

### Wir husten Euch was!



Wie bekomme ich eine Erkältung?

Was passiert im Körper und wie kann ich die Heilung mit Kräutern aus der Natur unterstützen?

Forschendes, aktives Lernen an Lernstationen zum Thema Erkältungskrankheiten und deren unterstützende Behandlung mit Wirkstoffen aus der Natur.

**Zielgruppe:** GS, Klassen 3 - 4

**Unterrichtsfächer:** Sachunterricht

**Materialkosten:** 2 Euro pro Schüler\*in

**Jahreszeiten:** Winter/Frühjahr

**Dauer:** Eintägig      **Uhrzeit:** 9.00 – ca. 12:30 Uhr

#### Kursinhalte:

- Untersuchung von Anatomie und Physiologie der Atmungsorgane, deren Wahrnehmung mit allen Sinnen, durch verschiedene Versuche
- Entstehung von Infektionen der oberen Atemwege
- Unterstützungs möglichkeiten der Erkältungsbehandlung mit Kräutern aus der Natur, an vier unterschiedlichen Lernstationen:
  - Tees und Lutschpastillen ausprobieren und den Kräutern zuordnen
  - Kräutersalbe selber herstellen
  - Ätherische Öle und ihre Wirkungsweisen anwenden
  - Kräuterarten und die Wirkungsweisen der wichtigsten Erkältungskräuter im Apothekergarten kennenlernen und identifizieren

#### Kompetenzen: Die Schüler\*innen:

- kennen den menschlichen Körper (Anatomie/Physiologie) und erlernen Techniken zur Gesunderhaltung.
- erlangen Artenkenntnis, von Pflanzen ihrer Umgebung und ihren typischen Merkmalen.
- führen Versuche durch und arbeiten selbstständig und praxisnah in kleinen Gruppen