

VILNIAUS „ŽILVINĖLIO“ LOPŠELIS-DARŽELIS

**IKIMOKYKLINIO UGDYMO
„DREBULIUKŲ“ GRUPĖS
ATVIROS UGDOMOSIOS VEIKLOS
„VAISTINGIEJI AUGALAI LIETUVIŲ LIAUDIES
PAPROČIUOSE“
APRAŠAS**

**PARENGĖ: IKIMOKYKLINIO UGDYMO
MOKYTOJA VAIVA PIRANTAITĖ**

VILNIUS, 2023

GRUPĖ: Ikimokyklinio ugdymo „Drebuliukų“

METAI: 4-5

DATA: 2023-05-23

MOKYTOJA: Vaiva Pirantaitė

TEMA: „Vaistingieji augalai lietuvių liaudies papročiuose“

TIKSLAS: Supažindinti su vaistingaisiais augalais l. liaudies papročiuose ir jų nauda žmogui.

UŽDAVINIAI:

1. Atpažinti septynis vaistinguosius augalus ir sužinoti jų gydomąsias savybes;
2. Supažindinti su vaistingaisiais augalais l. liaudies papročiuose;
3. Paklaustyti sekamos pasakos „Laukinės gulgės“;
4. Paragauti vaistažolių arbatos;
5. Ugdyti meninius gebėjimus aplikuojuant ir dekoruojuant arbatos puodelį.

REIKALINGOS PRIEMONĖS: plakatai apie vaistinguosius augalus, knygos, enciklopedijos, vaistingieji augalai, moliūgų sėklos, gilės, medžiaginis maišelis su vaistažolėmis, vaistingųjų augalų – prieskonių grūstuvė, dėlionės su vaistingaisiais augalais, arbatos puodeliai, medus, spalvoti puodelių trafaretai, karpiniai, flomasteriai, klėjai.

SAVOKOS IR SVARBŪS ŽODŽIAI: rūta, mėta, liepa, ąžuolas, beržas, moliūgas, dilgėlė, vaistingieji augalai, vaistažolės, fitoterapija, pumpuras, stiebas, žievė, šaknis, vaistingųjų augalų – prieskonių grūstuvė, arbatos plikymas, raudos, Joninės, užpilas, tinktūra, eteriniai aliejai.

RYTO RATAS. Lietuvių senieji papročiai, liaudies dainos rodo labai senos kultūros tradicijas, kuriose viešpatavo žmogaus ir gamtos bendrumo pasaulėjauta. Senovės lietuviai daugelį augalų laikė šventais. Gamta visais laikais buvo labai svarbi žmogui. Ji buvo ne tik ramybės, įkvėpimo šaltinis, harmonijos pavyzdys, bet ir maitintoja, gydytoja.



Aiškinamasi ką reiškia žodis „Vaistingieji augalai“? Vaikų prašoma pasakyti kas yra vaistingieji augalai. Girdimi atsakymai, kad tai augalai, kurie gydo.

Vaikams pasakojama, kur slypi vaistingųjų augalų galia, kur galima ir kur negalima juos rinkti, kokių paros metu jie renkami ir iki kada geriausiai juos rinkti, kaip džiovinti, kad neprarastų savo vertingųjų savybių, kokiuose induose jie laikomi, kiek metų jie tinkami naudoti. Aiškinama, kad visų vaistingųjų augalų nurinkti negalima, kad reikia palikti ir gamtai. Kaip paruošiama arbata ir kiek laiko galima jas gerti, kas kiek laiko daryti pertrauką. Kokie preparatai gaminami iš vaistingųjų augalų.



Parodomas medžiaginis maišelis, kuriame sudėtos vaistažolės.



Parodoma vaistingųjų augalų – prieskonių grūstuvė.

SUKABINAMI VISŲ VAISTINGŲJŲ AUGALŲ PLAKATAI.

L. liaudies tautosakoje, ypač dainose, raudose dažnas yra gėlės motyvas. Šalia įprastų, tautosakinių veikėjų: mergelės, bernelio, motinėlės, tėvelio, yra daug augalų, ypač žydinčių gėlių, kurios turi ir gydomųjų savybių.

ŽALIOJI RŪTA.

Mįslė: Maža mergaitė, kasos girbinuotos. (rūta)

Vaikų prašoma parodyti augalo rūtos plakata. Parodoma teisingai.

Vaistinė žaliava yra augalo šakelės, pjaunama per žydėjimą. Užpilas vartojamas nervų ligoms gydyti, nuo galvos skausmo, naudojamas kaip prieskoninis augalas.

Rūtoms darželiuose dažnai skirdavo garbingiausią vietą: „Oi tu rūta, rūtele žalioji, / Kodėl nežalioji žiemą, vasarėlę, / Kodėl nežalioji žiemą vasarėlę?“.

Rūta l. literatūroje siejama su jaunyste, skaistumu.

Vaikams gyvai parodoma kaip atrodo rūtos, duodama pauostyti, prašoma atkreipti dėmesį į jų lapelių formą.

MĖTA.

Vaikų prašoma parodyti augalo mėtos plakata. Parodoma teisingai.

Mėtose gausu eterinių aliejų, jos aromatizuoja bet kokią arbatą, turi raminantį, kvėpavimą, virškinimą gerinantį poveikį.

L. liaudies žaidimuose – rateliuose apdainuojama mėta:

Sėjau rūtas, sėjau mėtas,
Sėjau lelijėles,
Sėjau savo jaunas dienas
Kaip darže rūteles.

Vaikams gyvai parodoma kaip atrodo vaistingasis augalas mėta, duodama patrinti tarp pirštų ir pajusti jų gaivų aromatą.

LIEPA.

Vaikų prašoma parodyti liepos medžio plakata. Parodoma teisingai.

Liepos žiedai mažina temperatūrą, slopina uždegimus, vartojami sergant viršutinių kvėpavimo takų ligomis, gripu, bronchitu, mažina kraujospūdį.

Liepa – nuo senų laikų lietuvių ypač mėgstamas medis. L. liaudies dainose liepa pirmiausia laikoma moteriškumo simboliu: dažnai liepa lyginama su motina, mergele, sesele. Yra ir moterų vardas.

Vaikai sako pažįstantys mergaičių, turinčių šį vardą.

Palyginimai: „Užaugo kaip liepa“, „Graži kaip žydinti liepelė“.

Liepa

Kas tai dūzgia?

Kas nemiega?

Vasarą, kai žydi liepa,

Ti bitutės darbininkės

Čia į liepą

Susirinko.

O gardus, labai gardus

Nuostabus liepų medus.

Vaikams gyvai rodoma kaip atrodo liepos šakelė su lapais, jau sukrautais, žydėjimui paruoštais žiedais.

Medžiai ąžuolas ir beržas l. liaudies dainose siejami su jaunais žmonėmis.

AŽUOLAS.

Vaikų prašoma parodyti ąžuolo medžio plakatą. Parodoma teisingai.

Vienas berniukas iš grupės pasakė, kad jo vardas toks pat, kaip ir medžio pavadinimas.

Ąžuolas – tai jėgos, stiprios sveikatos, grožio ir ilgaamžiškumo simbolis.

Ąžuolų žievės preparatai pasižymi stipriu sutraukiamuoju, antiseptiniu, uždegimą slopinančiu, kraujavimą stabdančiu ir žaizdas gydančiu poveikiu. Jais gydomas viduriavimas, pilvo skausmai, sergant virškinimo, šlapimo takų uždegimais.

Mįslė: Dvi geldaitės, dvi paltaitės, ant viršaus kepuraitė užmauta. (gilė)

Vaikams gyvai parodoma ąžuolo šakelė su lapais. Prašoma atkreipti dėmesį į lapų formą. Rodomas ąžuolo vaisius – gilė, kurią pasodinus išauga ąžuolo medis.

BERŽAS.

Vaikų prašoma parodyti beržo plakatą. Parodoma teisingai.

Beržo lapuose ir pumpuruose yra medžiagų, kurios naikina grybelius, bakterijas, padeda esant skrandžio uždegimui, reumatui. Beržo lapai renkami pavasarį, kol jauni. Iš beržų leidžiama sula, kuri labai naudinga organizmui. Iš beržo šakelių rišamos vantos, kurios naudojamos pirtyje.

Vaikams gyvai rodoma beržo šakelė su lapais, duodama lapelius patrinti tarp pirštų ir pauostyti, kaip skaniai kvepia.

MOLIŪGAS.

Vaikų prašoma parodyti moliūgo plakatą. Parodoma teisingai.

Moliūgo sėklos naudojamos kirmėlėms iš organizmo varyti. Moliūgo nuoviras veikia raminamai, padeda esant nemigai.

Vaikams parodomas kaip atrodo moliūgo sėklos ir duodama paragauti.

Vaikų klausama, kokioje gerai žinomoje pasakoje sutinkamas moliūgas. Vaikų prašoma tą epizodą iš pasakos papasakoti. Vaikai pasaką įvardijo, tai „Pelenė“.

DILGĖLĖ.

Vaikams parodomas plakatas su dilgėlės atvaizdu.

Dilgėlės lapų nuovirai vartojami sergant avitaminoze, nusilpus organizmui, naudojami nudegimams gydyti, plaukų stiprinimui. Jose yra skruzdžių rūgštis, dėl jos dilgėlės deginamai dilgina.

Vaikams gyvai parodomas dilgėlės.

Augalas dilgėlė yra įpintas ir į pasakas.

Ugdytiniams sekama pasaka „Laukinės gulbės“, kurioje sesuo Eliza nepratarusi nė žodžio turėjo savo 11-ai brolių numegzti iš dilgėlių marškinius, tam, kad išvaduotų juos nuo piktųjų pamotės kerų.

Pasaka aptariama. Vaikų klausama ar jie irgi būtų galėję taip rūžtingai pasielgti kaip sesuo Eliza ir numegzti 11-a marškinių broliams?



Drąsiausiems vaikams pasiūloma paliesti dilgėles, kurie nebijo įsidilginti. Atsirado nemažai norinčių jas paliesi ir nebuvo baisu jiems tai padaryti.

ŽAIDIMAS. DĒLIONĒ „VAISTINGIEJI AUGALAI“. Vaikai suskirstomi į 2 grupes po 6 vaikus. Kiekviena grupė turėjo sudėti po 2 dėlionės: ąžuolo ir rūtos, o kita liepos ir mėtų ir juos įvardinti.



Pirma grupė greičiau sudėjo dėlionę negu antra. Pirmos grupės nariai atėjo į pagalbą antros grupės nariams. Vaikai sugebėjo teisingai įvardinti vaistingųjų augalų pavadinimus.

ŽAIDIMAS SU KAMUOLIU „KARŠTAS PUODELIS“. Vaikai išsirikiuoja į vieną eilę, kamuolį jie turi pagauti, kai sakomas žodis „šaltas“, o kai sakomas žodis „karštas“ kamuolys negaudomas. Teisingai pasielgus skaičiuojama kas surinks daugiau taškų.



Vaikams žaisti šį žaidimą patiko, nes tai sukėlė daug teigiamų emocijų.

ARBATOS GĖRIMAS. Dviejuose permatomuose ąsočiuose verdančiu vandeniu užplikomos mėtų ir liepžiedžių arbatos. Vaikai galėjo stebėti, kaip keičiasi spalva, buvo galima užuosti gaivų jų aromatą. Arbatas su medumi jie uostė, skanavo, įvardijo kuri jiems labiau patiko, pasakojo, kokias arbatas jie geria namuose. Vyko pokalbis: medus, kuo jis ypatingas, kas jį neša? (bitės)



Vaikams pristatoma knyga P. Kovač „Mažosios burtininkės vaistažolės“, kurią galima paskaityti namuose kartu su tėveliais. Čia aprašyti įdomūs pasakojimai kaip burtininkė gydo vaistažolėmis, galima rasti ir receptų.

MENINĖ VEIKLA - „SVAJONIŲ PUODELIS“ Vaikai gauna iš spalvoto popieriaus skirtingų formų puodelių trafaretus. Užduotis - sukurti savo svajonių puodelį dekoruojant jį karpiniais, ornamentuojant flomasteriais.





Ugdytiniai sukūrė labai gražius svajonių puodelius, kuriais jie patys pasidžiaugė.

REFLEKSIJA:

Iškeltus tikslus ir uždavinius pavyko įgyvendinti. Vaikai buvo aktyvūs, susidomėję, noriai įsitraukė į mokytojos siūlomą veiklą. Ugdytiniai bendraudami ir bendradarbiaudami su bendraamžiais ir mokytoja patobulino kompetenciją vaistingųjų augalų vartojimo srityje, sužinojo apie jų paplitimą 1. liaudies papročiuose. Vaikams gerai sekėsi pavadinti vaistinguosius augalus plakatuose, rasti augaluose panašumus ir skirtumus, uostyti, mėgautis arbatomis, nusakyti jų skonį. Dalyvaudami šioje veikloje vaikai pajuto dvasinį, estetinį, emocinį pasitenkinimą.

LITERATŪRA:

1. Vaistažolių galia. J. Vasiliauskas. Politika, 1991.
2. 1001 naminis vaistas // Vilnius: Alma litera, 2007.
3. [http: www. arbatos. lt.](http://www.arbatos.lt)