

## Seminární práce

### ZAJÍMAVÁ POMŮCKA (pampeliška lékařská)

do předmětu MSBP/BK\_PPS Praktikum k poznávání přírody a společnosti

UČO: 425334

jméno: Iveta Uhrová

akademický rok 2013/2014

---

#### 1) Název a fotografie pomůcky:

Pampeliška lékařská



#### 2) Definice pojmu označujícího pomůcku:

Pampeliška je vytrvalá plevelná bylina vysoká 5–40 cm. Pampeliška kvete od časného jara až do podzimu, ale největší množství květů vytváří na počátku května. Plodem jsou nažky s bílým padáčkovitým chmýřím, díky kterému se semena velmi snadno šíří větrem na velké vzdálenosti. Celá rostlina je prostoupená mléčnicemi, které při utržení roní bílou hořkou šťávu – latex, zanechávající po zaschnutí na kůži tmavé skvrny. Před deštěm, při chladu a na noc se květy pampelišky zavírají. Je léčivá, zlepšuje trávení, látkovou výměnu, je močopudná, podporuje funkci žlučníku a jater. Pampelišku můžeme znát také pod názvem smetánka.

#### 3) Definice pojmu vhodná pro děti: (při ranním kruhu, formou otázek)

Pampelišek je všude spousta, kde je můžeme například najít? – na travnatých plochách, na polích, v zahradách, parcích, na pastvinách. Pampelišku můžeme vidět od jara do podzimu. Pampeliška je léčivá rostlina a někdo z ní vyrábí například med, salát nebo čaj. Pampelišku můžeme znát také pod názvem smetánka. A víte proč? Smetánka proto, že když jí ulomíte, teče z ní zvláštní bílá tekutina, která vypadá jako mléko a lékařská proto, že má léčivé účinky. Když někomu nefunguje dobře trávení, čaj z pampelišky mu může pomoci. Někteří lidé ale považují pampelišku za plevel. Kde se pampeliška usadí, tam také už zůstane. A to se někomu, kdo má zahrádku, nelíbí. Když pampeliška odkvete, víte, co se stane? Už není žlutá, ale bílá a z jedné pampelišky je jich hned více.

#### 4) Zdůvodnění výběru pomůcky:

Pampelišku jsem si vybrala z důvodu velkého výskytu pampelišky. Děti se s ní setkávají všude. Dětem se hlavně líbí její výrazná žlutá barva. Pampeliška má mnohostranné využití – v pracovních činnostech, výtvarných činnostech, hudebních činnostech ...

#### 5) Popis jednotlivých činností využívajících nebo motivovaných pomůckou:

- 1) Pozorování: Během procházky na pampelišky určitě narazíme: můžeme posilovat radost z objevovaného, probouzet a rozvíjet zájem a zvědavost. Je dobré pozorovat pampelišku pod mikroskopem nebo lupou, z vlastní zkušenosti vím, že to děti velmi baví. Dále můžeme pampelišky fotit a udělat si pak nástěnku ve třídě s podařenými fotografiemi.

Můžeme pozorovat rozkvetlou pampelišku,



uzavřenou pampelišku



a také odkvetlou pampelišku – děti mohou foukat a pozorovat jak letí semena pampelišky (jak silně fouknou, jestli je vítr nebo ne)



## 2) Písnička o pampelišce

### 1.3.3 Písně k hudebně pohybovým činnostem

Některé písničky je možné využít k hudebním nebo pohybovým hrám. Pohybové ztvárnění písničky dává dětem možnost k seberealizaci a k vyjádření hudby pohybem. Písničky umožňují aktivní zapojení dětí a vedou hravou formou k rozvoji hudebnosti.

#### 101. PAM, PAM, PAMPELIŠKY

/d<sup>1</sup> – h<sup>1</sup>/

Pam, pam, pam - pe - li - šky v žlu - tím klo - bou - ku,  
prý si po - se - da - ly rá - no na lou - ku.  
Na - klá - ně - ly k so - bě zla - té hla - vi - nky,  
jsou to ma - lé dě - ti ve - lké ma - mi - nky.

2. Cink, cink, cinkilinky, modré zvonky zas  
k písni konvalinky přidaly svůj hlas.  
Chceme s nimi zpívat v jitra zářivém:  
Pán Bůh stvořil lidi, nebesa i zem.
3. = 1.

Pohybová hra:

- |                        |  |
|------------------------|--|
| „v žlutém klobouku“    | - rukou kreslíme na hlavě klobouk,   |
| „prý si posedaly“      | - dřepneme,  |
| „nakláněly k sobě“     | - nakláníme hlavu do stran,  |
| „jsou to malé děti“    | - stoupneme a rukou spuštěnou dolů podél těla naznačíme výšku malého dítěte, |
| „velké maminky“        | - vzpažíme a stoupneme na špičky,  |
| „cink, cink, ...“      | - zvoníme, jako bychom měli v ruce zvoneček,                                 |
| „chceme s nimi zpívat“ | - upažíme,   |
| „stvořil lidi“         | - ukážeme na sebe,   |
| „nebesa“               | - vzpažíme,  |
| „i zem“                | - dřepneme.  |



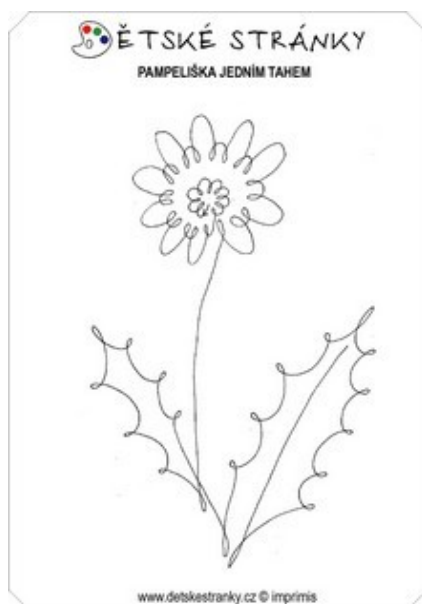
- 3) Spojení výtvarné a pracovní činnosti, kdy si děti nejprve udělají žluté bambulky z vlny, které nalepí na papír a vybarví zbylé části pampelišky a také okolní přírodu.



- 4) Děti se mohou naučit dělat věneček z pampelišek – rozvíjení jemné motoriky, rozvíjení hmatového smyslu



- 5) Pampeliška jedním tahem – děti mohou zkusit nakreslit pampelišku jedním tahem, kde mohou využít tento pracovní list – snažit se nevybočovat, udržet linii, pak si mohou vzít vlastní papír a zkusit to bez této pomůcky.



6) Použitá literatura a informační zdroje:

<http://www.bylinky.eu/maly-zazrak-jmenem-pampeliska.html>

<http://www.kvetenacr.cz/detail.asp?IDdetail=132>

<http://www.lecivapriroda.cz/herbar/pampeliska-lekarska/>

<http://www.audina.cz/category/prace-s-detmi/podle-obdobi/jaro/page/2/>

[http://www.detskestranky.cz/clanek/2245-pampeliska\\_jednim\\_tahem.htm](http://www.detskestranky.cz/clanek/2245-pampeliska_jednim_tahem.htm)

<http://ceskebudejovice.casd.cz/pam-pam-pampelisky/>