



SODELUJMO Z NARAVO

Sandra Rusec Belaj

OŠ Ljubo Šercer, Kočevje

Leskovec pri Krškem, 25. maj 2024



UVOD



- Šola s prilagojenim programom z nižjim izobrazbenim standardom in posebni program vzgoje in izobraževanja
- Praktično delo
- Znanje in veselje do dela
- Vsakoletne zadolžitve učencev za različna dela (skrb za ptice, šolski vrt, kompostnik, naravna škropiva itd.)

THYMUS **SERPILLUM**
HATERINA **BALSAM**

OPIS: V obliki polgma zraste do 50 cm visoko. Ima olesenela, ležeča ali pokončna dlakasta stebila. Listi so majhni, ozki, dlakavimi ter sivozelenimi. Majhni cvetovi so pecljati in rožnati. Timijan ima aromatičen, limoni podoben vonj in grenak okus.

LEGA IN ČAS POBIRANJA:
Nabiramo le cvetove od sredine maja do sredine septembra, najbolje junja. Nabiramo v višini 5 cm nad zemljo, brez olesenega dela stebel. Prvo leto ga porežemo le enkrat, pozneje pa lahko že dvakrat.

Sušimo ga v suhem prostoru ali v sušilniku za želišča na temperaturi, ki ne presega 40 stopinj.

OPIS: Je začimbna rastlina trajnica. Je naravnata vrsta užitnih čebul in izvira iz Evrope, Azije ter Severne Amerike. Drobniak se kot začimba uporablja v številnih gospodarskih. Lahko je gojen na vrtovih.

V kuhinjske namene ga lahko v naslednji obliki uporabljamo za začinjanje rib, krompirja, jajc in omak. Zdravilni izvleči lastnosti je zelo uporaben tudi za odganjanje insektov z vrtov.

ZDRAVILNA MOČ:
Vitamin C pa ni edini vitamin, ki se skriva v drobnjaku. Tudi vitamin B12 je v njem. Vitamin B12 je zelo pomemben vitamin, saj služi za tvorbo krvi in pravilno delovanje živčnega sistema, nastajanje celic in še in še. Drobniak pa vsebuje tudi zelo veliko vitamina A (karoten). Je predvsem zato pomemben vitamin za naš vid. Vsebuje še tudi železo.

Vsi kot odlično splošno prebavo, med drugim odstranjuje črevesne zajedavce in tudi človeku daje veselje. In se je v črevesju nabirala sluz. Tako pomaga pri odganjanju sluzi in lezja, tudi pa tudi sluzi v nosu.

Drobniak popolnoma uprta naša imunski sistem, saj nam ga pomaga krepiti. Pomaga pa naj bi tudi zoper sponkadensko utrujenost in hudi. Lohi pred prehladom, obolenjem (prehladom zaradi kombinacije sezona in vitaminov).

OPIS: Je nizek večletni polgrom. Stebelca so štiriostrana, na zgornjem delu gosto dlakava in spodaj, sili tih, olesenela. Njegovi listi so zelenkasto-sive barve, in so podolgovati. Njegovi cvetovi so vijolično-modri. Ima prijeten in aromatičen vonj.

LEGA IN ČAS POBIRANJA:
Rad ima sončne lege in suha tla. Cveti junija do julija.

ZDRAVILNA MOČ:
V zdravilne namene se uporabljajo listi žajbela, ki jih nabiramo mlade. Listi nam koristijo tako sveži, kot posušeni v obliki čaja, poparkov ali kot surovina za izdelavo eteričnega olja in glikolčnih izvlečkov. Pomaga pri prebavnih težavah, znižuje raven sladkorja v krvi. Pomaga pri težavah s dihalni, pomaga astmatične napade.

OPIS: Je med 60 in 100 cm visoka rastlina. Steblo je pokončno, močno razvejano, blago dlakavo ali gola. Listi so ovalni, široke in nazobčani. Cvet je značilno brskave barve z do 3 cm dolgimi listi.

LEGA: Rastlina najbolje raste na vlažnih, obdelanih tleh in sončnih ali polsenčnih legah.

ČAS POBIRANJA: Cveti od julija do oktobra.

ZDRAVILNA MOČ: Pripravki iz korenine škatlonega ameriškega slamnika se v tradicionalni ljudski medicini najpogosteje uporabljajo za preprečevanje in zdravljenje prehladnih obolenj. Najbolj delovne del rastline (zel) se uporablja v obliki mazil za nego mraznih ran.

NAJ MED!

AMERIŠKI SLAMNIK

HERMELIKA

SIVKA

TIMIJAN

MEDOVITE RASTLINE NA ŠOLSLEM VRTU

ŽAJBELJ

POPROVA META

AMERIŠKI SLAMNIK

DROBNJAK

UPORABA ŽELIŠČ

OGNJIČEV O MAZILO

OGNJIČEVO MAZILO SESTAVINE:

Pest ognjičevih cvetov
35g čebeljega voska
150g olivnega olja

POSTPEK:

OLIVNO OLJE SEGREJENO

- ~ dodamo cvetove, da zacvrči
- ~ dodamo čebelji vosk
- ~ pustimo čez noč
- naslednji dan ponovno segrejemo in napolnimo lončke.



ŽAJBELJ - ZANIMIVOSTI

- Grgranje žajblja pri vnetih procesih v ustni votlini in grlu poznamo praktično vsi. Deluje kot stimulans, blago odvajalo, deluje protivnetno, protimikrobno, poleg tega pa tudi spodbuja tek.
- Žajbljev čaj zdravi vnetja dlesni, ustne votline in žrela, pomirja, omejuje potenje in ugodno vpliva na želodec in črevesje. Eterično olje razkužuje in lajša krče, čreslovina povečuje učinek proti driskam.
- Odlično deluje tudi na ženske genitalije, saj krepi maternico in ureja menstruacijo.
- Že v 16. stoletju je bila znana angleška navada pitja čaja ob petih popoldan, vendar so pili predvsem žajbljev čaj!
- Uživanje žajblja naj bi bolnikom z Alzheimerjevo boleznijo pomagalo pri izboljševanju zmožnosti pomnjenja in procesiranja informacij.
- Žajbelj naj bi pomagal tudi bolnikom s sladkorno boleznijo.



OSVEŽILEC ZRAKA



IZDELAVA SPOMINA

 **MEDOVITE RASTLINE** NAMIZNA IGRA

Navodila:

1. Spoznaj medovite rastline :
2. Preglej slike spomina in poišči ustrezen napis
3. Sedaj pa gre zares!
4. Igro spomin zagotovo poznaš.
5. Sedaj tudi veš, katere rastline pomagajo čebelicam do boljše paše!
6. Zasadi kakšno na domačem vrtu.

Izdelava učnega lista
fotografije medovitih rastlin
priročnik rastlin potrebuješ: _____



1. malo dobro volje.
2. poznavanje medovitih rastlin.
3. malce sreče in prijatelja za igro.

Izdelava šatulje: _____
les, barva, pirograf, lepilo, žaga, smirkov
papir

Izdelava igralnih kart
fotografije čebel
fotografije medovitih rastlin
smirkov papir
pirograf



PRIDELKI NA VRTU

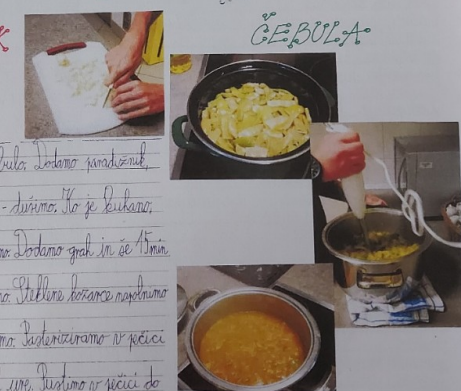
OMAKE

Zelenjavna omaka




PAPRIKA STROČJI FIŽOL

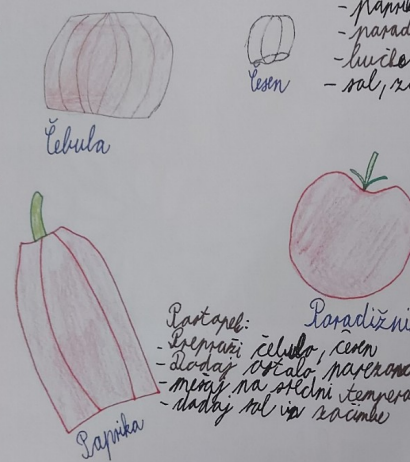
PARADIŽNIK ČEBULA



Na dlju poravnano čebulo, dobro paradižnik, stročji fižol in papriko - dušimo. To je kuhano, poravnano in grobo spajamo. Dodamo gnet in se 10min kuhamo. Potovno spajamo. Škrlino krompir naplavimo iz omake in celotno razprijemo. Sestavimo v pečici na 150°C približno pol ure. Sustimo v pečici do nekoliko večje drobe, da se ohladi. Zelenjavno omako lahko uporabimo tudi kot namaz, npr. palačo.



Zelenjavna omaka



Čebula

Paprika


Štraj

Lol

Lešavine:
- čebula
- česen
- paprika
- paradižnik
- hruščice
- sol, začimbe

Paradižnik
- krompir, čebula, česen
- dodaj ostalo, narezano, zelenjavno
- mešaj na stekni temperaturi
- dodaj sol in začimbe

Bučke
Konserviranje:
- vroča omaka shrani v konzerve, pokrij
- ohlajeno omako zamrzni v posodah




• JEDAČA IN PIJAČA (napitki, mezga, namaz)

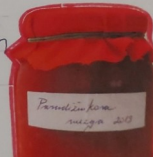


PARADIŽNIKOVA MEZGA

Na vrtu pobereemo zrele paradižnike.
Skuhamo cele paradižnike - do vretja.
Ko se ohladijo jih olupimo.
Olupljene paradižnike kuhamo do mehkega.
Dodamo sol in svežo baziliko.



Vse skupaj spakiramo.
Napolnimo steklene lončke in jih dobro
zapremo.
Steriliziramo v pečici = 150°C, 45 min.



LESENI IZDELKI

- KOSI NA VRTU
- HOTEL ZA ŽUŽELKE
- OZNAČEVALCI ZA VRTNINE





HVALA ZA POZORNOST