

Rahvameditsiin enne ja nüüd

Vaimse kultuuripärandi tööleht. Ühiskonnaõpetus
Pille Olesk, Valga Põhikool, Valga Gümnaasium

Paljud pered kasutavad haiguste ennetamiseks ja raviks rahvameditsiini võtteid, mida põlvest põlve edasi antakse. Suvel korjatakse ravimtaimi ja muretsetakse koju mett ning metsamarju, et ennetada ja ravida külmetushaigusi.

Tunni eesmärk

Haiguste ennetamise ja raviga seotud teadmiste ja oskuste väärtustamine, edasikandmine, hoidmine ja laiem tutvustamine. Tunni käigus saab õpilasi suunata uurima peres kasutatavaid ennetus- ja ravivõtteid.

Tulemusi saab jagada ja võrrelda kaasõpilastega. Tähtis on perekonna kaasamine õppeprotsessi. Nii teadvustatakse ja väärtustatakse (vana)vanemate tarkusi ja oskusi, andes asjakohast teavet lastele edasi. Tänapäeval on lihtne leida teadmisi raamatutest ja internetist. Siiski usutakse ja usaldatakse oma pereliikmete teadmisi ja oskusi.

Perepärimuse kogumise tulemus

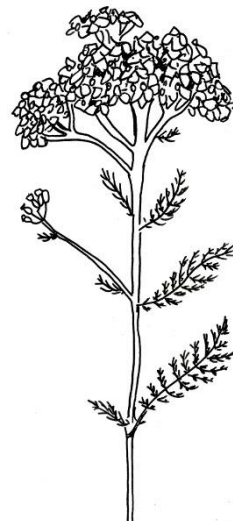
Õpilane saab praktilise tegevuse kogemuse, mille tulemusena oskab ta paremini mõtestada pärimuskultuuri ja tajuda selle järjepidevust. Õpilane teab pärimuse tunnuseid ning oskab märgata ja määratleda pärimuskultuuri enda ümber.

Kas teadsid?

Soolatüügaste ravi

Vanasti seoti soolatüüka ümber kas juuksekarv, niidijupp või hobuse sabajõhv. Maagiline vahend oli ka punane lõng, millega piirati haiget kohta. Ka tänapäeval usutakse punase lõnga raviväesse.

Soolatüükaid näidati kaduneljapäeval kuule. Haiget kohta hõõruti soola ja aknahigiga. Ka tänapäeval usutakse, et rohutirtsu hammustus kaotab tülika soolatüüka.



Raudrohi on tuntud ravimtaim. Joonis: Jane Remm

Märksõnad, mõisted

Vaimne kultuuripärand: põlvest põlve edasi antud teadmised, oskused, kombed ja tavad, mis on kogukondadele omased ja olulised ka praegu.

Rahvameditsiin (etnomeditsiin, pärimusmeditsiin): rahva seas kasutusel olevad uskumused, teadmised ja ravivõtted haiguste ennetamiseks ja neist jagu saamiseks.

Perepärimus: kultuuriliselt kokkukuuluva väikerühma pärimus, näiteks tähtpäevade ja argieluga seotud traditsioonid, suguvõsa ajalood, lood pereliikmetest.

Ravimtaimed ennetavad ja ravivad haigusi.

Õpiväljundid

Vastavalt vanuseastmele ülesande edukalt läbinud õpilane:

- ◆ on koostanud uurimistöo;
- ◆ mõistab pärimuskultuuri rolli ühiskonnas;
- ◆ seostab rahvapärimust oma pere ja endaga, tunneb rahvameditsiini lihtsamaid võtteid;
- ◆ tunneb pärimuskultuuriga seotud terminoloogiat ja esmaseid uurimisvõtteid;
- ◆ oskab tööd korrektselt vormistada ning kaasõpilastele esitada.

Seos õppekava ja ühiskonnaõpetuse ainekavaga

Õppe eesmärgid. Õpilane:

- ◆ määratleb ennast kodanikuna, toetab oma käitumisega ühiskonna, kultuuri ja looduskeskkonna jätkusuutlikku arengut;
- ◆ teadvustab ja tunneb mineviku ja nüüdisaja ühiskondade kultuurilist mitmekesisust;
- ◆ mõistab ennast kultuuri kandjana, edasiviijana ja kultuuride vahendajana;
- ◆ märkab teadmiste sidusust teiste ainetega (bioloogia – taimede tundmine, inimeseõpetus – haiguse ennetamine, psühholoogia – perekonna tähtsus, positiivsete sõnade jõud, arvutiõpetus – uurimistöo vormistamine ja esitlus).

Soovitused õpetajale

Kevadel või sügisel võib tunni läbi viia õues, aidates õpilastel märgata kooli ümbruses kasvavaid ravimtaimi. Näiteks võib kevadel leida kasepungi, õunapuuõisi,

teelehti, võililli jne. Linnaruumis tuleb teavitada õpilasi, et ravieesmärgiks tehtav korjetöö võiks toimuda linnast eemal. Tähelepanu peaks juhtima ka sellele, et mõned taimed võivad olla mürgised. II kooliastme õpilastega võib joonistada õues kasvavaid ravimtaimi. Huvitavama pildi saamiseks lõikavad õpilased papist pildi ääre ja asetavad õues selle leitud taime (näiteks võilille) ümber. See meetod võimaldab taime lähemalt vaadelda ja joonistada taime üldpildist eraldatuna. Taimi võib ka pildistada ja klassis/koolis näituse korraldada. Taimi võib korjata ja klassiruumis alusele kleepida, moodustades vahvaid kujundeid (puid, mosaiike).

Viited

- ◆ *HERBA: Historistlik Eesti Rahvameditsiini Botaaniline Andmebaas.* (2008). Koost. R. Sõukand, R. Kalle. Võrguteavik. Tartu: EKM Teaduskirjastus.
<http://herba.folklore.ee/>
- ◆ Kõivupuu, M. (2004). *Rahvaarstid. Noor ja vana Suri Võrumaalt.* Tartu.
<http://www.folklore.ee/pubte/rahvaarstid/>
- ◆ Lõuna- Eesti pärimuse portaal LEPP.
<http://www.folklore.ee/lepp/>
- ◆ Paju, A. (2008). *Ravimtaimed looduses ja apteegis.* Tallinn: Agitaator.
- ◆ Raal, A. (2013). *101 Eesti ravimtaime.* Tallinn: Varrak.
- ◆ Raal, A. (2003). *Taimedes talletuv tervis.* Tallinn: Valgus.

Kooliaste: põhikooli III aste, ülesande raskusastet muutes võib kasutada ka II või IV kooliastmes.

Ainetundide arv: 4-5 (tunde võib kombineerida: 2 õppetundi (sissejuhatus ja uurimistöo esitlus), ülejäänud on õpilase kodutöö).

Materjalid, töövahendid:

arvuti, projektor.

Õpikeskkond:

Õppetegevuseks kasutatakse klassiruumi, võimalusel arvutiklassi. Kevadel või sügisel võib sissejuhatus tund toimuda õues.



Ülesande kirjeldus

Sissejuhatus (1 tund)

1. Õpetaja aitab vastavalt vanuseastmele avada teemat, tutvustades rahvameditsiini mõistet ning kasutamist enne ja nüüd. Õpetaja küsib õpilastelt, milliseid ennetus- ja ravivõtteid nad teavad.
2. Õpetaja tutvustab töö lõpptulemust, milleks on uurimistöö ning selle esitlus klassikaaslastele.

Uurimine ja töö vormistamine

1. Kodutöö – perepärимuse kogumine (võimalusel võiksid õpilased vestluse või intervjuu salvestada). Abistav küsimustik perepärимuse kogumiseks (Lisa).
2. Töö vormistamine arvutiklassis, 1 tund.
Kui pole võimalik arvutiklassi kasutada, vormistatakse töö kodutööna. Töö illustreeritakse joonistuste või fotodega. Vajadusel suunata õpilane lisamaterjali otsima, näiteks võib tööle lisada vaadeldud ravimtaime rahvapärased nimetused ja laiema kasutusala.
3. Töö arvutiklassis, 1 tund. Lihtsa slaidiprogrammi koostamine ja kujundamine. Kui pole võimalik arvutiklassi kasutada, vormistatakse esitlus kodutööna.

Väljund, lahendus (1 tund)

Uurimistöö esitamine. Ettekanne klassikaaslastele.

Kokkuvõte, tagasiside (1 tund)

1. Võimalusel koostada kogumik töödest.
2. Tulemuseks võib olla ka populaarsema ravimtaime või ravimise viisi valimine, näiteks tabeli kujul, plakatina (II-IV kooliaste).
3. Teha koolis temaatiline seminar või konverents (IV kooliaste).
4. Koostada tulemustest näiteks ajaleht (III-IV kooliaste).
5. Mitmekultuurilise klassi puhul on võimalik arutellu sisse tuua õpilaste erinevad kultuuritaustad ja -kogemused (III-IV kooliaste).

Hindamine

Kujundav hindamine. Hinnatakse märkamise, sõnastamise, tõlgendamise võimet, vanematel kooliastmetel ka analüüsioskust. Hinnatakse uurimistööd, vormistamist ja kujundust ning esitlusoskust. Hinnata võib mitmes aines, näiteks arvutiõpetuses, kunstiõpetuses jne.



Töölehe lisa. Küsitlusleht ehk abistavad küsimused rahvameditsiini-alase pärimuse kogumiseks

Andmed:

- ◆ Koguja (õpilane):
- ◆ Kogumisaeg ja -koht:
- ◆ Vastaja (pereliige):
- ◆ Kogumissituatsioon (vestlus, intervjuu jne):
- ◆ Kellelt vastaja kuulis:
- ◆ Vastaja arvamus loost:
- ◆ Pärimustekst:
- ◆ Koguja arvamus:

Mida koguda:

- ◆ Kuidas peres haigusi ennetatakse?
- ◆ Mis taimi rohuks tarvitatakse (sisse võetakse, peale määratakse) ja mille puhul? Kas on oluline ka kuuseis, kellaeg või nädalapäev?
- ◆ Kas mainitud ravivõtte on aidanud? Palun meenutage mõnda juhtumit ja selle asjaolusid (asjaosalised, aeg, koht).
- ◆ Kust saab pereliige haiguste ennetamiseks ja ravimiseks vajalikke taimi? Kas korjab ise, ostab apteegist?
- ◆ Kellelt/mille vahendusel saab/on saanud pereliige haiguste ennetamiseks ja ravimiseks vajalikke teadmisi? Näiteks kodu, tuttavad, raamatud, raadio, televisioon, ajalehed, ajakirjad.
- ◆ Kas pereliige teab mõnda rahvaarsti? Mille poolest on/oli see ravitseja tuntud? Kas pereliige on ise käinud rahvaarsti juures või tunneb kedagi, kes on seal käinud? Kas, kuidas ning mis haiguse puhul saadi abi?