

# 班本课程“我身边的中草药”实施策略探究

陈静波 张晗

(常州三井街道中心幼儿园 江苏省常州市 213000)

**摘要:** 中草药是我国医学的宝贵财富,是我们健康的守护神,也是幼儿从小感受中华医药博大精深的好教材。教师从引导幼儿种植身边常见的中草药:薄荷、山茶花、生姜等,有效感知中草药和我们的生活息息相关。在班级创设中医生活馆等游戏,幼儿在潜移默化地感知、制作香囊,传承中草药传统文化。

**关键词:** 种植中草药、创设中医馆、香囊

## 一、游戏起源:种植中草药,激发兴趣

班级幼儿在生活中接触过中草药,如喝过百合熬的粥、菊花、胖大海茶等;班中还有一些体质弱的幼儿经常要去看中医,经过调查,班中有27名幼儿看过中医,吃过中药,由此说明幼儿有一定的感性经验。《纲要》指出:“引导幼儿对身边常见事物、现象、特点,产生兴趣和探究欲望。”在班级的植物角,我们种了生姜、菊花、山茶、薄荷等,并号召每个幼儿家庭种植中草药,运用放大镜、测量工具、观察记录等多元方式感知身边的中草药。

## 二、游戏开展:创设中医馆,探究玩法

角色游戏是幼儿根据自己的兴趣、愿望,运用模仿和想象,通过扮演角色创造性地反映现实生活的一种游戏,因其较程度地满足了幼儿爱模仿的需要,从而成为了幼儿最喜爱的游戏之一,当下新冠疫情的背景下,我们开设了中医生活馆。同时延伸分为三个部分:中医门诊部、中药房、香囊馆。

### 故事一:养平安,益五脏——生姜红枣茶

根据幼儿直觉形象思维的学习特点,我们运用视频、选取生活中常见的中草药:生姜、红枣,引导幼儿感知观察、探索体验,从幼儿感兴趣的中草药入手,让幼儿了解中草药的神奇,萌发对中草药的兴趣。

随着冬天来临,生活馆逐渐热闹起来,特别是生姜红枣茶很火。孝孝小朋友去中医馆,说最近生病了,田田小朋友扮演中医医院的医生,给孝孝把脉诊断,说是受凉了,喝点红枣生姜茶就好了。孝孝看完病,拿着医师助理依依给他开的药方去药房拿药。药房里的药师们分工合作,有的在碾磨生姜,有的在碾磨加工红枣,并将这两种药材放入纸袋里。药师把生姜红枣茶放到涵涵手上,交代他一天可以泡茶喝三次,这样很快就好,涵涵满意地走了。

### 发现问题:

这样的游戏持续了一周,一周后生活馆有些冷清,没有病人去看病,主任医师和助手显得无所事事,两个人在一起说笑,甚至打闹。药房的药师们把药房的各种药材都拿出来混合倒在木碗以及木臼中,捣药的过程中,把药撒得满地都是……

### 及时调整:

发现幼儿在游戏变得无序时,教师撤去了多个品种的中草药,就提供了一男一女两个娃娃。一天一涵竟然抱着娃娃说:“我的女儿二涵生病了”他抱着他的女儿去门诊部找主任医师看病,主任医师为他的女儿把脉诊断,于是又开始了到药房配生姜红枣茶的游戏活动。一涵还带着他的女儿二涵去领取了香囊。

**反思:** 以上游戏活动基于幼儿的生活经验。皮亚杰认为:“知识的产生有赖于儿童对材料的探索、操作和摆弄。”活动中为充分让幼儿主动探索,教师为幼儿投放了大量的红枣、生姜等生活中常见的中草药,让幼儿运用多种感官看、摸、捏、闻、尝,在探索中了解中草药的名称、特征和作用。通过让幼儿看药方、配药、泡药、尝药等形式,引导幼儿观察中草药在水中变化的神奇,培养幼儿主动探究的能力。教师充分理解幼儿的学习方式与特点,最大限度的支持和满足幼儿通过直接感知、实际操作和亲身体验获取经验的需要,在生活馆投放了碾磨红枣、生姜的工具。幼儿能自主自发地进行游戏,发现门诊部的主任医师比较忙乱时,又邀请了一名幼儿充当主任医师助手,协助主任医师记录病人的情况,相当于写病历卡,当教师发现主任医师把脉不够专业时,在游戏分享环节分享中医把脉的视频,并在之后提供把脉枕,让医师更“专业”。游戏时教师一定要用心观察幼儿,支持幼儿的游戏向更高水平发展。

### 故事二:巧动手,送吉祥——辟瘟锦囊十里香

民间自古就有“戴个草香袋,不怕五虫害”的说法,佩戴香囊是中国传统的辟瘟习俗,也同时是中国传统的一种习惯。织锦香囊,采用中华传统织锦工艺,自古即有“锦囊妙计”之说。一枚锦囊,装着古人的智慧,系着东方的情调。

越越说:“我妈妈车子里有一个爱心形状的小香囊,妈妈说个香味可以提神。”

希希说:“艾草可以装到香囊里,既好看又驱蚊,还会让屋子里变得香香的。”

依依说:“我奶奶的房间挂着一个长长口袋的香囊,我每次一进门就闻到一股药香味。”

幼儿对香囊产生了浓厚的兴趣。

### 发现问题:

男女娃娃提供了一段时间后,生活馆确实热闹了一阵子,可是一周后,娃娃被闲置了,中医生活馆的门诊部和中药房很冷清,几乎无人问津。然而,制作香囊的区域里人气一直很旺。

### 及时调整:

#### 1.走出去寻找香囊

一天欣欣妈妈在班级QQ群,说带着孩子逛青果巷时发现一个中医文化体验中心,于是带着孩子进去参观,并把欣欣探究中医馆香囊的照片发到QQ群,这引起了其他小朋友的好奇,于是团子、昊昊等小朋友也走进青果巷的中医体验中心,妈妈们用心拍摄了孩子参观的过程,教师鼓励幼儿用照片进行分享他们在中医体验中心

的所见所闻。我们还发起了“找香囊”的调查表，引导孩子寻找身边的香囊，画画看到的香囊，了解里边装的药材香料等。

香囊如此神奇，基于幼儿的兴趣，我们和幼儿共同讨论将中医生活馆的门诊部、中药房和香囊馆进行了整合。幼儿在中医生活馆制作香囊很开心，为满足幼儿的需求，我们提供了毛球、亮片，然而幼儿只是拿着毛球或者亮片随意粘贴到香囊袋子上，这些亮片和毛球就显得杂乱无章。在游戏分享交流环节，我们请幼儿说说：你喜欢在香囊袋子上设计什么样的图案？什么样的图案很好看？孩子们天马行空，说出了花朵、圣诞树、雪人等。圣诞节来临，我们就请孩子带来了圣诞树，有关雪人、雪花的绘本等，教师还打印了雪人、雪花的图片作为支架呈现在中医生活馆内。

### 2. 渗透绘本《丢了香包》

绘本《丢了香包》讲述的是小狗汪汪利用自己的嗅觉帮助狐狸小皮找到香包，也让幼儿在跟随他们寻找香包的过程中“嗅”到了各种气味，知道了不同动物“闻”气味的器官和方式。在分享这本绘本时，幼儿看到绘本封面上的马桶哄堂大笑，继而目光转向小熊手中的粉色香包，当绘本第一次出现完整的粉色香包时，幼儿对香包上的花朵图案很感兴趣。在听完这个故事后，孩子们纷纷想设计一个香包。幼儿拿起了纸笔，俨然一个个小设计师，大胆表现着自己的想法，他们也迫切想拥有一个属于自己的香囊。

### 3. 请中医进班

然爸爸为孩子们请来了一名中医走进我们的班级，中医首先用PPT为孩子形象生动地讲解了一些中草药知识，从挂艾叶、菖蒲也是中国民间节日习俗开始说起，孩子们了解到端午因湿冷酷热，非常容易滋长病菌，家家户户在大门口悬挂菖蒲、艾草叶，能够取其香味清洁气体，降低病菌滋生，杜绝疫病病症。中医强调生活中的方方面面都有中医文化的体现。

其次，中医还结合班里现有的捣药和研磨中草药的工具进行了演示和操作，孩子们纷纷上前体验，他们了解到石臼可以用来研磨珍贵的中草药，而船型中草药研磨器既可以用手，也可以用脚来滑动滚轮来研磨中草药。如何在香囊里装入中草药呢？中医进行了示范和讲解，极大地满足了幼儿的好奇心。

再次，中医还简单分享了推拿的手法。孩子们了解到中医用手在人体上按经络、穴位，用推、拿、提、捏、揉等手法进行治疗。推拿，是一种不需要药物的自然疗法。推拿有疏通经络、调和气血、提高免疫力的作用。推拿的时候，开头的第一下都不能使大劲，应该软中有硬，刚柔相济，而后逐渐加强。这给孩子们中医馆的游戏有了很大的帮助，宝贝们也摩拳擦掌地尝试起来。

接着，中医给孩子们看了他带来的中医常用的一种工具——针具。针灸疗法是中国医学遗产的一部分。千百年来，对保卫健康，繁衍民族，有过卓越的贡献，直到如今，仍然担当着这个任务，为广大群众所信赖。中医告诉我们，这个针可不是平时小朋友打针的那种针，这个针是实心的，里面是没有药的。要按照一定的角度刺入病人体内，运用捻转与提插等针刺手法来对人体特定穴位进行刺激从而达到治疗疾病的目的。但是，小朋友们不能自己随便尝试！

然后，中医给我们带来一个拔罐用的竹罐，拔罐是以罐为工具，利用燃火、抽气等方法产生负压，造成局部瘀血，来达到通经活络、行气活血、消肿止痛、祛风散寒等作用的疗法。小朋友们不太懂什么是负压，中医告诉我们就是把罐子里面的空气变少，然后吸在我们的身体上。通过讲解，孩子们懂得拔罐的妙处和它的原理。

最后，中医还拓展一个有趣的中医调理方式就是：耳穴压豆法。耳穴压豆法，是用胶布将药豆准确地粘贴于耳穴处，给予适度的揉、按、捏、压，使其产生酸、麻、胀、痛等刺激感应，以达到治疗目的一种疗法。中医为了方便孩子们观看学习，还带来了一个可爱的小耳朵模型，仔细看一看，这个小耳朵倒过来就是一个小婴儿的形状。中医还告诉了我们治疗失眠、多梦、心烦、疲惫的“神门”穴以及对眼睛有好处的穴位，给想要尝试的小朋友耳朵上贴上了“小豆豆”。

### 反思：

走出去参观中医文化体验中心和请进中医进班有效丰富了孩子对中草药的认知。调查表用孩子喜欢的方式去呈现，让孩子对香囊萌发更浓厚的兴趣。当教师观察到孩子孩子在香囊袋上创意造型的兴趣浓厚，但图案创意比较随意时，教师能提供绘本、图片等支架，幼儿主动观察老师提供的图片以及绘本支架，在香囊上用毛球以及亮片摆出漂亮的造型，再用热能胶枪进行固定。有的幼儿负责捣药，有的孩子负责将这些捣碎的中草药装入装饰好的香囊袋子里。有的把中草药放入中药碾压器具里碾压，有的为香囊放入香味十足的艾叶。每个香囊内有蒲公英、朱砂、雄黄、香药等等，外包丝布，清香四溢，中医生活馆的游戏变得十分有序。我们还提供了这些材料：八角、桂皮、香叶、肉桂、小茴香、陈皮、罗勒、尤加利、薰衣草、玫瑰、洋甘菊……幼儿在游戏中不断探索：通过前后滚动、上下捣动，以及手工拧一拧红枣等方式探究研磨捣制中草药。他们选一味最爱的中草药香料，研磨捣制，做成香包，在这里，幼儿的身体和心灵都被香气围绕。新年文化节，孩子们分工有序：有的孩子负责捣药；有的孩子自制许多不同形状的香囊；有的孩子在香囊袋子上用老虎、花朵等有趣的图案装饰，并设计了流苏；有的孩子负责装药，他们想到将棉花、花生、虎头发卡以及中草药一起塞入香囊，期许买到香囊的人在虎年吉祥如意、健康平安；有的孩子在铺子里吆喝着……

### 三、游戏总结：中草药课程，梳理经验

中草药本身是传统文化的代表，而对于幼儿来说，认识几种常见的中草药，了解其药性，是最“接地气”的方式。教师从引导幼儿种植身边常见的中草药：薄荷、山茶花、生姜等，到发动家长资源，在家庭中种植大蒜，有效感知中草药和我们的生活息息相关。中医馆游戏从门诊部、药房、香囊区到香囊馆的整合，体现出教师的用心观察，以及不断跟进幼儿的发展需求。走出去寻找香囊、将中医请进班级，让孩子对香囊有了更深的认知，更了解了推拿、针灸、拔罐等中医知识。孩子们在做香囊的过程中渗透了做中学的理念，设计香囊体现出幼儿的创美水平，幼儿与中草药的互动中，感知它们的特性。中草药文化底蕴深厚，是传统优秀文化的载体和钥匙，在幼儿中传播中草药文化，很有意义。

开展了此课程，孩子们对身边的中草药有了初步的认识，并热爱身边的中草药，他们了解到红枣、枸杞、桂圆等中草药有丰富的营养，幼儿园的下午茶：红枣、枸杞、桂圆茶从开学时，班里的13名幼儿吃到现在班里36名尝试吃红枣、枸杞、桂圆茶。孩子们和我们分享很喜欢吃家里种植的大蒜炒鸡蛋、大蒜炒肉、大蒜炒萝卜等。身边的中草药正以独特的芳香吸引着他们探究。了解到部分幼儿想做更多造型的香囊，我们后期可以提供儿童缝纫机，引导幼儿从形状上引导幼儿自己用针线缝一缝，还可以投放更多的绳子、珠子来装饰制作香囊。另外，我们可以根据季节和主题，提供或种植相应种类的常见的中草药来进一步丰富课程。