný spánok a opuchnuté oči. Medovka vás upokojí . Žihľavový čaj prečistí telo. Ostružina pomáha tráveniu. Mäťový čaj je vhodný na kašeľ. Pamajorán ukludní. Skorocel hojí rany. Púpava vylučuje vodu z tela. Rozmarín vás povzbudí. Šípky pôsobia proti nachladnutiu. Repík bojuje so zápalmi.

Veľa zdravia !