



## KARTA PLNENIA ODBORKY

# BYLINKÁR

Meno: \_\_\_\_\_

Inštruktori: \_\_\_\_\_

### Zelený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Vytvoril som si vlastný herbár s aspoň 20-timi bylinkami, poznám ich symboliku, kde rastú a na čo sa využívajú.		
2. Nakreslil som detailne 10 bylín.		
3. Počas dvoch mesiacov som na každej družinovke svojej družine prezentoval nejakú zaujímavosť z oblasti bylinkárčenia.		
4. Svoju družinu som na výprave naučil spoznať bežne vyskytujúce sa byliny a rozoznať podobné byliny.		
5. Porozprával som sa s človekom, ktorý sa bylinkárčeniu venuje dlhšie ako ja, vymenili sme si svoje skúsenosti, rady a názory.		
6. Pre svoj oddiel som zorganizoval dve hry s cieľom spoznávať byliny.		
7. Viem, kedy sa bylinky zbierajú (ročné obdobie, časť dňa) a kde sa bylinky nezberajú (nevhodné a vhodné lokality).		
8. Viem, ako sa správne sušia bylinky a predviedol som to aj družine.		
9. Dokážem bylinky používať aj pri varení a správne som ich použil pri varení aspoň 2 jedál pre družinu/oddiel.		
<b>Zelený stupeň som získal:</b>		

### Červený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Aspoň 3-krát za tábor som uvaril čaj z rôznych bylín pre celé táborisko.		
2. Na tábore som uskutočnil výpravu spojenú so zberom bylín.		
3. Prečítal som knihu a zistil informácie o bylinkách rastúcich v zahraničí a v rôznych častiach sveta.		
4. Vyhľadal som (na internete, v knihe,..) byliny vhodné na tieto ochorenia: - choroby žlčníka - choroby pečene - poruchy trávenia - choroby močových ústrojov - choroby dýchacích ciest - prechladnutie/chrípka Svoje zistenia som si zaznamenal do svojho zápisníka.		
5. Na aspoň tri liečivé byliny som spravil prezentáciu. Nezabudol som na obrázky a zaujímavosti. Prezentáciu som prezentoval pred oddielom.		
6. Dopestoval som doma aspoň 3 bylinky.		
7. Vyrobil som z bylín voňavé vrecúško alebo masť.		
8. Viem určiť aspoň 2 príklady, kedy sa z rastliny zbiera a využíva list, kvet, plod, koreň.		
9. Viem povedať, ktoré bylinky používané v kuchyni majú antibakteriálne alebo antioxidačné účinky (bazalka, oregano, atď.).		
<b>Červený stupeň som získal:</b>		



## KARTA PLNENIA ODBORKY

# BYLINKÁR

Meno: \_\_\_\_\_

Inštruktori: \_\_\_\_\_

### Zelený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Vytvoril som si vlastný herbár s aspoň 20-timi bylinkami, poznám ich symboliku, kde rastú a na čo sa využívajú.		
2. Nakreslil som detailne 10 bylín.		
3. Počas dvoch mesiacov som na každej družinovke svojej družine prezentoval nejakú zaujímavosť z oblasti bylinkárčenia.		
4. Svoju družinu som na výprave naučil spoznať bežne vyskytujúce sa byliny a rozoznať podobné byliny.		
5. Porozprával som sa s človekom, ktorý sa bylinkárčeniu venuje dlhšie ako ja, vymenili sme si svoje skúsenosti, rady a názory.		
6. Pre svoj oddiel som zorganizoval dve hry s cieľom spoznávať byliny.		
7. Viem, kedy sa bylinky zbierajú (ročné obdobie, časť dňa) a kde sa bylinky nezberajú (nevhodné a vhodné lokality).		
8. Viem, ako sa správne sušia bylinky a predviedol som to aj družine.		
9. Dokážem bylinky používať aj pri varení a správne som ich použil pri varení aspoň 2 jedál pre družinu/oddiel.		
<b>Zelený stupeň som získal:</b>		

### Červený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Aspoň 3-krát za tábor som uvaril čaj z rôznych bylín pre celé táborisko.		
2. Na tábore som uskutočnil výpravu spojenú so zberom bylín.		
3. Prečítal som knihu a zistil informácie o bylinkách rastúcich v zahraničí a v rôznych častiach sveta.		
4. Vyhľadal som (na internete, v knihe,..) byliny vhodné na tieto ochorenia: - choroby žlčníka - choroby pečene - poruchy trávenia - choroby močových ústrojov - choroby dýchacích ciest - prechladnutie/chrípka Svoje zistenia som si zaznamenal do svojho zápisníka.		
5. Na aspoň tri liečivé byliny som spravil prezentáciu. Nezabudol som na obrázky a zaujímavosti. Prezentáciu som prezentoval pred oddielom.		
6. Dopestoval som doma aspoň 3 bylinky.		
7. Vyrobil som z bylín voňavé vrecúško alebo masť.		
8. Viem určiť aspoň 2 príklady, kedy sa z rastliny zbiera a využíva list, kvet, plod, koreň.		
9. Viem povedať, ktoré bylinky používané v kuchyni majú antibakteriálne alebo antioxidantné účinky (bazalka, oregano, atď.).		
<b>Červený stupeň som získal:</b>		