

SCHOOL-SCOUT.DE



Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Die Naturforscher-Kartei: Kräuter & Co.

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Inhalt

Erläuterungen	4
Karteikarten	7
Gänseblümchen ☉ Butterbrot mit Gänseblümchen und Gänseblümchentee ☉ Das Liebesorakel ☉ Die „Sonnen“-Blume ☉ Die „Sonnen“-Blume – Was weißt du noch? ☉ Wir flechten Armbänder und Ketten	14
Giersch ☉ Doldenblütler ☉ Frottage ☉ Wer hat die längste Wurzel? ☉ Wir stellen Giersch- Limonade her	19
Große Brennnessel ☉ Die Pflanze unter der Lupe ☉ Eine wichtige Schmetterlingspflanze ☉ Eine wichtige Schmetterlingspflanze – Hast du genau gelesen? ☉ Wir kochen Brennnesselsuppe	23
Gundelrebe ☉ Die Hexenpflanze ☉ Die Hexenpflanze – Das weiß ich noch ☉ Gundelrebenkonfekt ☉ Wo ist denn da die Lippe?	27
Holunder ☉ Der Strauch, vor dem man den Hut zieht ☉ Der Strauch, vor dem man den Hut zieht – Kreuzwörterrätsel ☉ Holunderblütenöl ☉ Wir basteln ein Pusterohr ☉ Wir kochen Holunderblütensirup	31
Johanniskraut ☉ Wie das Kraut zu seinen Löchern kam ☉ Wir stellen Rotöl her	36
Lavendel ☉ Das Parfümkraut ☉ Das Parfümkraut: Wir finden noch mehr über diese Pflanze heraus ☉ Leckere Lavendelkekse und Lavendelzucker ☉ Wir basteln einen Mottenschreck ☉ Wir gehen dem Lavendel ans Öl ☉ Zauberbad	38
Löwenzahn ☉ Die Pflanze mit den vielen Namen ☉ Die Pflanze mit den vielen Namen – Rätsel ☉ Vom Löwenzahn zur Pustebume ☉ Wir kochen Muckefuck	44
Pfefferminze ☉ Gedächtnisspiel – Welche Minze ist denn das? ☉ Pflaster und Wadenwickel ☉ Naschereien ☉ Wie die Pfefferminze entstand ☉ So trocknest du Pfefferminzblätter	48
Ringelblume ☉ Wir stellen Ringelblumensalbe her ☉ Wir stellen Seife her ☉ Ringelige Kunst ☉ Wettervorhersage	53
Salbei ☉ Hm, lecker! Salbeibonbons! ☉ Salbeidruckerei ☉ Wir räuchern ☉ Wir stellen unser eigenes Zahnpulver her	57
Schafgarbe ☉ Woher die Pflanze ihren Namen hat ☉ Woher die Pflanze ihren Namen hat – Das weiß ich noch ☉ Wir gestalten Blumenbilder ☉ Wir kochen Tee	61
Spitzwegerich ☉ Die Wiesenapotheke ☉ Klebrige Samen ☉ Wir messen, wie schnell die Blüten wachsen	65
Zitronenmelisse ☉ Wir machen Zitronenmelissen-Limonade ☉ Wir stellen ein Duftpotpourri her	68
Buntes Allerlei ☉ So kannst du selbst ein Kräuterbuch anlegen ☉ Bist du ein Kräuterexperte?	70
Lösungen ☉ Die „Sonnen“-Blume – Was weißt du noch? ☉ Doldenblütler ☉ Die Pflanze unter der Lupe ☉ Eine wichtige Schmetterlingspflanze – Hast du genau gelesen? ☉ Die Hexenpflanze ☉ Der Strauch, vor dem man den Hut zieht – Kreuzwörterrätsel ☉ Das Parfümkraut: Wir finden noch mehr über diese Pflanze heraus ☉ Die Pflanze mit den vielen Namen – Rätsel ☉ Vom Löwenzahn zur Pustebume ☉ Woher die Pflanze ihren Namen hat – Das weiß ich noch ☉ Bist du ein Kräuterexperte?	72



Naturforscher-Kartei: Kräuter & Co

von *Christine Mages*
mit *Illustrationen von Eva Houben*

Wildpflanzen und Kräuter in unserer Umgebung

Wir kennen und benutzen sie alle – die Kräuter. Basilikum und Petersilie verwenden wir in der Küche zum Würzen, Lavendel sieht man oft in Duftsäckchen als Mottenschutz. Kräuter können jedoch noch viel mehr als nur gut schmecken oder riechen. Vor allem die sogenannten „Unkräuter“ bieten Geheimnisse, die früher jeder wusste. Vieles von dem Wissen ging jedoch leider verloren. Zum einen, weil wir ohne großen Aufwand Ärzte und Apotheken aufsuchen können und daher die sogenannten Hausmittelchen nicht mehr brauchen. Zum anderen sind wir durch den weltweiten Handel kaum mehr gezwungen, unsere Vitaminversorgung über einheimische Pflanzen zu decken.

Doch was sind Kräuter überhaupt? Kräuter sind Pflanzen, die dem Menschen in zweierlei Form von Nutzen sind, einmal zu medizinischen Zwecken oder zum Verzehr. Meist werden sie als kleine Pflanzen oder Stauden beschrieben, die krautig wachsen und nicht verholzen und deren oberirdische Teile im Winter absterben. Ausnahmen dafür bilden zum Beispiel Lavendel und Rosmarin. Die bekanntesten Unterscheidungen sind die in Gewürz- und Heilkräuter. Gewürzkräuter werden vor allem in der Küche als Speisezutat benutzt. Sie kommen meistens in getrockneter Form zum Einsatz, wenn das frische Kraut nicht zur Verfügung steht. Heilkräuter bieten ein weitaus größeres Spektrum. Ihre Inhaltsstoffe werden dazu verwendet, um die unterschiedlichsten Krankheiten, Verletzungen oder psychische Leiden zu lindern oder diesen vorzubeugen. Ihre Inhaltsstoffe werden in Tees, Salben, Tabletten und vieles andere extrahiert. Unter den Heilpflanzen befinden sich allerdings auch solche, die bei unsachgemäßem Gebrauch zum Tod führen können, wohldosiert aber der Gesundheit dienen. Dazu zählen zum Beispiel die Nieswurz, der Fingerhut oder der Seidelbast. Der Umgang mit diesen Pflanzen ist unbedingt den Experten zu überlassen!

Zusätzlich zu den obigen Pflanzen gibt es sogenannte „Unkräuter“. Diese sind unerwünschte Pflanzen, die am falschen Standort wachsen, nicht gezielt angebaut wurden und daher häufig unerwünscht sind. Doch gerade sie können für uns aufgrund ihrer Inhaltsstoffe außerordentlich wertvoll sein.

Viele Kräuter, die wir nutzen, stammen ursprünglich aus dem Mittelmeerraum und sind an ein mediterranes Klima mit Hitze und Trockenheit angepasst. Ihre ätherischen Öle und Wirkstoffe bilden sie daher am besten an einem geschützten sonnigen Ort aus. Die bekanntesten Vertreter dafür sind Salbei, Lavendel und Rosmarin. Aber auch bei uns gibt es



einheimische Kräuter, die an unser Klima angepasst und daher weniger heikel bezüglich des Standortes sind. Dazu gehören zum Beispiel die Petersilie oder der Bärlauch. Nicht wenige Kräuter gedeihen hervorragend in Töpfen, bei manchen ist dies sogar vorteilhaft, wie beim sehr kälteempfindlichen Basilikum.

Die Pflanzen in dieser Kartei

Aufgrund der vielen vorhandenen Kräuter musste eine Auswahl getroffen werden. In der Kartei werden 13 Kräuter kurz portraitiert. Außerdem wurde als 14. Pflanze der Holunder mit aufgenommen, der zwar kein Kraut, sondern ein Strauch ist, aber durch sein häufiges Vorkommen und seine Vielseitigkeit ideal für die Naturforscher-Kartei verwendet werden kann. Die vorgestellten Pflanzen wachsen zum Großteil direkt vor der Haustür auf Wiesen, finden sich im Garten oder sind in der nächsten Gärtnerei, z. T. sogar schon in Supermärkten erhältlich. Sie sind auch für Kinder leicht erkennbar und können schwerlich mit Giftpflanzen verwechselt werden.

Bevor man mit den Schülern die Umgebung erkundet, sollten sie unbedingt einige Regeln für den Umgang mit Wildpflanzen kennen lernen:

1. Es werden nur solche Pflanzen gesammelt, die genau identifiziert werden können.
2. Es gibt auch Heilpflanzen, die nicht essbar sind, wie zum Beispiel das Johanniskraut. Deshalb sollten die Kinder nichts ohne Absprache probieren.
3. Es sollte nur an Orten gesammelt werden, wo wenig Verkehr herrscht, wenig Hunde spazieren geführt werden, nicht gespritzt und gedüngt wird.
4. Alle vorgestellten Pflanzen können bei kleinen Wehwehchen helfen. Wichtig ist dabei jedoch die Dosierung. Viel hilft nicht viel! Bei den Tees oder Salben müssen die Kinder genau auf das Rezept achten. Es ist auch sehr wichtig, den Schülern zu vermitteln, dass diese Pflanzen auf keinen Fall einen Arzt ersetzen können, sobald ernsthafte Erkrankungen auftreten!
5. Es sollten immer nur einige Pflanzen einer Art gepflückt werden und nicht der ganze Bestand. So kann sichergestellt werden, dass die Kräuter sich wieder regenerieren können.

Das vorliegende Format der Kartei kann natürlich keine speziellen Details liefern. Wer sich näher mit der einen oder anderen Pflanze beschäftigen möchte, findet im Buchhandel zahlreiche empfehlenswerte Literatur darüber.



Zum Umgang mit der Kartei

Die Pflanzensteckbriefe bauen nicht aufeinander auf und können auch einzeln behandelt werden. Aufgeführt sind jeweils der Pflanzenstandort, das Aussehen und die Besonderheiten der Pflanze. Mit Hilfe der Karteikarten können die Schüler:

- ⊗ Pflanzen finden und bestimmen
- ⊗ sich über unterschiedliches Aussehen Gedanken machen (Standort, Dünger, ...?)
- ⊗ verschiedene Blatt- und Blütenformen untersuchen, z. B. weisen mediterrane Kräuter andere Blätter auf, als solche aus unseren Breiten
- ⊗ Zuordnungsspiele spielen
- ⊗ Forschungsaufträge, die vorher formuliert wurden, erledigen, wie z. B.:
 - ⊗ Wo habe ich die Pflanze entdeckt?
 - ⊗ Wie viele konnte ich finden?
 - ⊗ Welche Besonderheiten fallen mir auf?
 - ⊗ Eine Pflanze vor Ort vermessen (Blattgröße, Stiellänge, ...)

Außerdem kann die Lehrkraft die Karteikarten nutzen, um vorab im Freien die passenden Pflanzen zu suchen, bzw. diese im Topf zu besorgen.

Im Klassenzimmer können die Schüler mit Hilfe der Karteikarten

- ⊗ Fragen beantworten
- ⊗ den Karten Informationen entnehmen, um damit beispielsweise ein eigenes Expertenbuch zu bestücken oder etwa ein kleines Referat zu halten
- ⊗ Rätsel für ihre Mitschüler verfassen
- ⊗ selbst das Quiz „Bist du ein Kräuterexperte?“ am Ende des Materials lösen

Im Anschluss an die Kartei, die für die Klassen 3 und 4 konzipiert ist, finden sich in alphabetischer Reihenfolge Angebote zu den vorgestellten Pflanzen. Diese sind meist praktischer Art wie Rezepte oder auch Bastelarbeiten. Darunter befinden sich auch Lesetexte mit Fragen, die durch die beigefügten Lösungen auch von den Schülern selbsttätig kontrolliert werden können. Außerdem ist eine Anleitung für ein „Expertenbuch“, in dem die Schüler ihre Lieblingspflanzen archivieren können, aufgeführt. Abschließend wird noch ein Kräuterquiz angeboten, bei dem die Schüler ihr Wissen noch einmal überprüfen können.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Erfolg beim Einsatz der Kräuterkartei!

Gänseblümchen

Aussehen: ca. 10 cm groß, gelbes Köpfchen mit weißen Blütenblättern

Vorkommen: auf Wiesen, an Wegrändern

Besonderes: Blüten folgen der Sonne, bleiben geschlossen bei bedecktem Himmel



Was kannst du damit tun?

- Tee bei Husten und bei Hautproblemen
- Wundauflage bei kleineren Schürfwunden und Verstauchungen
- Salbe
- Liebesorakel, Schmuck

Giersch

Aussehen: ca. 50 cm bis 100 cm groß, weiße Blütchen in Dolden, lange Wurzelaufläufer

Vorkommen: in Gärten, in Laubwäldern

Besonderes: vermehrt sich sogar durch winzige Wurzelstücke, sehr würziger Duft



Was kannst du damit tun?

- Wundauflage bei kleineren Schürfwunden und Verstauchungen
- Limonade
- Suppengewürz
- Vitaminlieferant

Große Brennnessel

Aussehen: bis zu 1,50 m groß, männliche Pflanzen mit weißen Blütenknospen, weibliche Pflanzen mit grünen Blüten, kleine Nüsschen im Herbst

Vorkommen: praktisch überall

Besonderes: Brennhaare, wichtige Schmetterlingspflanze



Was kannst du damit tun?

- Tee im Frühling
- Suppe

Gundelrebe

Aussehen: ca. 20 cm lang, kriechende Staude, violette Lippenblüten

Vorkommen: an Waldrändern, an Zäunen

Besonderes: wächst besonders gerne in der Nähe von Menschen, soll angeblich Hexen „enttarnen“ können



Was kannst du damit tun?

- Konfekt
- Tee bei Durchfall und Husten
- Salatzutat

SCHOOL-SCOUT.DE



Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Die Naturforscher-Kartei: Kräuter & Co.

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

