



School Gardening
Resources

PRIMARY LEVEL

BORD BIA
IRISH FOOD BOARD

Plandáil Luibh agus Plandaí Úsáideacha





Am na Bliana		Ó cheann ceann na bliana.
Aidhm		Limistéar luibhe a chur i ngairdín na scoile.
Acmhainní De Dhíth		Roghnú luibheanna i bpota, múirín saor ó mhóin, plaisteach dubh, móta coirt, tuáillí láimhe, sluaistí nó rámhainní, lámhainní, lipéid & comharthaí.
Ábharthacht Thraschuraclaim		OSIE: Rudaí Beo, Feasacht agus Cúram Comhshaoil OSPS: Ag baint úsáide as céadfaí, dath, boladh, blas, teagmháil Teangacha: Focail/litriú nua Ealaín: Ag déanamh comharthaí/líníochtaí/luibheanna brúite Curaclam Neamhfhoirmiúil: Bia Sláintiúil, Food Dudes, Discover Primary Science



1 Maidir le luibheanna

Nóta: Is féidir luibheanna a úsáid mar leigheas nó le haghaidh cócaireachta. Tá siad tairbheach as feithidí a mhealladh agus plandaí maithe compánacha a dhéanamh.

- ★ Is féidir luibheanna a mheascadh isteach le glasraí, (bliantúil); Curtha timpeall toir torthaí & crainn torthaí (luibheanna scaipthe mar mhiontas, lus na gcnámh briste, neantóga).
- ★ Is féidir a n-áit féin a thabhairt dóibh nó iad a chur i leaba ornáideach.
- ★ Is féidir luibheanna a fhás ó shíol nó ó ghearrthóga (tabharfaidh leabhar maith gairdín treoracha duit).
- ★ Tá sé níos saoire do chuid féin a fhás ná ceannach ó ionad gairdín. B'fhéidir go mbeadh stoc plandaí luibhe ag roinnt tuismitheoirí a d'fhéadfaí a bhronnadh.
- ★ Fástar peirsil, scothóga, borraíste gorm agus gleoráin go héasca ó shíol (déan tagairt do bhileog oibre síolta a chur).

- ★ Is féidir gearrthóga bog-adhmaid a thógáil i rith an tsamhraidh & is féidir gearrthóga crua-adhmaid a thógáil san fhómhar.
- ★ Is féidir luibheanna i bpota a chur ag am ar bith den bhliain.
- ★ Is féidir an fhreagracht a thabhairt do ranganna níos óige aire a thabhairt don luibhghort.





2 Samplaí de luibheanna úsáideacha

Bláthanna inite:

Borráiste gorm, Calendula, Gleoráin

Tae luibhe:

Miontas, lus na meala líomóide, Finéal

Cócaireacht:

Tím, Basal, Coriander, Lus an Choire, Síobhais, Oragán, Lus mín, Peirsil



3 Plandaí le haghaidh torthúlacht ithreach

Is féidir plandaí agus neantóga lus na gcnámh briste a úsáid chun beatha leachtach a dhéanamh do do ghlasraí 'ocracha' cosúil le trátaí, cúcamar, cúirséid agus puimcíní.

Tá Lus na gcnámh briste ard i bpotaisiam, atá ag teastáil le haghaidh bláthanna & torthaí.

Nettles ard i nítrigin, atá ag teastáil le haghaidh fás duilleach glas.



4 Smaointe do thionscadail taighde

OSIE - Taighde phlandáil chompánach : cén fáth gur plandaí úsáideacha iad lus na gcnámh briste, neantóga, copóga & caisearbháin?

Oidhreacht Áitiúil - Conas a úsáideadh luibheanna san am atá thart? Cad a úsáidimid anois?

Ealain/Cumarsáid - déan pósae luibhe. Déan taispeántas don ghairdín nó do bhord fógraí na Scoileanna Glasa luibheanna nó plandaí úsáideacha don ghairdín. Déan leabhrán aitheantais luibh le luibheanna brúite ón ghairdín.

Adhmadóireacht - déan leaba luibh.

Cookery - déan tae luibhe, bain úsáid as bláthanna inite i sailéid.





5 Plandaí úsáideacha

Tá an cumas speisialta ag piseanna & pónairí nítrigin 'a shocrú' as an aer agus é a thiontú ina fhoirm is féidir le plandaí a thógáil. Agus leaba á glanadh a bhfuil piseanna/pónairí ag fás ann, gearr na gais ag an mbonn agus lig do na fréamhacha fanacht san ithir. Cuirfidh siad nítrigin leis an gcéad bharr eile, agus sin an fáth go leanann cabáiste iad de ghnáth ina bhfuil rothlú barr á úsáid.

Tá feamainn lán le vitimíní & eilimintí rian.

Is plandaí úsáideacha iad Caisearbhán & Copóg mar tá fréamhacha doimhne acu a thugann mianraí & eilimintí ón ithir dhomhain.

Chun foghlaim conas beathú leachtach a **dhéanamh ag baint úsáide as na plandaí seo - féach ar bhileog oibre Gortghlanadh agus Cúram Samhraidh.**



6 Bláthanna úsáideacha sa ghairdín

Is iomaí bláth a bhfuil feidhm acu sa ghairdín. Is í an phríomhúsáid a bhaineann siad as feithidí pailniúcháin a mhealladh, chun éagsúlacht & dath a chur leis.

Féar scuaibe - fuaimeanna maithe sa ghaoth.

Lus na gréine - síolta inite a tháirgeadh.

Gleoráin - bláthanna inite.

Pis Chumhra - boladh álainn.

Sláinte agus Sábháilteacht

- ★ Fan le do ghrúpa.
- ★ Bain úsáid as uirlisí go sábháilte.
- ★ Nigh lámha tar éis seisiún gairdín.
- ★ Ná hith aon rud riamh gan ceist a chur ar dhuine fásta - is féidir le roinnt plandaí a bheith nimhiúil.
- ★ Féach ar an mbileog oibre ar Shláinte & Shábháilteacht chun faisnéis mhionsonraithe a fháil.