

Beszámoló a Fűben-fában orvosság – nagyanyáink praktikái - Gyógynövények a természetben szakkör

A foglalkozást vezeti: Kocsisné Hecksó Ágnes

A gyógynövények egyidősek az emberiséggel, nagyanyáink tudták, melyik fű, fa, kéreg, bogyó mire való, anélkül, hogy ismerték volna a kémiai összetevőket. Foglalkozásaink célja volt, hogy ezeket a mára kissé feledésbe merült ismereteket a 14 év alatti fiatalokkal újra felfedezzük. A foglalkozások során először a gyerekek növénytani ismereteit bővítettem. Fontos ez, hogy az egyes növényeket biztonsággal felismerjék. Az elméleti foglalkozásokon mindig a csoport életkorának megfelelően, játékosan, dolgoztam fel az anyagot. Különböző feladatok segítségével ismerkedtek a gyerekek a növények jellemzőivel, gyógyhatásaival, a környezetünk növényeivel. Megtapasztalhatták a gyógyteakészítést. A második szakaszban terepi foglalkozásokon figyelhették meg a növényeket. A túrák során egyre több növényt ismertek fel. Megtanulták a gyógynövénygyűjtés és a túrázás írott és íratlan szabályait. Fontossá vált számukra a környezetük védelme. Megismerték a gyógynövények feldolgozásának, tárolásának legegyszerűbb módozatait. A kitűzött céljainkat sikerült megvalósítani, hiszen a gyerekek örömmel vettek részt a foglalkozásokon, életkoruknak megfelelően nagy biztonsággal felismerik környezetük növényeit, soknak a legjellemzőbb gyógyhatását is fel tudják idézni. Gyűjtöttek, szárítottak gyógynövényeket. A szárított növényekből készítettünk illatszakokat, illatpárnákat. Többen mondták, hogy szüleiknek is elmesélték a tanultakat, illetve, hogy egy-egy séta során szüleiket tanították a növények neveire. A foglalkozásokon a gyógynövényekkel kapcsolatban sokat beszélgettünk az egészséges életmódról, a betegségek megelőzésének fontosságáról. Jó volt látni, ahogy a gyerekek egy-egy növényre rácsodálkoznak, hogy milyen egyszerű és mégis milyen szép. Sikerült felkelteni érdeklődésüket a közvetlen környezetük iránt és rájöttek, mennyire fontos ezeknek az értékeknek az ismerete, védelme és megőrzése. Megbeszéltük azt is, hogy a gyógynövények tartós fogyasztása esetén mindenképpen ki kell kérni szakember, pl. a házi orvos tanácsát.

Üllés, 2013. december 12.

Mekesné Volkony Ágnes



Kocsisné Hecksó Ágnes



MAGYARORSZÁG MEGÚJUL



A projektek az Európai Unió támogatásával valósulnak meg.