

Soyadı	GÜNDOĞAN	İsim	Fatma
Başlık	Sağlık İçin Bitkisel Çayları Keşfetmek	Zaman	2 saat
Ders:	Biyoloji		
Amaçlar	<ul style="list-style-type: none"> • Bitkisel çayların sağlık ve zindelik açısından faydalarını öğrenmek. • Sağlıklı çay yapımına uygun bitkileri tespit edip toplamak. • Bitkisel çay yapım sürecinde hesaplamalı düşünme prensiplerini uygulamak. 		
Temel BT unsurları:	Ayrıştırma; Desen tanıma; Soyutlama; Algoritma tasarımı.		
Yaş Grubu :	10-12 yaş		
Öğrenme durumları:		Aktivite türü:	ders dışı
Gerekli Malzemeler:	<ul style="list-style-type: none"> • Çeşitli otlar (örneğin nane, papatya, melisa) • Çay demleme aparatı veya süzgeci • Kaynar su • Bardaklar veya kupalar • İsteğe bağlı: Bal veya şeker gibi tatlandırıcılar 		
Öğrenme gelişimi :			
giriş	<p>Derse birkaç soruyla başlayın. "Kendinizi iyi hissetmediğinizde genellikle hangi içecekleri içersiniz?" "Hiç bitki çayları denediniz mi? Hangilerini?" Öğrencilerin bitki çayları ve kullanımları hakkındaki ön bilgilerini ortaya koyalım. Bitki çaylarının kurutulmuş meyvelerden, çiçeklerden, baharatlardan veya bitkilerden yapıldığını açıklayın. Yaygın Bitki Çayları: Sakinleştirici papatya. Sindirim için nane. Mide bulantısı veya soğuk algınlığı için zencefil. Sınıfa gerçek kurutulmuş bitkiler getirin. Öğrencilere nane, papatya, zencefil, kekik gibi bitkiler dağıtın ve bunları incelemelerini ve koklamalarını sağlayın. Bitki çaylarının bazı faydalarından bahsedin. Yüzyıllardır kullanılan bazı tedaviler için dünyada öne çıkan çay türlerini adlandırın. Bazı çaylar sindirime yardımcı olurken, diğerleri rahatlamayı teşvik eder veya bağışıklık sistemini güçlendirir.</p> <p>1. Ayrıştırma (10 dakika):</p>		

- Bitkiler, su ve isteğe bağlı tatlandırıcılar gibi sağlıklı bir bitki çayının bileşenlerini tartışın.
- Bitki çayı hazırlama sürecini, bitkileri seçmek, su hazırlamak ve çay demlemek gibi daha küçük adımlara bölün.

2. Desen Tanıma (10 dakika):

- Farklı sağlık yararları için kullanılan bitki türlerindeki kalıpları belirleyin (örneğin sindirim için nane, rahatlama için papatya).
- Bitki çayı hazırlamada suyu kaynatma ve bitkileri demleme gibi yaygın adımları tanıyın.

Desen Tanıma: Desen tanıma, bir veri veya bilgi kümesindeki benzerlikleri veya tekrar eden unsurları belirlemeyi içerir. Bitki çayı yapma bağlamında, desen tanıma, farklı otlar arasındaki ortak desenleri, örneğin aromalarını, tatlarını veya sağlık yararlarını tanımayı içerebilir. Ayrıca çay yapma sürecindeki tekrar eden adımları anlamayı da içerir.

• Örnekler:

- **Aroma Desenleri:** Öğrenciler, nane veya lavanta gibi bazı bitkilerin, genellikle rahatlama veya ferahlıkla ilişkilendirilen belirgin aromalara sahip olduğunu fark edebilirler.
- **Sağlık Faydası Modelleri:** Öğrenciler, araştırma veya gözlem yoluyla, papatyanın sakinleştirici özelliği veya zencefilin iltihap giderici etkisi gibi bitkilerin sağlık yararlarındaki modelleri tanıyabilirler.
- **Demleme Desenleri:** Öğrenciler, suyu kaynatmak, otları belirli bir süre demlemek ve bal veya şeker gibi isteğe bağlı tatlandırıcılar eklemek gibi demleme sürecindeki yaygın desenleri gözlemleyebilirler.

3. Soyutlama (10 dakika):

- Bitkisel çay hazırlama kavramını belirli otların ve sağlık yararlarının ötesinde soyutlayın.
- Sağlıklı çay yapmak için bitkilerin seçilmesi, hazırlanması ve demlenmesinin genel prensiplerine odaklanın.

Soyutlama: Soyutlama, en önemli unsurlara odaklanarak ve alakasız ayrıntıları görmezden gelerek karmaşık fikirleri veya kavramları basitleştirmeyi içerir. Bitki çayı yapma bağlamında, soyutlama çay hazırlama sürecini belirli bitkilerin veya sağlık yararlarının ötesine genelleştirmeyi içerebilir. Çay yapımında yer alan temel prensipleri ve adımları anlamaya odaklanır.

Örnekler:

- 1. Bitki Çayı Hazırlama:** Bireysel bitkilerin belirli özelliklerine odaklanmak yerine, soyutlama, bitki seçimi, suyu kaynatma ve demleme gibi bitki çayı hazırlamada yer alan genel adımları anlamayı içerir.
- 2. Sağlık Faydası Genellemesi:** Soyutlama, bitki çaylarının sağlık yararlarının, belirli rahatsızlıklara veya durumlara odaklanmak yerine, genel refahı, rahatlamayı veya sindirimi teşvik ettiği şeklinde genelleştirilmesini içerebilir.
- 3. Malzeme İkamesi:** Soyutlama, öğrencilerin farklı bitkilerin ikame edilerek veya birleştirilerek yeni çay karışımları oluşturulabileceğini anlamalarını sağlar ve bitkisel çay yapımındaki esneklik ve yaratıcılığın önemini vurgular.

Özetle, desen tanıma öğrencilerin ortak noktaları veya tekrar eden unsurları belirlemesine yardımcı olurken, soyutlama karmaşık kavramları basitleştirmelerine ve bitkisel çay yapmanın temel prensiplerine odaklanmalarına olanak tanır. Bu bilişsel süreçler hesaplamalı düşünmede önemlidir ve öğrencilerin çeşitli bağlamlarda anlayışlarını ve problem çözme becerilerini geliştirebilir.

4. İnfüzyonla Bitki Çayı Hazırlamak İçin Algoritma Tasarımı (10 Dakika):

Adım 1: Her bitkiyi tartın

Adım 2 : Otları karıştırın.

Adım 3: Suyu kaynatın.

Adım 4 : Sıcak suda 5-10 dakika bekletin.

Adım 5 : Otları süzün ve çayını için.

Malzemeler (otlar)

Boğaz ağrısı:

- Papatya 2 gr
- Kekik 2 gr
- Adaçayı 1 gr

Öksürük:

- Hatmi çiçeği 3 gr
- Anason 2 gr

Soğuk:

- Ihlamur 1,5 gr
- Mürver Meyvesi 3 gr
- Papatya 3,5 gr

5. Etkinlik (15 dakika):

- Öğrencilerin koklayıp incelemeleri için çeşitli otlar dağıtın.
- Öğrencilere çay yapımında kullanmak istedikleri bitkileri seçmelerini söyleyin.
- Seçilmiş bitkileri kullanarak bitki çayı hazırlama ve demleme yöntemini gösterin.

6. Tadım ve Düşünme (10 dakika):

- Öğrencilerin bitki çaylarını tatmalarına izin verin.
- Onları çay tercihlerinin lezzetleri ve potansiyel sağlık yararları üzerinde düşünmeye teşvik edin.
- Bitkisel çay yapma süreci hakkında deneyimlerinizi tartışın ve fikirlerinizi paylaşın.

7. Sonuç (5 dakika):

- Bitkisel çayların faydaları ve yapılış süreci de dahil olmak üzere derste öğrenilen temel kavramları gözden geçirin.
- Yeni bitki çayı kombinasyonlarını keşfetmede deney ve keşfin önemini vurgulamak.
- Öğrencileri sağlık ve esenlik için bitkisel çayları keşfetmeye devam etmeye teşvik edin.

Ev ödevi:

- Öğrencileri ek bitkileri ve sağlık yararlarını araştırmaya davet edin.
- Dünyanın farklı bölgelerinde bitki çaylarının kültürel önemini keşfedin.
- Öğrencileri kendi bitki çayı karışımlarını oluşturmaya ve bunları sınıf arkadaşlarıyla paylaşmaya teşvik edin.

Değerlendirme:

- Öğrencilerin bitki çaylarının faydalarına ilişkin anlayışlarını ve uygun bitkileri seçme yeteneklerini değerlendirmek.
- Öğrencilerin çay yapma sürecine katılımlarını ve algoritma tasarımında özetlenen adımları takip etme yeteneklerini değerlendirin.
- Öğrencilerin farklı otlar ve tatlarla ilgilenme ve deneme yapma isteklerini izleyin.

Beklenen sonuçlar:

- Bitkisel çayların anlaşılması: Öğrenciler çay yapımında kullanılan çeşitli bitkiler ve bunların tıbbi özellikleri hakkında bilgi sahibi olacaklardır.
- Pratik beceriler: Öğrenciler, soğuk algınlığına karşı bitki çayı hazırlamayı, doğru oranda bitki kullanmayı, kaynatma yöntemlerini ve demleme sürelerini öğrenecekler.
- Sağlık yararları konusunda farkındalık: Öğrenciler, bitki çaylarının bağışıklık sistemini nasıl destekleyebileceği ve soğuk algınlığı semptomlarını nasıl hafifletebileceği konusunda bilgi edinecekler.
- Gerçek hayatta uygulama: Öğrenciler, bitkisel çay kullanarak hafif soğuk algınlığını doğal yollarla tedavi etmek için bilgilerini uygulayabilecek ve farklı semptomlar için uygun bitkileri nasıl seçeceklerini anlayacaklardır.
- Eleştirel düşünme: Öğrenciler bitki seçerken ve farklı durumlarda bitki çaylarının etkinliğini değerlendirirken karar verme pratiği yapacaklardır.

Notlar:

--