



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Rozmarýn lékařský

VY_52_INOVACE_95

Vzdělávací oblast: člověk a příroda

Vzdělávací obor (předmět): Praktika z přírodopisu

Ročník: 6., 7.

Rozmarýn lékařský – Rosmarinus officinalis L.

Hluchavkovité (Lamiaceae)

Charakteristika – stálezelený aromatický polokeř vysoký 10 – 15 cm, celá rostlina voní jako kafr.

Stonky jsou přímé bohatě větvené s šedou pokožkou.

Listy sedící vstřícně na rozvětvených výhoncích, jsou čárkovité, celokrajné, na lícni straně tmavě zelené, holé a lesklé, na rubu bílé plstnaté. Bývají až 35 mm dlouhé a 3 mm široké.

Květy vyrůstají v řídkých květenstvích z úžlabí listů, jsou pyskaté, modrofialové, někdy bílé.

Plody jsou čtyři hnědé, hladké tvrdky.

Výskyt hojně jako výrazná součást vřdzyzelených křovitých porostů a také v kultuře v oblastech evropského Středozevního moře, na protilehlé části Afriky, také v Portugalsku.

Pěstování – v mnoha státech jako koření, léčivka a symbolická rostlina. U nás se pouze pěstuje, rozmnožuje se semeny nebo vegetativně odřezky, které pozdě na jaře velmi dobře zakořeňují přímo v půdě. Daří se mu v mírně suché půdě s dostatkem humusu, nesnáší příliš slunce, je citlivý na mráz, proto je ho třeba přezimovat ve světlých místnostech při teplotě 5–10 °C.

Účinné látky – silice s více složkami, třísloviny, hořčiny, živice, saponiny a další látky.

Silice má dezinfekční účinek, působí pozitivně na vylučování žaludečních šťáv, žluče a moči. Ve velkých dávkách může vyvolat křeče.

Využití – ve farmacii i lidovém lékařství jako prostředek na zvýšení prokrvení a utišení bolesti, zejména svalové, kloubní a nervové, povzbuzuje nervovou činnost a mírně zvyšuje krevní tlak, usnadňuje trávení, je močopudný a potopudný, při zevním použití čistí pleť, odstraňuje ekzémy, hojí rány.

Poznámky – silice rozmarýnu se hojně využívá ve farmacii, kosmetice a ve voňavkářství.

V domácnostech lze použít části rostlin nebo silici na odpuzování molů. Ve starověku byl rozmarýn považován za symbol lásky, manželství, ale i smrti a věčnosti. Dodnes je oblíbenou ozdobou mládeneckých kloboučků, svatebních kytic a stolů.



Pracovní list k praktické výuce v arboretu

- léčivé rostliny

1) Doplň jména vyobrazených léčivých rostlin – využij poznatky z informačních tabulí v arboretu.



2) Doplň: - využij poznatky z informačních tabulí v arboretu.

a) máta peprná obsahuje 1-2% silice, využívá se jako, má výrazně antiseptické účinky

b) meduňka lékařská se využívá pro účinek silice a ostatních léčivých látek např. na uklidnění nervové soustavy, při vyčerpání, nespavosti, bolestech hlavy, bolestivé menstruaci

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

| | |
|-------------------|---|
| smetanka lékařská | ve farmacii i lidovém lékařství jako prostředek na zvýšení prokrvení a utišení bolesti, zejména svalové, kloubní a nervové, povzbuzuje nervovou činnost a mírně zvyšuje krevní tlak, usnadňuje trávení, je močopudný a potopudný, při zevním použití čistí pleť, odstraňuje ekzémy, hojí rány |
| máta peprná | při snižování vylučování potu, působí protizánětlivě, bakteriocidně a mírně močopudně, na obklady špatně hojících se ran, případně k utlumení tvorby mléka po odstavení dítěte |
| rozmarýn lékařský | v medicíně se používá jako součást čajů při nemocech trávicí soustavy, jater, žlučníku, ledvin, močových cest, cukrovce, avitaminóze |
| šalvěj lékařská | obsahuje 1-2% silice, využívá se jako mentol, má výrazně antiseptické účinky |

Pracovní list k praktické výuce v arboretu

- léčivé rostliny

1) Doplň jména vyobrazených léčivých rostlin – využij poznatky z informačních tabulí v arboretu.



meduňka lékařská



rozmarýn lékařský



jahodník obecný



smetanka lékařská

2) Doplň: - využij poznatky z informačních tabulí v arboretu.

a) máta peprná obsahuje 1-2% silice, využívá se jako **mentol**, má výrazně antiseptické účinky

b) meduňka lékařská se využívá **v medicíně a lidovém lékařství** pro účinek silice a ostatních léčivých látek např. na uklidnění nervové soustavy, při vyčerpání, nespavosti, bolestech hlavy, bolestivé menstruaci

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

smetanka lékařská

ve farmacii i lidovém lékařství jako prostředek na zvýšení prokrvení a utišení bolesti, zejména svalové, kloubní a nervové, povzbuzuje nervovou činnost a mírně zvyšuje krevní tlak, usnadňuje trávení, je močopudný a potopudný, při zevním použití čistí pleť, odstraňuje ekzémy, hojí rány

máta peprná

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

rozmarýn lékařský

v medicíně se používá jako součást čajů při nemocech trávicí soustavy, jater, žlučníku, ledvin, močových cest, cukrovce, avitaminóze

šalvěj lékařská

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

Kontrolní otázky pro žáka: (rozmarýn lékařský)

1) Napiš, kde všude se využívá rozmarýnu lékařského:

.....
.....
.....

2) vyber správnou odpověď a podtrhni ji:

Plodem rozmarýnu je:

- a) bobule
- b) peckovice
- c) tvrdka

3) Zakroužkuj správnou odpověď:

Rozmarýn lékařský je symbolem lásky, manželství, věčnosti i smrti

ANO

NE

4) Zakroužkuj nesprávnou odpověď:

Rozmarýn lékařský je opadavý keř vysoký až 50 cm, vonící po levanduli

ANO

NE

Kontrolní otázky pro žáka – odpovědi: (rozmarýn lékařský)

1) Napiš, kde všude se využívá rozmarýnu lékařského:

lékařství

léčitelství

svatební obřady

kosmetika

voňavkářství

odpuzování molů

2) vyber správnou odpověď a podtrhni ji:

Plodem rozmarýnu je:

a) bobule

b) peckovice

c) tvrdka

3) Zakroužkuj správnou odpověď:

Rozmarýn lékařský je symbolem lásky, manželství, věčnosti i smrti

ANO

NE

4) Zakroužkuj nesprávnou odpověď:

Rozmarýn lékařský je opadavý keř vysoký až 50 cm, vonící po levanduli

ANO

NE



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Projekt EU peníze školám Operačního programu Vzdělávání pro konkurenceschopnost

Metodický list

Název materiálu: Rozmarýn lékařský

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: 21.5. 2012

Určeno pro: 6.,7. ročník základní školy

Vzdělávací oblast: Člověk a příroda

Vzdělávací obor: Praktika z přírodopisu

Tematický okruh: Léčivé rostliny