

Εργαστήριο με θέμα τα Αρωματικά φυτά και Βότανα (3 διδακτικές ώρες – max 25 συμμετέχοντες)

Δραστηριότητες:

1. Γνωριμία

- Υλικά: Αυτοκόλλητα, 2 μαρκαδόρους
- Διαδικασία: Γράφουμε στα αυτοκόλλητα το μικρό όνομα κάθε συμμετέχοντα και το κολλάμε σε άλλον. Με αυτόν τον τρόπο κάθε ένας συστήνει τον άνθρωπο του οποίου το όνομα φέρει «Σας συστήνω τον/την ο/η οποίος/α είναι» και χρησιμοποιεί ένα επίθετο που τον/την περιγράφει με θετικό τρόπο. Απαγορεύονται η λέξη «καλός/ή» και τα σύνθετα της λέξης αυτής καθώς και δεν πρέπει να ακουστεί δυο φορές το ίδιο επίθετο.

2. Υποομάδες – χωρισμός με φυτά

- Υλικά: Εκτυπώσεις, ψαλίδι, σελοτέιπ
- Διαδικασία: Οι εκτυπώσεις κόβονται σε τόσα μέρη όσοι οι συμμετέχοντες και μοιράζονται. Κάθε ένας πρέπει να βρει τα υπόλοιπα μέρη οπότε δημιουργούνται ομαδούλες για κάθε εκτύπωση φυτού. Πρέπει να παρουσιάσουν κάποιες πληροφορίες για το φυτό, αν γίνεται με ευφάνταστο τρόπο όπως μιμική, ζωγραφική, τραγούδι κα.

3. Bingo

- Υλικά: Εκτυπώσεις, μολύβια
- Διαδικασία: Δίνονται οι εκτυπώσεις, πρώτα με τα ονόματα των φυτών και έχουμε κόψει σε λοταρία τις εικόνες κάθε φυτού. Τραβάμε μια εικόνα και σημειώνουν στην εκτύπωσή τους αν έχουν το φυτό. Όποιος κάνει τετράδα και φωνάζει πρώτος BINGO, κερδίζει. Επαναλαμβάνουμε με τις εκτυπώσεις που δεν γράφουν το όνομα του κάθε φυτού. Κανονικά χρειάζεται να υπάρχουν διαφορετικές καρτέλες σε κάθε συμμετέχοντα (διαφορετική σειρά των φυτών) και να περιέχονται και κατά ένα ποσοστό 25% διαφορετικά φυτά στο σύνολο.

4. Παιχνίδι θησαυρού

- Υλικά: Αν τους χωρίσουμε σε 2 ή 4 ομάδες = ανάλογες εκτυπώσεις των γρίφων και οι ταυτότητες φυτών 10 φορές, γλάστρες με τα φυτά
- Διαδικασία: Τοποθετούμε 5 γλάστρες σε διαφορετικά σημεία με το όνομα των φυτών που περιέχουν κάτω από τη γλάστρα. Τους δίνουμε τον κάθε γρίφο (διαφορετικό σε κάθε ομάδα για να μην υπάρχει συνωστισμός σε κάθε γλάστρα) και αφού βρουν τη γλάστρα, συμπληρώνουν το φύλλο εργασίας «Ταυτότητα φυτού». Έπειτα τους δίνουμε τον επόμενο γρίφο κ.ο.κ. ώστε να περάσουν όλες οι ομάδες από όλες τις γλάστρες. Κάνουμε παρουσίαση στο τέλος κάθε φυτού. Επίσης μπορούμε να πάρουμε τα σκίτσα και να ρωτήσουμε τους συμμετέχοντες να μαντέψουν ποιο φυτό απεικονίζεται.

5. Φύτεμα

- Υλικά: 20 Μπουκάλια με το καπάκι τους, κορδόνι (20*όσο το ύψος του μπουκαλιού), 10 ψαλίδια, σελοτέιπ και χαρτονάκια A4 ώστε να κόψουμε και να βάλουν το όνομα του φυτού που φύτεψαν.
- Διαδικασία: Κόβουμε το μπουκάλι στη μέση και δημιουργούνται δύο μέρη: το κάτω μέρος θα είναι η βάση της γλάστρας και το πάνω μέρος που έχει το καπάκι θα είναι η γλάστρα μας (ανάποδα τοποθετημένο).
ΒΑΣΗ: Κάνουμε μικρές τομές 2-3 εκατοστών περιμετρικά ώστε να μπορέσει να στηρίξει με σταθερότητα το πάνω μέρος του μπουκαλιού (θα τοποθετηθεί ανάποδα). Ρίχνουμε λίγο νερό μέσα.
ΓΛΑΣΤΡΑ: Κάνουμε τρύπα στο καπάκι και περνάμε ένα κορδόνι (καλό είναι να είναι βαμβακερό) από μέσα. Κάνουμε εσωτερικά στο καπάκι έναν κόμπο στο κορδόνι. Το κορδόνι να έχει περίπου το ίδιο μήκος με το μπουκάλι. Βάζουμε χώμα στο πάνω μέρος του μπουκαλιού (το κρατάμε ανάποδα) και φυτεύουμε το φυτό μας. Το τοποθετούμε στη βάση. Το πότισμα θα γίνεται μέσω του κορδονιού.
Μπορούμε να διακοσμήσουμε και να γράψουμε σε χαρτί το όνομα του φυτού και την ημερομηνία φύτευσης κα.

Βάλσαμο (Σπαθόχορτο)



Το **Βάλσαμο** είναι ένα θαμνώδες φυτό με έντονα κίτρινα άνθη. Το συναντούμε διάσπαρτο σε πολλά μέρη της Μάνης αλλά και του υπόλοιπου Ελλαδικού χώρου.

Είναι γνωστό για τις θεραπευτικές ιδιότητες του εδώ και 2500 χρόνια και οι χρήσεις του είναι πολλές.

Ο Ιπποκράτης, ο Διοσκουρίδης και ο Γαληνός το χρησιμοποιούσαν ως αναλγητικό, επουλωτικό, αντιπυρετικό, αντιδιαρροϊκό, εμμηναγωγό και διουρητικό.

Άλλη γνωστή ονομασία του φυτού κατα την αρχαιότητα ήταν **Υπερικόν το διάτρητον**. Το υπερικόν ετυμολογικά προέρχεται απο το υπέρ+εικόν δηλαδή το φυτό που είναι υπεράνω της εικόνας (της πραγματικότητας δηλ. το υπερφυσικό). Υπήρχε η αντίληψη ότι έδωχνε τα υπερφυσικά όντα (δαίμονες, πνεύματα κτλ.). Το διάτρητο οφείλεται στις πολλές κηλίδες στα φύλλα του, που το κάνει να μοιάζει τρύπιο.

Η κόκκινη ουσία που εκρίνεται απο τους στήμονες του φυτού, χρησιμοποιούταν κατα το παρελθόν, ως πρώτη ύλη για το χρωματισμό μάλλινων και μεταξωτών νημάτων.

Οι αρχαίοι Έλληνες το ονόμαζαν και **βότανο της λιακάδας** γιατί επιδρούσε θετικά στα μελαγχολικά άτομα.

Οι Μανιάτες το εκτιμούν ιδιαίτερα και φτιάχνουν απο το φυτό το γνωστό **βαλσαμόλαδο**.

Το βαλσαμόλαδο ήταν το γιατρικό των πολεμιστών της Αρχαίας Σπάρτης, το οποίο το χρησιμοποιούσαν μετά τις μάχες, για να επουλώσουν τις πληγές απο τα ξίφη των εχθρών τους. Για αυτό το λόγο είναι γνωστό και ως **Σπαθόχορτο**.

Βασιλικός

Λαογραφία

Ο βασιλικός έχει σημαντικό ρόλο στην Ελληνική λαϊκή και θρησκευτική παράδοση.

Σύμφωνα με αυτή το φυτό φύτευσε στο χαμένο τάφο του Χριστού και η έντονη μυρωδιά του έγινε αφορμή να ανακαλυφθεί. Η Αγία Ελένη οδηγήθηκε στον Τίμιο Σταυρό από το έντονο άρωμα του βασιλικού που φύτευσε δίπλα του. Την ονομασία του το φυτό την πήρε από το «βασιλιάς» και βασιλιάς είναι ο Ιησούς Χριστός.

Στα Θεοφάνεια ο ιερέας ραίνει τους πιστούς με αγιασμό βουτώντας ένα κλαδί βασιλικό μέσα στο άγιασμα.

Στη γιορτή της Υψώσεως του Τίμιου Σταυρού στις 14 Σεπτεμβρίου στις εκκλησίες μοιράζεται βασιλικός.



<p>Λαογραφικά δίστιχα Βασιλικέ μου της βραγιάς και κρίνε μου του δάσου αχού, εγώ πουλάκι μου πως θες να σε ξεχάσω! Στο παραθύρι που'σαι συ, βασιλικός δεν πρέπει, γιατίσαι συ βασιλικός κι οπ' έχει μάτια βλέπει! Βασιλικιά και ροζμαρί κι ανθό του γλυκανίσου ο έρωτας τα μάζεψε,κι έκαμε το κορμί σου! Βασιλικό κι αρισμαρί δε βάνω πια στ'αφτί μου γιατί μου την εκλέψανε την αγαπητική μου.</p>	<p>Κρητικές μαντινάδες Ποτέ μου δεν το λόγιαζα, ούτε στο νου μου τό'χα ν' αφήσεις το βασιλικό, να πάρεις τη μολόχα. Ερνήθης το βασιλικό κι αγάπησες τον πρίνο απού δεν έχει μυρουδιά, διά(ο)λε και σε και κείνο! Χαλάλι σου Βασιλικέ όσο νερό κι αν πίνεις, γιατί τό κάμεις άρωμα καί πίσω μου τό δίνεις! Δεν ημπορώ Βασιλικέ συχνά νά σε ποτίζω, γιατί έχεις μυρωδιές πολλές και δεν τις νταγιαντίζω!</p>
---	--

Δεντρολίβανο

Επιστημονική ονομασία: Rosmarinus officinalis-Ροσμαρίνος ο φαρμακευτικός.

Οικογένεια: Χειλανθή (Labiatae).

Άλλα ονόματα: δεντρολίβανο, λιβανόδενδρο, διοσμαρίνι, λασμαρί, αρισμαρί, δουσμαρίνι, λεσμαρί, λιβανωτίς

Πολυετής αειθαλής θάμνος που φθάνει, μέχρι το ενάμισυ μέτρο ύψος. Τα φύλλα του είναι βελονοειδή στενά σκουροπράσινα και τα άνθη του μικρά ελαφρώς γαλάζια-μωβ.

Σύμφωνα με τη λαογραφία, πήρε το όνομά του από τη Παναγία, η οποία άφησε το μανδύα της πάνω στο θάμνο. Μέχρι το επόμενο πρωί, τα λουλούδια του θάμνου είχαν γίνει μπλε και από τότε ονομάστηκε rose of Mary.



Οι αρχαίοι Έλληνες το θεωρούσαν δώρο της Αφροδίτης. Οι μαθητές φορούσαν στεφάνια από δεντρολίβανο όταν είχαν εξετάσεις, γιατί βοηθούσε την συγκέντρωση και την μνήμη. Το δεντρολίβανο το χρησιμοποιούσαν παλιότερα ως λιβάνι γι αυτό λεγόταν και λιβανόδενδρο. Αναφέρεται ότι αφέψημα δενδρολίβανου, κέδρου και τερβινθίνης ήταν ένα ελιξίριο νεότητας, που ονομαζόταν το νερό της βασίλισσας της Ουγγαρίας. Στα νοσοκομεία παλιά έκαιγαν δεντρολίβανο για να απολυμάνουν τον αέρα.

Στην αρχαιότητα το δεντρολίβανο θεωρούνταν ελιξίριο της νεότητας, σύμβολο ομορφιάς και λέγεται μάλιστα ότι ο θάμνος ήταν το δώρο της θεάς Αφροδίτης στους ανθρώπους. Οι μαθητές φορούσαν στεφάνια από δεντρολίβανο στο κεφάλι γιατί έχει διεγερτικές ικανότητες και αυξάνει την κυκλοφορία του αίματος.

Λουίζα (λεμονόχορτο)

Είναι φυτό θαμνώδες, πολυετές φυτό με ξυλώδη βλαστό που μπορεί να φτάσει έως 2 μέτρα σε ύψος (μόνο σε κλίματα ευνοϊκή για αυτό). Ο **λουίζα** Είναι επίσης γνωστό ως Λεμόνι Yerba Luisa και Λουίζα. Αυτά τα δύο ονόματα προήλθαν από τότε το φυτό ονομάστηκε μετά από Maria Luisa, πριγκίπισσα της Πάρμας (1748 - 1819), έγινε βασίλισσα της Ισπανίας.



Στη λαογραφία, η '**Λουίζα** Είναι συνδεδεμένο με τον καθαρισμό και την αγάπη, και ειπώθηκε για να προσελκύσει ένα μνηστήρας, αρκετά για να πασπαλίζουμε την παλάμη του χεριού σας με λίγες σταγόνες αιθέριου ελαίου σε συνέχεια τρίψτε ελαφρά στο χέρι της αγαπημένης. Αυτή η επαφή μεταξύ του δέρματος και την ουσία του αγαπημένου / α ήταν ένα πραγματικό «ξόρκι αγάπης»

MENTA.

Στην ελληνική μυθολογία συναντάμε την Μίνθη, μια όμορφη νύμφη που ζούσε στα βουνά της Ηλείας. Ο θεός του κάτω κόσμου, ο Πλούτωνας, την ερωτεύτηκε παράφορα. Η γυναίκα του, η Περσεφόνη, ζήλεψε τόσο πολύ που παρακάλεσε τη μητέρα της Δήμητρα να την βοηθήσει. Η Δήμητρα τη μεταμόρφωσε στο ιαματικό μυρωδάτο φυτό της μέντας για να βρίσκεται πάντα πάνω στη γη.



















Η γνωστή μας Μέντα είναι υβρίδιο φυσικής διασταύρωσης της *menta aquatica* (μέντα η υδροχαρής) και *menta spicata* (δυόσμος) και είναι γνωστή από την πρώτη αρχαιότητα για τις φαρμακευτικές και αποσμητικές της ιδιότητες.

Είναι πολυετές φυτό, πώδες και αρωματικό, της οικογένειας των χειλανθών των εύκρατων περιοχών. Έχει χαρακτηριστικά τετράγωνα στελέχη με ζαρωμένα, λογχοειδή φύλλα και μικρά ροζ ή λευκά λουλούδια που ανθίζουν στα μέσα του καλοκαιριού.

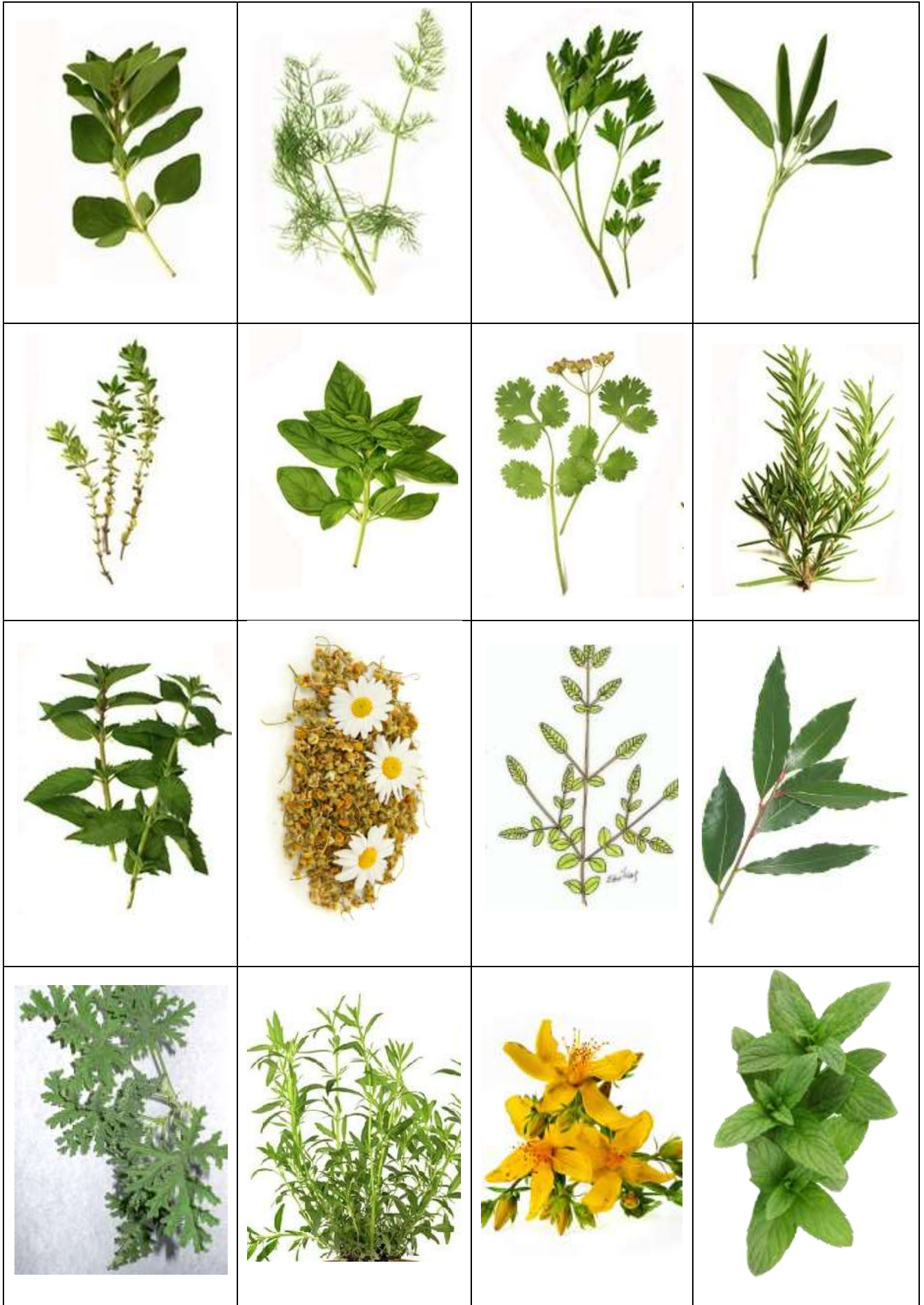
ΒΙΝΓΟ με αρωματικά φυτά και βότανα

Όταν συμπληρώσεις μια τετράδα κάθετα, οριζόντια ή διαγώνια, μην ξεχάσεις να φωνάξεις ΒΙΝΓΟ!

 <p>ΡΙΓΑΝΗ</p>	 <p>ΑΝΗΘΟΣ</p>	 <p>ΜΑΙΝΤΑΝΟΣ</p>	 <p>ΦΑΣΚΟΜΗΛΟ</p>
 <p>ΘΥΜΑΡΙ</p>	 <p>ΒΑΣΙΛΙΚΟΣ</p>	 <p>ΚΟΛΙΑΝΤΡΟ</p>	 <p>ΔΕΝΔΡΟΛΙΒΑΝΟ</p>
 <p>ΜΕΝΤΑ</p>	 <p>ΧΑΜΟΜΗΛΙ</p>	 <p>ΜΑΤΖΟΥΡΑΝΑ</p>	 <p>ΔΑΦΝΗ</p>
 <p>ΑΡΜΠΑΡΟΡΙΖΑ</p>	 <p>ΛΟΥΙΖΑ</p>	 <p>ΒΑΛΣΑΜΟ</p>	 <p>ΔΥΟΣΜΟΣ</p>

ΒΙΝΓΟ με αρωματικά φυτά και βότανα

Όταν συμπληρώσεις μια τετράδα κάθετα, οριζόντια ή διαγώνια, μην ξεχάσεις να φωνάξεις ΒΙΝΓΟ!



Μάντεψε το όνομα του φυτού με τη βοήθεια της παρακάτω μαντινάδας

Σ` ένα συρτάρι της



θα βάλω μια



για να φυλάξω καθαρά
τα ρούχα σου για πάντα !!!

Εντόπισε το φυτό στο χώρο

Μάντεψε το όνομα του φυτού με τη βοήθεια της παρακάτω μαντινάδας

Εγώ είμαι χόρτο του Θεού με όνομα γυναίκας:



Όμως στην Κρήτη με λεν και Γοργογιάννη.
Όποιος με βράσει και με πιεί,
όπου πονεί θα γιάνει !!!

Εντόπισε το φυτό στο χώρο

Στην Ηλεία ήμουν νύμφη και με φωνάζαν Μίνθη.
Όμως μ` ερωτεύτηκε ο Πλούτωνα με τρέλα.
Ζήλεψε η Περσεφόνη και ` γινα φυτό

και με φωνάζουν



Εντόπισε το φυτό στο χώρο

Είτε χλωρός είτε ξερός,
ψιλοκομμένος και αρωματικός ,
τα φαγητά σας νοστιμίζω
και τον κήπο σας αρωματίζω .
Με ξέρει όλος ο κόσμος,



τ` ονομά μου είναι

Εντόπισε το φυτό στο χώρο

Είμαι αρωματική, ψηλή και λυγερή.
Μπαίνω μες στις μαρμελάδες, στις κομπόστες,
στα γλυκά του κουταλιού και τους δίνω άρωμα Θεού.
Πελαργόνη με φωνάζουν.
Έχω «ρίζα» ιταλική



αλλά ονομασία ελληνική:

Εντόπισε το φυτό στο χώρο

ΑΠΟΣΤΟΛΗ: Καταγράψτε την **ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ** του φυτού που βρήκατε (στη μορφή που το βλέπετε τώρα).

Πώς είναι ο
ΒΛΑΣΤΟΣ;
(ξυλώδης/μαλακός, χρώμα, μία ρίζα ή πολλές;)

ΟΝΟΜΑ:

**ΠΩΣ
ΜΥΡΙΖΕΙ;**

Πώς είναι τα
ΦΥΛΛΑ;
(χρώμα, σχήμα)

**ΠΟΥ
ΧΡΗΣΙΜΕΥΕΙ;**

ΥΨΟΣ: _____ εκατοστά

ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ*:

α) _____

β) _____

Παρατηρώ και σχεδιάζω το ΦΥΤΟ:

* Επιλέξτε ανάμεσα από τις εξής κατηγορίες:

α) ΠΟΕΣ, ΘΑΜΝΟΙ, ΔΕΝΤΡΑ

β) ΦΡΟΥΤΑ, ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ, ΚΑΛΛΩΠΙΣΤΙΚΑ