

Aktivita:

LIEČIVÁ ZÁHRADKA BABIČKY ANIČKY

Autor:

Mgr. Alena Pálková, MŠ Ďatelinka J. Bánika 1733/41, Zvolen

Cesta na kurikulum:

| TEMATICKÝ OKRUH | VEK DETÍ | TÉMA |
|-----------------|-------------|---|
| Ja som | 5 – 6 rokov | <ul style="list-style-type: none">• Zdravotný stav, postoje k zdraviu• Zásady ochrany vlastného zdravia• Zdravé potraviny |
| Príroda | 5 – 6 rokov | <ul style="list-style-type: none">• Význam životného prostredia |
| Kultúra | 5 – 6 rokov | <ul style="list-style-type: none">• Výtvarná tvorivosť |

Minutáž: 30-40 minút

Potrebujem: liečivé bylinky a rastlinky, prípadne obrázkový materiál, pracovné listy: a) príbeh o babičke Aničke, b) priradovanie rastlín k čajom, c) omaľovánky liečivých bylín – jahoda, materina dúška, lipový kvet, harmanček, levanduľa, farbičky

Provokačná myšlienka: Bylinky a rastliny, ktoré liečia sú všade okolo nás. Treba ich len poznať, vedieť načo nám slúžia a nemusíme chodiť ani k lekárovi, nemusíme zbytočne jesť lieky. Počúvajte krátku rozprávku o babičke Aničke, ktorá mala plnú záhradku liečivých rastlín a bylín.

Krok po kroku:

1. Povedzte deťom príbeh o babičke Aničke (príloha 1). Porozprávajte sa s deťmi, aké bylinky pestujeme v bylinkovej špirále, v kľúčovej dierke v prírodnej záhrade. Ak nepestujete v školskej záhrade žiadne liečivé bylinky a rastliny, využite poznatky detí z rodiny, prostredníctvom priameho pozorovania v prírode, pri prezeraní atlasov a encyklopédií o rastlinách alebo iného obrázkového materiálu, prípadne využite internet.
2. Dajte deťom ošetrovať bylinky zo záhrady. Deti podľa vône hádajú, aká je to bylinka. V období, kedy rastú bylinky, deti zoberte priamo do prírody, do záhrady, využite zážitkové učenie. V zimnom období použite sušené bylinky.
3. Porozprávajte sa o ďalších bylinkách a rastlinkách, z ktorých sa môžu variť liečiť čaje. Využite priame pozorovanie v prírode, prípadne obrázkový materiál, herbár a pod.
Lipový kvet- čaj z lipového kvetu sa používa pri kašli, nachladnutí. Po lipovom čajíku sa aj dobre spí.
Levanduľa- čaj z levandule pomáha pri nespavosti, nervovej slabosti, bolestiach hlavy.
Jahodový list - čaj sa používa proti zápalom, pri bolestiach žalúdka, pri hnačke.
Materina dúška - čaj je účinný pri ochoreniach horných dýchacích ciest (kašeľ, chrípka, zápal priedušiek). Tiež navodzuje pokoj, príjemný spánok, pomáha pri bolestiach hlavy.
Harmanček pravý - čaj z harmančeka má upokojujúce účinky, pomáha pri nespavosti.
4. Pripravte deťom pracovný list, na ktorom budú liečivé bylinky a rastliny - deti priradia bylinky a rastlinky čiarou, ku ktorému čaju patria (príloha 2). Po dokončení práce s pracovným listom si s deťmi zopakujte, na čo jednotlivé bylinky slúžia, v čom sú prospešné pre zdravie človeka.
5. Na upevnenie poznatkov dajte každému dieťaťu omaľovánku s bylinkou (príloha

Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy

Téma: Stravovanie

Stupeň: MŠ

Aktivita: LIEČIVÁ ZÁHRADKA BABIČKY ANIČKY



www.ekostopa.sk

3,4,5,6,7), ktorú si samostatne vyfarbí. Použite omaľovánku lipového kvetu, levandule, jahody, materinej dúšky a harmančeka.

6. Uvarte si čaj podľa výberu detí. Použite bylinky z vašej záhrady.

7. Zahrajte sa s deťmi pohybovú hru „Bylinkový čaj“. Deti sedia po obvode kruhu na stoličkách, učiteľka každé dieťa pomenuje názvom bylinky – harmanček, medovka, mäta... Po pomenovaní všetkých detí si povedia pravidlá hry. Jedno dieťa zavolá napr. harmanček a deti s pomenovaním harmanček si vymenia navzájom miesta, takto sa premiestňujú deti po zvolaní názvu inej bylinky. Keď dieťa zavolá bylinkový čaj, premiešajú sa (premiestnia sa všetky bylinky – deti). Túto hru môžete opakovať aj s inými názvami bylín. **Obmena:** realizácia pohybovej hry na školskom dvore s využitím Artušovho kruhu.

Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy

Téma: Stravovanie

Stupeň: MŠ

Aktivita: LIEČIVÁ ZÁHRADKA BABIČKY ANIČKY



www.ekostopa.sk

Príloha 1 Príbeh o babičke Aničke

Babička Anička bývala v domčeku pod lesom. Pri domčeku mala záhradku, ktorá rozvoniavala široko-daleko. Okrem zeleniny a ovocia v nej pestovala aj liečivé bylinky, z ktorých vyrábala liečivé medicíny, mastičky, čaje. Vedela presne, na čo je ktorá bylina potrebná, ako pomôže chorému brušku, hrdielku, drobnej ranke, dokonca aj zlej nálade.

Aj v minulosti babičky liečili rôzne choroby, k tomu používali namiesto liekov liečivé bylinky: harmanček, púpavu, materinu dúšku, levanduľu, mäta, medovku, jahodový list, lipový kvet, echinaceu, teda rastlinky, ktoré našli priamo v prírode, alebo si ich sadili vo svojich záhradkách.

Väčšinu čajov, ktoré z bylínok uvaríme, treba piť s prestávkami a obmieňať ich. Po dvoch týždňoch si urobíme prestávku, pretože nadmerné užívanie tej istej bylinky by mohlo priniesť úplne iné účinky, aké očakávame, mohli by nám dokonca aj uškodiť. Výnimky tvoria ovocné čaje z lesných listov, alebo plodov... tie môžeme piť stále podľa chuti.

Aj my v našej škôlke Ďatelinke pestujeme na záhradke v bylinkovej špirále a kľúčovej dierke liečivé bylinky tak ako babička Anička.

Aké bylinky pestujeme? Reakcia detí: mäta, medovka, materina dúška, echinacea, levanduľa. Poznáte aj iné liečivé bylinky a rastliny? Reakcia detí: púpava, podbeľ, šípky, lipový kvet ... Podľa čoho spoznáme bylinky z našej záhrady – mäta, medovka, materina dúška, levanduľa..? Reakcia detí: podľa lístkov, tvaru, podľa vône...

Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy

Téma: Stravovanie

Stupeň: MŠ

Aktivita: LIEČIVÁ ZÁHRADKA BABIČKY ANIČKY



www.ekostopa.sk

Príloha 2 Priradovanie bylínok a rastlín k čajom

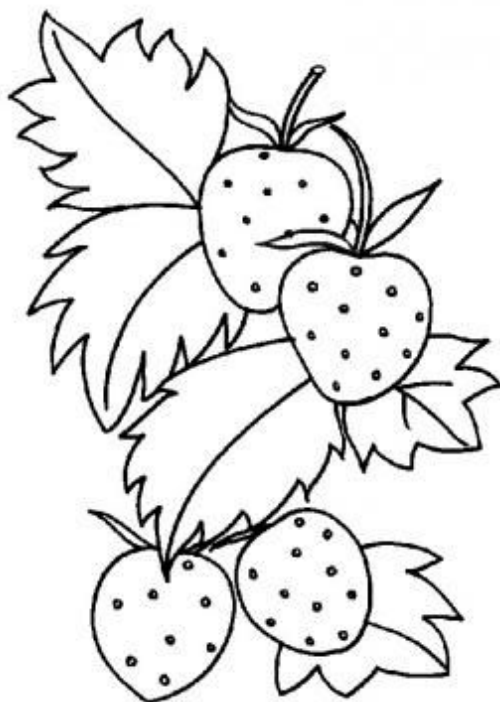


Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy
Téma: Stravovanie
Stupeň: MŠ
Aktivita: LIEČIVÁ ZÁHRADKA BABIČKY ANIČKY

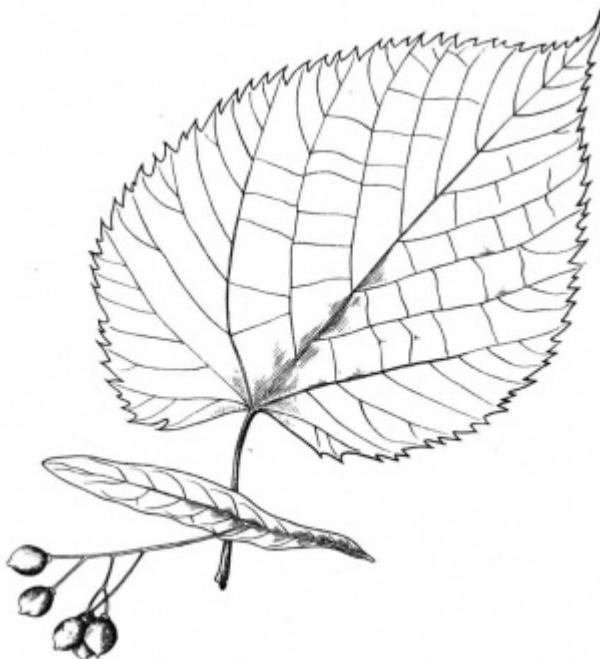


www.ekostopa.sk

Príloha 3 Omaľovánka Jahoda



Príloha 4 Omaľovánka Lipový kvet



Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy
Téma: Stravovanie
Stupeň: MŠ
Aktivita: LIEČIVÁ ZÁHRADKA BABIČKY ANIČKY



Príloha 5 Omaľovánka Levanduľa



Príloha 6 Omaľovánka Materina dúška



Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy
Téma: Stravovanie
Stupeň: MŠ
Aktivita: LIEČIVÁ ZÁHRADKA BABIČKY ANIČKY



www.ekostopa.sk

Príloha 7 Omaľovánka Harmanček pravý



Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy
Téma: Stravovanie
Stupeň: MŠ
Aktivita: LIEČIVÁ ZÁHRADKA BABIČKY ANIČKY



www.ekostopa.sk

Fotodokumentácia: Prírodná záhrada v materskej škole Ďateľinka



Kľúčová dierka s bylinkami na jar



Bylinková špirála na jar



Kľúčová dierka začiatkom leta



Bylinková špirála začiatkom leta



Artušov kruh



Naše jazierko



Vtáčia búdka



Environmentálny hmatový chodník

Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy
Téma: Stravovanie
Stupeň: MŠ
Aktivita: LIEČIVÁ ZÁHRADKA BABIČKY ANIČKY



www.ekostopa.sk