

Wir stellen Ringelblumensalbe her – eine Projektarbeit zu Heilpflanzen

Ein Beitrag von Ursula Stoll, Urbach

Mit Illustrationen von Marco Fischer, Erlangen

Medikamente kennen wir meist nur aus der Apotheke. Bei Krankheit wird oftmals zu Tabletten, Gelen, Sprays und Tropfen gegriffen. Die „Apotheke Natur“ auf den Wiesen und in den Wäldern vor unserer Haustür oder sogar in unseren Gärten gerät dabei mehr und mehr in Vergessenheit.

Sensibilisieren Sie Ihre Schülerinnen und Schüler für das Thema „Heilpflanzen“ und stellen Sie gemeinsam mit Ihrer Klasse ein Medikament her, das bei Wunden aller Art zum Einsatz kommt – die Ringelblumensalbe.



Wikimedia Commons, gemeinfrei gestellt



H. Zell/Wikimedia Commons CC BY-SA 3.0

Blüte (links) und Samen (rechts) der Ringelblume

Das Wichtigste auf einen Blick

Klasse: 5/6

Dauer: 7 Stunden

Kompetenzen: Die Schüler ...

- beschreiben die Ringelblume und ihre Heilwirkungen.
- beschreiben verschiedene Pflanzenfamilien und deren Merkmale.
- sind in der Lage, Versuche durchzuführen und Beobachtungen zu protokollieren.

Aus dem Inhalt:

- Wirkungen von Heilpflanzen
- Aufbau Blütenpflanzen
- Pflanzenfamilien
- Ringelblume
- Herstellung Ringelblumensalbe

Einstiegsfolie

M 1



© 5847/iStock/Getty Images © 5847/iStock/Getty Images © ChamilleWhite/iStock/Getty Images © - © Coulorbox © JPC-PROD/iStock/Getty Images © Frank Hecker/Alamy Stock Foto/Mauritius Images © © Dole08/iStock/Getty Images

M 2 Welche Wirkung haben Heilpflanzen auf uns Menschen?

Schon immer vertrauten Menschen auf die heilende Wirkung von Pflanzen. Die Natur stellt hier ein breites Angebot an Heilpflanzen bereit, die verschiedene Bereiche unseres Körpers beeinflussen.

Aufgaben

1. Was sind Heilpflanzen? Finde deine eigene Definition.

2. Arbeitet zu zweit:

Welche Heilpflanzen kennt ihr? Wann werden sie verwendet? In welcher Form?

3. Notiere hier eure Klassendefinition:

4. Arbeitet zu zweit: Wählt fünf der folgenden Heilpflanzen: *Echte Kamille, Pfefferminze, Gemeiner Beifuß, Echter Salbei, Brennnessel, Echter Lavendel, Johanniskraut, Ingwer, Fenchel, Echter Beinwell.*

Recherchiert im Internet oder in Fachbüchern: Welche Wirkungen haben die aufgelisteten Pflanzen und welcher Teil der Pflanze wird verwendet?

Erstellt dafür eine solche Tabelle:

Name der Heilpflanze (deutscher und wissenschaftlicher)	Wirkungen	Verwendeter Pflanzenteil
...

Vergleicht eure Lösung mit der Musterlösung und ergänzt, wenn nötig.

Erläuterung (M 1)

Die Folie M 1 kann an verschiedenen Stellen der Einheit zum Einsatz kommen:

Sie dient zum Einstieg in die Thematik der Heilpflanzen: Das Teeglas mit den Kamillenblüten, das Lavendelkissen und die aufgeschnittene Zwiebel auf dem Arm weisen auf die heilende Wirkung der Pflanzen hin. Hier aktivieren die Schüler ihr Vorwissen und berichten von eigenen Erfahrungen.

Durch die Abbildungen verschiedener Korbblütler (Gänseblümchen, Ringelblume und Löwenzahn) werden Gemeinsamkeiten der Vertreter dieser Pflanzenfamilie sichtbar, weshalb sich der Einsatz von M 1 auch als Einstieg in die Thematik der Pflanzenfamilien (M 4) eignet. Zudem sind auch Blüten der anderen thematisierten Pflanzenfamilien abgebildet, um den Schülern die Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu verbildlichen.

Erläuterung (M 2)

Als erstes ist jeder einzelne Schüler gefragt. Auch wenn nicht jeder Schüler eine tragende Definition des Begriffs „Heilpflanzen“ formulieren kann, so hat doch jeder seine eigenen Assoziationen, die er zunächst zu Papier bringen soll. In der gemeinsamen Besprechung soll dann im Anschluss eine Klassendefinition (Aufgabe 3) notiert werden – idealerweise eine Zusammenstellung verschiedener Schülerdefinitionen.

In Aufgabe 2 tauschen sich die Schüler über ihnen bekannte Heilpflanzen, deren Anwendungsgebiete und Anwendungsformen aus. Hier aktivieren sie ihr Vorwissen und stellen fest, dass die aktuelle Unterrichtsthematik ein Thema aus dem Alltag ist. Leistungsschwache und leistungsstarke Schüler sind gleichermaßen aktiv und können ihren Beitrag zum Unterricht leisten.

Aufgabe 4 soll wieder in Partnerarbeit erfolgen. Die Schülerteams wählen fünf der aufgelisteten Heilpflanzen und recherchieren im Internet oder in Fachbüchern. Hier benötigen Sie Zugang zum Internet und/oder Fachliteratur und trainieren das Herausfiltern relevanter Informationen aus Sachtexten. Bei den zur Auswahl stehenden Heilpflanzen handelt es sich um einheimische Pflanzen, von denen einige den Schülern bereits bekannt sein müssten. Dadurch soll den Schülern der Bezug zu ihrer Lebenswelt verdeutlicht werden bzw. die Bedeutsamkeit des Unterrichtsgegenstandes. Eine Selbstkontrolle ist möglich, wenn Sie die Lösungs-Tabelle im Klassenraum auslegen bzw. den Partnergruppen zur Verfügung stellen, die mit ihrer Aufgabe fertig sind.

Lösungen (M 2)

Aufgabe 1

Individuelle Definitionen der Schüler.

Aufgabe 2

Individuelle Auflistungen der Partnergruppen.

Aufgabe 3

Beispiel einer Klassendefinition: Heilpflanzen sind Pflanzen, die aufgrund ihrer Inhaltsstoffe (Wirkstoffe) für medizinische Zwecke verwendet werden können.

Die typischen Arzneiformen sind Tee, Pulver, Saft, Tabletten, Bonbons, Salben und Cremes, Öle (für die Haut und zum Inhalieren), Bäder, Tropfen, Tinkturen.

Aufgabe 4

Name der Heilpflanze (deutscher und wissenschaftlicher)	Wirkungen	Verwendeter Pflanzenteil
Echte Kamille (<i>Matricaria chamomilla</i>)	hemmt Entzündungen, antibakteriell, löst Krämpfe	Blüten
Pfefferminze (<i>Mentha x piperita</i>)	Öl: fördert die Verdauung, entspannt, wirkt kühlend, löst Schleim und Husten, gegen Kopfschmerzen ... Tee: gegen Blähungen und Völlegefühl ...	Blätter
Gemeiner Beifuß (<i>Artemisia vulgaris</i>)	antibakteriell, regt den Appetit an, beruhigend, löst Krämpfe, fördert die Durchblutung ...	ganze Pflanze
Echter Salbei (<i>Salvia officinalis</i>)	antibakteriell, blutstillend, hemmt Entzündungen, harntreibend, löst Krämpfe ...	Blätter, Blüten
Brennnessel (<i>Urtica</i>)	blutreinigend, blutbildend, blutstillend, fördert den Stoffwechsel ...	Blätter, Samen, Wurzel
Echter Lavendel (<i>Lavandula officinalis</i>)	beruhigend, blähungstreibend, harntreibend, löst Krämpfe, gegen Migräne und Nervosität ...	Blüten
Johanniskraut (<i>Hypericum</i>)	beruhigend, stimmungsaufhellend, abschwellend, antibakteriell, hemmt Entzündungen, löst Krämpfe und Schleim ...	Blüten
Ingwer (<i>Zingiber officinalis</i>)	gegen Appetitlosigkeit, Magengeschwüre, Übelkeit, Reizmagen, Blähungen und Husten, schleimlösend ...	Wurzel
Fenchel (<i>Foeniculum vulgare</i>)	antibakteriell, entspannend, harntreibend, löst Krämpfe und Schleim, gegen Appetitlosigkeit, Bindehautentzündungen, Blähungen, Erkältungen ...	Früchte, Wurzel
Echter Beinwell (<i>Symphytum officinalis</i>)	beruhigend, blutbildend, blutreinigend, hemmt Entzündungen, kühlend, lindernd, heilt Wunden, schmerzstillend ...	Blätter, Wurzeln