

Darbo autoriai: Vilkaviškio r. Pilviškių  
„Santakos“ gimnazijos  
6b kl. mokinių komanda „Vėjo vaikai –  
sveiki kartu!“  
Komandos vadovas - mokytoja Auksė  
Rapulskytė  
Projektui „Sveikata visus metus 2023“  
Birželio mėnesio iššūkis „Sveikatos  
dovanos gamtoje ir Eugenijos  
Šimkūnaitės kūryboje“





*Daugelis vaikų ir suaugusiųjų nepažįsta vaistinių augalų, nežino jų pritaikymo kasdieniame gyvenime, sveikatos stiprinime. Todėl kasmet gimnazijoje vyksta edukacinės programos „Senosios žolininkystės tradicijos“ užsiėmimai su Vilkaviškio rajono Suvalkijos (Sūduvos) kultūros centro-muziejaus darbuotoja, kurių metu mokiniai atnaujiną žinias apie žolininkystės tradicijas, dažniausiai vartojamas vaistažoles ir jų savybes.*







*Edukacinių užsiėmimų metu mokiniai apžiūri įvairius augalus, mokosi atpažinti vaistinius augalus, degustuoja jų arbatas, mokosi panaudoti savo reikmėms.*



***„Nėr žolynų negydančių, tik atitikt reikia.“ EUGENIJA ŠIMKŪNAITĖ***





*Siekdami parodyti gamtos svarbą, komandos „Vėjo vaikai – sveiki kartu!“ nariai skynė ir tyrinėjo augalus, jų žiedus ir lapus.*



**„Esu gyva visame, kas gyva.“ EUGENIJA ŠIMKŪNAITĖ**



Apžiūrinėdami gamtą komandos nariai atsakinėjo į mokytojos pateiktus klausimus:

**Klausimas:** kodėl reikia pastebėti mažus dalykus?

**Atsakymas:** aplink mus yra daug vabalėlių ir žolelių, kurias reikia saugoti. Žolelės gali būti naudingos mūsų sveikatai, nes gydo nuo tam tikrų ligų. Turime saugoti gamtą tam, kad visos gyvūnų ir augalų rūšys išliktų kuo ilgiau mūsų aplinkoje.



**„Nerauk, neskink, neplėšk, žmogau, esi tos pačios gamtos dalis.“ EUGENIJA ŠIMKŪNAITĖ**

**Klausimas:** kodėl yra naudinga rinkti augalus?

**Atsakymas:** augalus renkame ne tik dėl sveikatos, tačiau juos galime pažinti, tyrinėti ir padaryti išvadas apie mus supančią įvairiaspalvę gamtą.



**„Einam nusiskinam gėlę, vieną, kitą, bet jos vysta ir mes jas numetam. O Gesė eina paskui mus ir renka apvytusius žiedus. Priėjom ežerą, ji sumetė gėles į vandenį ir sako: „Skint be reikalo jokio žolyno niekada nereikia. Jeigu nuskynei, numesk vandenin.“ EUGENIJA ŠIMKŪNAITĖ**



**Klausimas:** kokių sveikatos dovanų galime rasti gamtoje?

**Atsakymas:** žolelės kurias galime rasti laukuose, soduose ir darželiuose yra mažos ir didelės gamtos dovanos. Įvairios žolelės tinka kaip vaistas nuo peršalimo, kitų organizmo negalavimų gydymui, naudojamos ir maistui gaminti.



**„Sveikatą turime visam gyvenimui tik vieną, tad stenkimės, kad sąmoningai ar nesąmoningai neatsistotume ligos pusėje. Gydytis – ne kartomis lošti, rizikuoti nevalia.“ EUGENIJA ŠIMKŪNAITĖ**

*Apibendrinimas. Būti gamtos tyrinėtoju, tai ne tik suprasti kuo gamta yra svarbi, bet ir jausti kiekvieną mažą pasaulio dalelytę. Maži dalykai tampa dideliais tada, kai mes sugebame suprasti kiekvieno daikto prasmę. Dalis augalų, net ir mažas jų lapelis gali būti vaistas.*



**„Žmogus – nei gamtos valdovas, nei koks pastumdėlis benamis, jis lygiateisis narys, visų įvykių dalyvis, turįs teisę reikalauti, kad su juo padoriai ir teisingai būtų elgiamasi. Bet jis ir atsakingas už savo veiksmus, ir padaręs žalą, privalo ją išpirkti. Lygus tarp lygių, lygus gaudamas, lygus ir atsakydamas.“ EUGENIJA ŠIMKŪNAITĖ**