

# Inspirace pro hru: PAMPELIŠKA

## Fakta a mýty



Pampelišky jsou krásně zlaté podivuhodné rostliny těšící se oblibě u dětí i dospívajících. Někdy se jim říká také "vílí hodiny", protože jejich květy se otevírají a zavírají s měnící se intenzitou světla: otevírají se za svítání a zavírají s příchodem večera.

Pampeliškové hlavy se po vykvetení a opylení uzavrou a **uvnitř** se začnou vyvíjet semena. Tato semena jsou plody pampelišky, každé je přitom vybavené bílým padáčkovitým chmýřím (*pappus*), které mu pomáhá odletět po větru do větší vzdálenosti.

Většina dětí ví, že pomocí těchto semenáčků můžeme 'určit čas'. Když se pampeliškové květy promění v semena, nastává skvělá příležitost ke hře s větrem, jako způsobem šíření semen.

Děti mohou předstírat, že určují čas na pampeliškových hodinkách. Nejprve se dítě pampelišky zeptá, kolik je hodin, pak začne odfoukávat semena a počítá každé fouknutí.

Až jsou všechna semena pryč, tolik je hodin.

Pampelišky mohou předpovídat budoucnost! Kolik semínek zůstane, když na odkvetlou pampelišku jednou pořádně fouknete, tolik budete mít dětí...



## Báseň

*František Hrubín : Pampelišky*

Pampelišek plná louka  
a náš Vítek do nich fouká,  
kolem všude bílo.  
Snad tu nesněžilo?

Kdepak! To náš malý smíšek  
fouká jako čtyři  
a z těch bílých pampelišek  
odletuje chmýří.

Fouká, fouká, oči mhouří:  
jako vláček v bílém kouři  
v chmýří se nám ztratí  
za vysokou tratí.

## Recepty



### SLANÉ RECEPTY

Přidejte mladé dobře omyté listy do salátů.

Nahradte špenát mladými pampeliškovými listy v různých pokrmech, třeba omeletách.

### KOLÁČE PAMPELIŠKOVÉ VÍLY

Nasbírejte několik hrstí květů, odstraňte žluté lístky a zlikvidujte všechny zelené části, protože ty jsou hořké. Důkladně opláchněte. Přidejte čisté okvětní lístky do jakéhokoliv receptu na piškotový koláč pro dodání barvy a pečte podle instrukcí zvoleného receptu.

Po vychladnutí přidejte polevu a pro zábavu najdete další jedlé květy na posypání – například fialky, lichořeřišnici nebo růži.

### PAMPELIŠKOVÉ SUŠENKY

#### Přísady

170g hladké mouky, 2 čajové lžičky kypřícího prášku, ½ čajové lžičky soli, 1 čajová lžička sušených bylin, například rozmarýnu, majoránky, tymiánu, bazalky nebo pažitky, 45g studeného nesoleného másla, nakrájeného na kostičky, čtvrt litru mléka, ½ šálku pampeliškových květů – pouze žluté lístky.

#### Postup

Předehřejte troubu na 230°C. Smíchejte dohromady všechny ingredience. S mícháním to nepřezěňte, těsto by mělo být vlhké a lepivé, ale ne úplně jemné. Lžičkou pokládejte kopečky směsi na pečící plech (vymaštěný nebo s pečícím papírem) 5 cm od sebe. Pečte, dokud nevidíte, že spodní strana zhnědla a okraje právě začínají hnědnout. Pečení zabere zhruba 12 minut.

### PAMPELIŠKOVÝ ČAJ

Nasbírejte čerstvé květy a listy a uchovejte je ve sklenici. Když dostanete chuť na čaj, nalijte vařící vodu na hrst květin a listů. Nechte čaj vyluhovat, dokud dostatečně nevychladne a pak jej sceďte. Pampelišky jsou považované za dobré tonikum a mohou pomáhat při některých trávicích problémech. Buďte opatrní, pokud máte vředy nebo chronické zdravotní potíže, a před užitím čaje se poraďte s lékařem.

## Hry

### HRYS VĚTREM

Zahrajte si variantu oblíbené hry Medvídka Pů s klacíky – utrhňte hlavu pampelišky a vyhoďte ji do vzduchu. Čí semenáček doletí nejdále?

Ochmýřené padáčky jsou jedním z mnoha způsobů, jak se semena šíří po větru. Využijte to jako inspiraci k výrobě létajících předmětů.

Na internetu najdete řadu nápadů, jednoduchou variantou je vyrobit 'helikoptéru' z proužku papíru širokého 2-3 cm se zářezem/roztržením na obou protilehlých koncích, pomocí kterých konce spojíte do tvaru ryby. Vypusťte ji pomocí klacíku, který by měl ve vzduchu vypadnout a nechte helikoptéru rotovat k zemi. Hledání dobrého startovacího místa může zvýšit šance na úspěšný let a přidá na zábavě.

Pampeliškové ochmýřené hlavy jsou charakteristické svým pohybem ve větru. Tyto hry zahrnují interakci a hraní s větrem, například zkusit chytit vznášející se semenáček. Proměňte hru v soutěž, vyberte jeden květ a závodte, kdo jej chytí první. Na jaře chytěte žluté květy a na podzim padající semenáčky.

Traduje se, že kdo semenáček chytí, tomu přinese štěstí.

### Zdroj

Maudsley, M, *Playing on the Wildside*, 2009  
Playwork Partnerships

### ROZVOJ VŠÍMAVOSTI ZA VĚTRNÉHO DNE

Sledování mraků hnaných větrem po obloze může stimulovat a fascinovat dětskou mysl, poslouží i jako podnět k myšlenkovým hrám, například: načasování pohybů mraků, hádání, jakým směrem fouká vítr, pozorování neobvyklých tvarů a interpretování toho, co by mohly znázorňovat nebo připomínat. Pozorování mraků může být také velmi uklidňující a podporovat duševní pohodu.



# Inspirace pro hru: PAMPELIŠKA

Kreativní umění

## HAPA ZOME

Vysoký obsah vody v listy a květy pampelišek je činí ideálními pro umění Hapa Zome.

Umístěte rostlinu na jednu polovinu kusu bavlněné látky.

Přeložte látku přes květinu.

Pevně tkaninu ,přetlučte' hladkým kamenem nebo malým kladívkem, dokud nezačnou prosvítat rostlinná barviva.

Při rozkládání látky pampeliška objeví se tisk!

## PAMPELIŠKOVÉ FLÉTNY

Flétnám z pampelišek se někdy říká pampeliškové rohy. Nabízí hravě příležitosti k prozkoumávání, jak se zvuk šíří prostřednictvím vibrací. Utrhněte pampelišku a odstraňte květovou hlavu, pak foukněte do stonku, který by měl vydat zvuk. Rozdělte stonek zespodu na dvě části a poslouchejte, jak se tóny mění v závislosti na délce rozštěpení.

## PAMPELIŠKOVÁ PLASTELÍNA

### Přísady:

Hrst pampeliškových květů bez zeleného stonku, 235ml vroucí vody, 120g mouky, 40g soli, 2 polévkové lžičice rostlinného oleje, 1-2 polévkové lžičice vinného kamene

### Postup

Umixujte horkou vodu a pampelišky v mixéru. Přidejte olej, sůl, vinný kámen a mouku. Těsto je nutné zpracovat rukama. Pokud je příliš lepivé, přidejte více mouky. Můžete je pak použít jako plastelínu na kreativní modelování.

## PAMPELIŠKOVÉ UMĚNÍ

Zlatá barva pampeliškových květů a struktura pampeliškového chmýří jsou skvělým základem i doplňkem venkovních přírodních uměleckých projektů.

Pro inspiraci prozkoumejte díla autorů přírodního a takzvaného pomíjivého umění, jako je například Andy Goldsworthy, Christo, Patrick Dougherty and Agnes Denes.

