

Заглавие на плана на урока: Тайните на дълголетието. “Аптеката на Господ” – Лечебни растения. Билките.

Учебен предмет: ПБО – БЕЛ, математика, география и икономика и ТП

Тип на урока: упражнение, практическа насоченост

Вид на урока: Иновативен, проектно-базиран

Продължителност: 4 учебни часа по 40 мин.

Място на провеждане: ОУ „Д-р Петър Берон“

дата:

Клас: 5 клас

Учител: Валентина Христова – БЕЛ и ТП

Цветелина Кирова – математика

Стела Евстатиева – география и икономика

Цели:

Учениците да знаят за лечебните свойства на билките, да ги разпознават, да знаят коя част от билката можем да използваме, къде виреят, кога ги берем и как ги сушим. Да знаят за техните полезни свойства, как и за какво ги използваме.

- Да се обогатят и систематизират представите и жизнения опит на учениците чрез правене и разнообразни дейности.
- Да се стимулират и развиват детските интереси и способности.
- Да се формират практически умения за наблюдение и изследване на обекти.
- Да се създаде интерес към изучаване на живата природа.
- Да се изградят съвременни ключови компетентности.

Очаквани резултати от обучението:

Ученикът:

- Описва, посочва кои са най- разпространените билки в България
- Извлича информация за най-използваните билки в медицината, козметиката и кулинарията
- Назовава коя част от билката се използва- корен, стебло, листа, цвят, плод

- Посочва върху изображение и илюстрира с примери ползата от всяка билка
- Познава правила за здравословен живот.
- Извършва наблюдения и проучва къде расте билката сред природата- местоположение.
- Изработва презентация с помощта на учител / или родител (5клас -Powerpoint)
- Извършва практически опити: направа на ароматизатори
варене на чай със сушени билки
и изработване на венци от свежи билки

Необходими материали и ресурси:

Необходими материали по ТП:

- Направа на ароматизатори за гардероб от лавандула - торбичка, ножица, конец, игла, етерично масло от лавандула - срещу молци - 3клас
- Изработване на самодивски венци със свежи билки - 2клас
- Направа на чай от сушени билки- чайник, котлон, вода, чаши, мед- всички ученици

Необходими са ИКТ ресурси, умения, приложения: интерактивна дъска

- Компютър, телефони и интерактивна дъска
- ИТ уменията, които учителят и учениците ще са необходими за този урок-
- умения на учениците да работят с Word, Powerpoint
- Софтуер и приложения

Методи и форми на работа

Методи: обяснително-илюстративен, дискусия, интерактивни методи

Интерактивни методи: работа в екип

Форми: групова

Междупредметни връзки

БЕЛ, ТП, география и икономика, математика, биология, химия и опасване на околната среда

Подготовка за урока:

На учителя:

На учениците: Учениците са разделени на 4 групи. Проучват, четат и извличат информация от книги за билките в България и от интернет.

Първа група проучва информация за билките, вят венци от свежи билки

Втора група изработват ароматизатори от лавандула за гардероб

Трета група - варене на чай "Букет" от сушени билки (липа, шипка, лайка, жълт кантарион, мента)

Ход на урока:

Въведение

Торбичките с лавандулов цвят са прекрасен аксесоар за дома или офиса. Можете да го поставите като декорация или да ги закачите в гардероба. Така с подходящото етерично масло ще ароматизирате дома, дрехите или дори ще изгоните молците. За по-дълготраен ефект капнахме няколко капки върху торбичката или инжектирахме във вътрешността на торбичката. Цветните пълчици, изпълнени с етерично масло, са ронени на ръка, след като са бяха изсушени по естествен начин. При изсушаването, те не само запазват, а и засилват своя аромат и ароматерапевтични свойства и допринасят за ефикасността на лавандулата във всичките ѝ приложения. Може да се използва за различни декорации, за изработване на малки подаръчета.

Приготвяне на чай (топъл и студен) от сушени билки-липа, шипка, лайка, жълт кантарион - срещу простуда, кашлица, болки в гърлото. Добре познатият любим вкус на мнозина – липа, ментата, лайка, шипка, мащерка, жълт кантарион, съдържат **противовъзпалителни съединения** и е много успокояваща за гърлото, защото го кара леко да изтръпне, като по този начин облекчава болката. Имат отхрачващи свойства, които да облекчат и придружаващата кашлица. Допълнително имат антибактериални и антивирусни свойства, които помагат на

Основна дейност

Събиране на данни:

Лайката има противовъзпалително и омекчително действие при заболяване на храносмилателния път и при възпалителни процеси в дихателните пътища.

Жълт кантарион

Вътрешно приложение:

При лека и умерена депресия – естествен антидепресант

При тревожност, нервност, безсъние, раздразнителност

За успокояване на стомашно-чревния тракт

При язва, гастрит, колики

Има жлъчегонен и диуретичен ефект.

Външно приложение (масло, мехлеми):

За лечение на рани, изгаряния, охлузвания

При кожни възпаления, екзема, акне

Ускорява заздравянето на кожата и действа противомикробно.

Лавандула

Намалява тревожността и безсънието.

Подпомага храносмилането.

Помага при кожни раздразнения.

Има антисептично и противогъбично действие.

Шипка

Билката шипка има следните свойства: антивирусни; заздравяване на рани; имуностимулант; намаляване; противовъзпалително. Отвара от коренищата е в състояние да разтвори камъните в тялото и може да се приема чай от листата за облекчаване на болката и подобряване на стомашната перисталтика.

Липа

В народната медицина, липата се използва за грип, бронхиален катар, възпаление на гърлото, както и възпаление на бъбреците и пикочния мехур.

Коприва

Копривата има общоукрепващо, кръвоспиращо, диуретично, против артрит и ревматизъм, антиалергично действие. Тя намалява нивата на кръвната захар, листата на копривата стимулират появата на кърма, корените възпрепятстват уголемяването на простатата.

Глухарче

Подпомага регулирането на кръвната захар, редуцира нивата на лошия холестерол, стимулира храносмилането, подпомага функциите на черния дроб, подсилва имунната система.

Невен

Невенът има антисептични и противовъзпалителни свойства и затова се използва за медицински цели и за лечение на рани.

Обобщение и заключение на урока

Един вълнуващ и запомнящ се от учениците урок за цял живот. Близко сред природата, на ръка разстояние са ни всички треви - с лечебни свойства.

Учениците получават Работни листи и в тях описват най- разпространените билки в България. Коя част от билката се използва и за какво?

Заключение на урока (5 минути)

Билките в България са едно природно богатство, а натуралната ни аптека винаги е отворена и предлага безплатно за всяка болка – билка.

Нашите предци са познавали полезните свойства на билките и [силата на цветовете](#). Това знание се е предавало от поколение на поколение и бива запазено и до ден днешен във вековната традиция на народната ни медицина.

В нейната основа стои познанието за връзката между човешкия дух, тяло и природата. Изкуството на лечителството се крие в дълбочинното разбиране на човешката същност, която е била добре позната на народните ни лечители, знахари и билкари.

Още преди развитието и откритията на квантовата физика за енергетичната структура на човека, нашите природни лечители са знаели за връзката между физическото тяло и душевно равновесие с целителните свойства на природата.

В даровете на природата е скрита целебна сила. Тя е и в самия човек, а билките в България са едно златно съкровище, в което се съдържа животворната божествена сила.

Натуралната аптека в горите и планините ни предлага лек за всеки един проблем, стига да имаме доверие в целителните сили на Майката Природа, от която и ние самите сме част.

Домашна работа

Оценяване и обратна връзка

1. Наблюдаване, докато работят учениците по групи и участието при дискутирането.
 2. Яснота при хипотезите им.
 3. Преглеждане на Работните им листи.
 4. Пълнота при експеримента им ,свързано с практическата им дейност.
 5. От планираните 4 часа, последният час - се представя презентация с етапите, през които сме преминали.
 6. Обсъждат се резултатите и се сравняват с техните хипотези.
-

Диференциация:

Индивидуализирани задачи според нивото на учениците

Да работят съвместно по групи, работа в екип. Да не се делеят при практическа дейност.

Анализ на проведения урок (след урока):

Какво работи добре в урока? - Работа в екип, стимулира и развива детските интереси и способности.

Формират практически умения за наблюдение и изследване на обекти.

Създава интерес към изучаване на живата природа.

С какви предизвикателства се сблъскват учениците? - Практически дейности, които се харесват на учениците.

Как може да се подобри урокът за бъдещи часове? - Да бъдат включени и родители, баби, дядовци. Учениците да бъдат изведени извън класната стая и сами да събират билки.

Снимки и допълнителни материали (работни листи, ресурси, проекти, брошури, таблици и др.):