

Fakty a folklór



Púpavy predstavujú pre deti a mládež výborný objekt skúmania. Niekedy sa nazývajú aj "hodinky škriatok," pretože ich kvety sa otvárajú a zatvárajú v závislosti od svetlosti prostredia – otvárajú sa ráno a zatvárajú večer.

Po rozkvitnutí a opelení sa hlavičky púpav zavrú a vo vnútri vznikajú semiačka. Semiačka sú prakticky plodmi púpav, sú zakončené padáčikom alebo odborne povedané chocholcom, súborom páperovitých chĺpkov, ktoré slúžia na ľahšie rozširovanie semien vo vetre.

Väčšina detí a mladých ľudí v Británii pozná príslovie, podľa ktorého púpavy "ukazujú čas" - koľkokrát do nich fúknete, kým im neodletia všetky padáčky, toľko je hodín. Padáčky púpav poskytujú aj skvelú príležitosť na rôzne hry.

Ako bolo spomenuté, deti v Británii sa hrajú na to, že prostredníctvom hlavičiek púpav vedia povedať, koľko je hodín. Môžete to skúsiť aj vy. Fúkajte na púpavy a počítajte každý výdych. Keď odfúknete všetky padáčky, hodín je presne toľko, koľko výdychov.

Púpavou môžete predpovedať budúcnosť! Podľa počtu padáčikov, ktoré zostanú, keď silno fúknete, budete vedieť, koľko budete mať detí.



BÁSEŇ

Púpava od Janet L. Niehaus

Odtrhla som vädnúcu púpavu
A fúkla do nej, bež
Drobné bledé padáčky
Sa rozleteli kamsi preč. Napli plachty
A tancovali zopár chvíľ
Krútili sa sem a tam
Zvodným štýlom balerín. Keď vietor ustal a ony
Sa zniesli späť na zem, ustaté
Uložili sa spať v teplej čiernej pôde
A znova sa rodili z postate. Keď príde leto
A púpavy budú znova všade
Odtrhnem ďalšiu vädnúcu púpavu
A vytratí sa vo vetre

Recepty

CHUŤOVKY



Pridajte dobre umyté lístky púpav do šalátu

Mladými lístkami púpav môžete nahraďiť aj špenát alebo bazalku v ľahkých jedlách, napr. omeletách

PÚPAVOVÉ KOLÁČIKY

Nazbierajte niekoľko hrstí púpavových kvetov a dôkladne oddelíte žlté lupene od horkých zelenkastých častí. Dobre umyte. Čisté lupene pridajte do pištókotového cesta, čím mu dodáte zlatistý nádych, a pečte podľa receptu.

Po vychladnutí polejte polevou a ozdobte jedlými kvetmi, napríklad fialkami, ružami alebo kvetmi potočnice lekárskej.

PÚPAVOVÉ KEKSY

Prísady

170g hladkej múky, 2 čajové lyžice prášku na pečenie, ½ čaj. lyžice soli, 1 čaj. lyžica sušených bylín (rozmarín, majorán, tymian, bazalka alebo pažitka), 45g studeného nesoleného masla, nakrájaného na malé kúsky, 0,5l mlieka, 60 gramov očistených púpavových lupeňov

Príprava

Rúru rozpálime na 230°C. Zmiešame všetky ingrediencie, cesto by malo byť vlhké a lepkavé, nie hladké. Lyžicou dávkujte cesto na vymastený plech s približne 5cm medzerami. Pečte, kým naspodu nezhnednú a na okrajoch nazačnú tmavnúť – malo by to trvať približne 12 minút.

PÚPAVOVÝ ČAJ

Nazbierajte čerstvé kvety a listy púpav. Uchovávajte v zaváraninovom pohári. Vezmite za hrst kvetov a listov a zalejte horúcou vodou. Čaj vylúhujte a nechajte vychladnúť, následne precedte.

Púpavy majú podľa mnohých povzbudzujúce účinky a pomáhajú pri pomalom trávení. Hoci však môžu pomôcť pri tráviacich ťažkostiach, odporúčame konzultáciu s lekárom, ak trpíte žalúdočnými vredmi alebo inými chronickými ťažkosťami.

Hravé učebné materiály: PÚPAVA

HRY

HRA S VETROM

Zahrajte sa s vetrom -
Odtrhnite bielu hlavičku
púpavy a vyhoďte ju do
vzduchu. Vyhráva ten,
koho púpava odletí
najďalej

Padáček (alebo chocholec)
predstavuje jeden zo spôsobov,
akým sa šíria semená. Sú aj iné spôsoby
šírenia vzduchom, ktoré môžu podnietiť
množstvo nápadov na výrobu
lietajúcich predmetov

Na internete nájdete množstvo návodov, no medzi
najjednoduchšie patrí napr. helikoptéra, na ktorú
potrebujete 2-3cm široký pás pásik papiera. Na
opačných stranách koncov urobíte zárez, vďaka
ktorému konce spojíte a spojený pásik nadobudne
tvar ryby. Vyhoďte ho do vzduchu pomocou
palice a sledujte, ako helikoptéra rotuje
dole na zem. Dôležité je nájsť správnu
techniku a miesto na túto hru.

<http://www.mhileco.co.uk/super-quick-paper-toy-flying-fish/>

Pappus

Padáčky púpav sú typické pre
svoju ľahkosť, ktorú sú unášané vo vetre.

Popísané hry sa sústredia práve na využívanie a
interakciu s vetrom, napríklad pri chytaní
poletujúcich padáčikov.

Vyberte si náhodný padáček a povedzte ostatným,
aby ho chytali – hra bude zaujímavejšia a nadobudne
súťaživejší charakter. Na jar hľadajte kvitnúce kvety a
na jeseň chytajte padajúce listy.

Podľa ľudových tradícií majú šťastie tí,
ktorí chytia list.

Odkazy

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

POZOROVANIE VETERNÝCH DNÍ

Pohľad na oblaky unášané vo vetre
môže v deťoch vyvolávať záujem a fascináciu a
môže slúžiť ako podnet na rôzne tvorivé hry:

Odhadovanie pohybu oblakov, určovanie
smeru vetra, hľadanie nezvyčajných útvarov a
hádanie, na čo sa podobajú.

Pozorovanie oblakov môže byť veľmi
upokojujúce a podporovať duševné
zdravie a pocit pohody.

Kreatívne

PÚPAVOVÉ FLAUTY

Flauty z púpav sa občas nazývajú púpavové rohy a ponúkajú hravý spôsob, ako skúmať šírenie zvuku prostredníctvom vibrácií. Odtrhnite púpavy, odstáňte hlavičku a fúknite do stonky.

Pozdĺžne ju rozdeľujte na dve polovice (zospodu) a všimnite si, ako sa vydávaný zvuk mení.



PÚPAVOVÁ PLASTELÍNA

Potrebuje:

Za hrst' púpavových kvetov bez zelenej časti,
235ml vriacej vody,
120g múky, 40g soli, 2 čaj.lžičice rastlinného oleja,
1-2 č.lžičice kyslého vínanu draselného

Postup

Zmiešajte vriacu vodu s púpavami v mixéri, kým nevznikne kaša. Pridajte, plej, soľ, vínan draselný a múku. Rukami vymiešate. Ak je hmota príliš lepkavá, pridajte múku. Keď má správnu onzistenciu, môžete sa s ňou hrať.

PÚPAVY A UMENIE

Žltá farba púpav a ich častý výskyt z nich robí ideálny zdroj outdoorových umeleckých projektov.

Pre inšpiráciu odporúčame prírodné práce efemérnych umelcov ako Andy Goldsworthy, Christo, Patrick Dougherty a Agnes Denes.

Hapa Zome

je umením tlače, ktorá vzniká použitím prírodného farbiva pri otlačení rastliny.

Najvhodnejšie sú rastliny s vysokým obsahom vody a výraznými farbami, keďže sa najlepšie vtlačia do objektu, ktorý chceme zafarbiť. Vhodné sú aj stonky a listy. Každý nájde rastlinu podľa ľubovôle a dostane kúsok bledej látky (20cm x 10cm), odstrihnutý napríklad zo starej plachty. Rastlinu alebo jej časti dajte na jednu polovicu látky a druhú polovicu cez ňu preložte. Udierajte po zloženej latke kladivkom alebo kusom laty. Po chvíli opatrne nadvihnite látku. Výsledkom by mal byť relatívne výrazný odtlačok na oboch stranách látky.