



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Šalvěj lékařská

VY_52_INOVACE_92

Vzdělávací oblast: člověk a příroda

Vzdělávací obor (předmět): Praktika z přírodopisu

Ročník: 6., 7.

Šalvěj lékařská – Salvia officinális L.

Hluchavkovité (Lamiaceae)

Charakteristika – rozvětvený polokeř vysoký až 1 m, příjemně vonící.

Stonky jsou čtyřhranné, nafialovělé, obvykle chlupaté, v dolní části zdřevnatělé.

Listy vejčité až kopinaté, 5 – 10 cm dlouhé, řapíkaté, nazelenalé až stříbřité, se svraskalým povrchem.

Květy jsou uspořádány v řídkých lichopřeslenech, oboupohlavné květy mají modrofialové dvoupyské koruny, dvě tyčinky, čímž se liší od ostatních druhů čeledě hluchavkovitých.

Plody jsou čtyři vejčité, hladké a tmavé tvrdky.

Výskyt na výslunných svazích a skalách, skalních mořích a sutích.

Pěstování - několik poddruhů na zahrádkách na teplých a slunných místech, ze semen nebo dělením trsů. Zplaňuje jen zřídka.

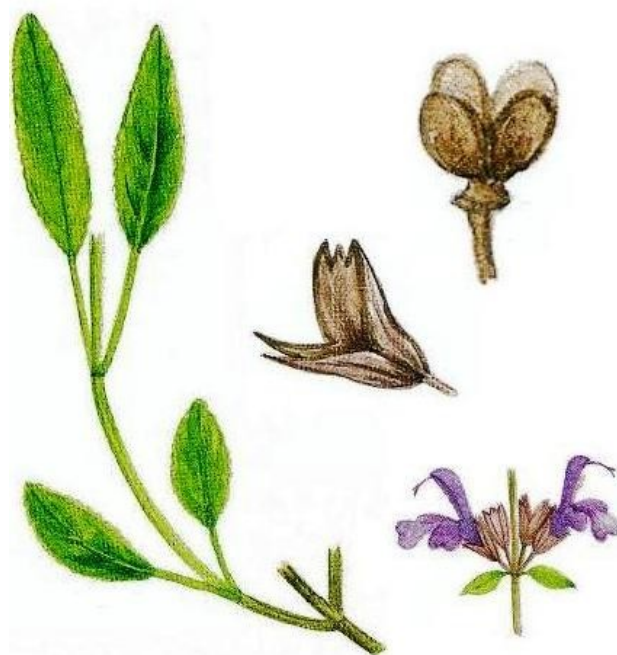
Rozšíření - rostlina pochází ze Středomoří, ve střední Evropě rozšířena již v 9. století jako léčivka a koření.

Účinné látky – silice obsahující tujony, salviol, cineol, dále trísloviny, hodně flavonoidů, oxyterpenové kyseliny, látky s antibiotickým a estrogením účinkem.

Sběr listy i celé vrcholky rostlin krátce před kvetením.

Využití - při snižování vylučování potu, působí protizánětlivě, bakteriocidně a mírně močopudně. V medicíně se využívá při nemocech trávicí soustavy, žlučníku, horních cest dýchacích, zmírnění nočního pocení v pubertě, klimakteriu a onemocnění plic, dále k dezinfekci ústní dutiny při trhání zubů, na obklady špatně hojících se ran, případně k utlumení tvorby mléka po odstavení dítěte.

Poznámky - známá jako léčivá rostlina od starověku. Již v roce 802 císař Karel Veliký nařídil pěstování šalvěje v zahradách jako léčivku. Není vhodná pro děti a kojící ženy.



Pracovní list k praktické výuce v arboretu

- léčivé rostliny

1) Poznej (využij poznatky z informačních tabulí v arboretu):



.....



.....



.....

2) Doplň (využij poznatky z informačních tabulí v arboretu):

a) má stonky čtyřhranné, nafialovělé, obvykle chlupaté a v dolní části zdřevnatělé, listy jsou vejčité až kopinaté

b)..... má stonky z plazivého, bohatě rozvětveného oddenku vyrůstá větší množství čtyřhranných stonků

3) Přiřaď a barevně propoj využití bylin - využij poznatky z informačních tabulí v arboretu.

máta peprná	využívá se v medicíně a lidovém lékařství se využívá účinek silice a ostatních léčivých látek na uklidnění nervové soustavy, při vyčerpání, nespavosti, bolestech hlavy, bolestivé menstruaci
kopřiva dvoudomá	využívá se se např. při poruchách trávení, ledvinových kamenech, zánětu sliznice střev, jako prevence při chřipce. V lidovém léčitelství se čerstvé plody doporučují např. proti skleróze a vysokému tlaku
jahodník lékařský	při snižování vylučování potu, působí protizánětlivě, bakteriocidně a mírně močopudně, na obklady špatně hojících se ran, případně k utlumení tvorby mléka po odstavení dítěte
meduňka lékařská	při onemocnění močových cest, dýchacích cest, k povzbuzení látkové výměny, zevně na popáleniny, vředy, proleženiny, ekzémy, vyrážky. Chlorofyl má protizánětlivé a dezinfekční účinky, v kosmetických přípravcích odstraňuje nepříjemné pachy a pocení
šalvěj lékařská	obsahuje 1-2% silice, využívá se jako mentol, má výrazně antiseptické účinky

Pracovní list k praktické výuce v arboretu

- léčivé rostliny

1) Poznej (využij poznatky z informačních tabulí v arboretu):



šalvěj lékařská



máta peprná



řepík lékařský

2) Dopln (využij poznatky z informačních tabulí v arboretu):

a) **Šalvěj lékařská** má stonky čtyřhranné, nafialovělé, obvykle chlupaté a v dolní části zdřevnatělé, listy jsou vejčité až kopinaté.

b) **Kopřiva dvoudomá** má stonky z plazivého, bohatě rozvětveného oddenku vyrůstá větší množství čtyřhranných stonků .

3) Přiřaď a barevně propoj využití bylin - využij poznatky z informačních tabulí v arboretu.

máta peprná

využívá se v medicíně a lidovém lékařství se využívá účinek silice a ostatních léčivých látek na uklidnění nervové soustavy, při vyčerpání, nespavosti, bolestech hlavy, bolestivé menstruaci

kopřiva dvoudomá

využívá se se např. při poruchách trávení, ledvinových kamenech, zánětu sliznice střev, jako prevence při chřipce. V lidovém léčitelství se čerstvé plody doporučují např. proti skleróze a vysokému tlaku

jahodník lékařský

při snižování vylučování potu, působí protizánětlivě, bakteriocidně a mírně močopudně, na obklady špatně hojících se ran, případně k utlumení tvorby mléka po odstavení dítěte

meduňka lékařská

při onemocnění močových cest, dýchacích cest, k povzbuzení látkové výměny, zevně na popáleniny, vředy, proleženiny, ekzémy, vyrážky. Chlorofyl má protizánětlivé a dezinfekční účinky, v kosmetických přípravcích odstraňuje nepříjemné pachy a pocení

šalvěj lékařská

obsahuje 1-2% silice, využívá se jako mentol, má výrazně antiseptické účinky

Kontrolní otázky pro žáka: (šalvěj lékařská)

1) Napiš možné využití šalvěje lékařské:

.....

2) Vyber správnou odpověď a zakroužkuj ji:

Šalvěj lékařská není vhodná bylina pro děti a kojící matky ANO NE

3) Urči správný typ plodu šalvěje lékařské a označ ji:

- a) vejčité tvrdky
- b) soubor bobulek
- c) malé peckovičky

4) Vyber nesprávnou odpověď a podtrhni ji:

Šalvěj lékařská:

- a) zplaňuje velmi často na rumišťích
- b) pěstuje se převážně na zahrádkách

Kontrolní otázky pro žáka – odpovědi: (šalvěj lékařská)

1) Napiš možné využití šalvěje lékařské:

medicína

léčitelství

potravinářství – koření, čaje...

2) Vyber správnou odpověď a zakroužkuj ji:

Šalvěj lékařská není vhodná bylina pro děti a kojící matky

ANO

NE

3) Urči správný typ plodu šalvěje lékařské a označ ji:

a) vejčité tvrdky

b) soubor bobulek

c) malé peckovičky

4) Vyber nesprávnou odpověď a podtrhni ji:

Šalvěj lékařská:

a) zplaňuje velmi často na rumišťích

b) pěstuje se převážně na zahrádkách



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Projekt EU peníze školám Operačního programu Vzdělávání pro konkurenceschopnost

Metodický list

Název materiálu: Šalvěj lékařská

Zdroje: MACKŮ J., KREJČA J., ATLAS LIEČIVÝCH RASTÍN, Vydavatelství Slovenskej akademie vied v Bratislave, 1964
JIRÁSEK V., STARÝ F., SEVERA F., KAPESNÍ ATLAS LÉČIVÝCH ROSTLIN, SPN Praha, n.p., 1998
ERDELSKÁ O., ERDELSKÝ K., KVAČALA m., DUGAS D., KOMÁROVÁ Z., ATLAS LÉČIVÝCH ROSTLIN, Vydavatelství Příroda, s. r. o., Bratislava, 2008

Druh materiálu: Materiál pro praktickou výuku v arboretu.

Anotace: Materiál je určen k praktické výuce v přírodních podmínkách (v arboretu).

Očekávané výstupy: Vztah k přírodě, její ochraně. Využívání teoretických poznatků v praxi, materiál k pracovním listům.

Klíčová slova: Stonek, listy, květy, plod, výskyt, pěstování, rozšíření, účinné látky, využití

Autor: ing. Eva Voborná
ZŠ Žďár nad Sázavou, Palachova 2189/35, příspěvková organizace

Datum: 7.3. 2012

Určeno pro: 6.,7. ročník základní školy

Vzdělávací oblast: Člověk a příroda

Vzdělávací obor: Praktika z přírodopisu

Tematický okruh: Léčivé rostliny