



Eva Fuchs

Naturerleben für Kleinkinder

Psychomotorische Spielideen
für Wald und Wiese

Eva Fuchs

Naturerleben für Kleinkinder

Psychomotorische Spielideen für
Wald und Wiese

Mit 87 Abbildungen

Ernst Reinhardt Verlag München

Eva Fuchs, Kindheitspädagogin, arbeitet am von ihr mitgegründeten naturpädagogischen Bildungszentrum Naturkind e.V. in Rahden und bietet unter anderem Fortbildungen im Bereich „Psychomotorik draußen“ für ErzieherInnen an.

Hinweis: Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnungen nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-497-03029-3 (Print)

ISBN 978-3-497-61494-3 (PDF-E-Book)

ISBN 978-3-497-61495-0 (EPUB)

© 2021 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in EU

Cover unter Verwendung eines Fotos von [iStock.com/chorzhevskia](https://www.istock.com/chorzhevskia)
(Agenturfoto. Mit Models gestellt)

Satz: Sabine Ufer, Leipzig

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Vorwort	9
1 Bewegung in der Natur als Raum und Motor für gesunde kindliche Entwicklung	12
1.1 Naturerleben als Raum für gesunde Entwicklung	13
1.1.1 Besonderheiten der tiergestützten Arbeit	14
1.2 Bewegung als Motor einer gesunden Entwicklung	18
1.3 Sinneserfahrungen in der Natur	21
2 Bewegung und Spielen in der Natur planen	25
2.1 Inhaltlich-methodische Planung eines Naturtages	26
2.1.1 Aufbau eines Angebotes	26
2.1.2 Der Umgang mit Tieren und Pflanzen	27
2.1.3 Struktur und Rituale	28
2.1.4 Materialien für die Spielaktion	30
2.2 Praktisch-organisatorische Planung	30
2.2.1 Jahreszeiten und Wetter	31
2.2.2 Alter der Kinder und deren Bedürfnisse	32
2.2.3 Gruppengröße und Dauer der Spielaktion	35
2.2.4 Sicherheit und Risiken	35
2.3 Weitere wichtige Planungsaspekte	38
3 Praktische Bewegungs-, Spiel- und Entspannungsanregungen für verschiedene Naturumgebungen	40
3.1 Spiele im Wald	41

3.1.1	Lebendige Kamera	42
3.1.2	Waldkunst	43
3.1.3	Umarme einen Baum	44
3.1.4	Baumgesichter	46
3.1.5	Im Blätterdach laufen	48
3.1.6	Rinden-Rubbelbilder	49
3.1.7	Waldbingo	50
3.1.8	Barfußpfad	52
3.1.9	Waldmobile/Windspiel	53
3.1.10	Waldschaukel	54
3.1.11	Walddetektive	58
3.1.12	Kleine Naturforscher	59
3.1.13	Wer findet den Partner?	60
3.1.14	Waldhütte/Waldsofa	61
3.1.15	Ein Besuch bei den Waldtrollen	63
3.1.16	Wir dekorieren das Trollland	66
3.1.17	Zapfenzielen	67
3.1.18	Wackelwippe	68
3.1.19	Waldgeister	69
3.1.20	Schatzsuche	71
3.2	Spiele auf der Wiese	72
3.2.1	Häschen hüpf	73
3.2.2	Visitenkarten (Ich-Karten)	74
3.2.3	Tiere, Tiere	76
3.2.4	Spiele mit dem Schwungtuch	77
3.2.5	Wer fühlt den Schatz?	80
3.2.6	Einen Beutel mit Blüten bedrucken	82
3.2.7	Wer findet die Farben?	83
3.2.8	Ein Naturbild malen	84
3.2.9	Sternschnuppen	86
3.2.10	Seifenblasen XXL	87
3.2.11	Zirkus	89

3.2.12	<i>Schnecke, pass auf!</i>	90
3.2.13	<i>Ein Kind umrahmen</i>	92
3.2.14	<i>Samenkugeln selber machen</i>	93
3.2.15	<i>Wie riecht der Sommer?</i>	96
3.2.16	<i>Spiele mit dem Seil</i>	97
3.2.17	<i>Hexe, Hexe, was kochst du heute?</i>	102
3.3	Spiele im Sand	103
3.3.1	<i>Der Sandmann kommt</i>	104
3.3.2	<i>Sandmaler</i>	105
3.3.3	<i>Goldgräber</i>	106
3.3.4	<i>Sandfabrik</i>	107
3.3.5	<i>Sandbälle</i>	108
3.4	Spiele im und am Wasser	108
3.4.1	<i>Einfach nur Wasser</i>	109
3.4.2	<i>Wassertransport</i>	110
3.4.3	<i>Staudamm</i>	111
3.4.4	<i>Spiel an Pfützen</i>	111
3.4.5	<i>Floßbau</i>	113
3.4.6	<i>Angeln</i>	114
3.4.7	<i>Schwämme</i>	115
3.5	Spielideen zur Entspannung in der Natur	116
3.5.1	<i>Wolkenbilder</i>	117
3.5.2	<i>Tierarztpraxis</i>	117
3.5.3	<i>Igelballmassage</i>	118
3.5.4	<i>Taktiler Telefon</i>	119
3.5.5	<i>Jahreszeitenkonzert</i>	120
3.5.6	<i>Himmelsschaukel</i>	121
3.5.7	<i>Pizzabacken</i>	121
3.5.8	<i>Traumreisen</i>	123
	Literatur	126

Vorwort

Gibt es viele wichtigere Dinge im Leben als spielerisch glückliche Zeiten in der Natur zu verbringen und ein Gefühl der Zugehörigkeit zu erleben? Als Kindheitspädagogin habe ich mich lange mit dieser Frage beschäftigt. Die Antwort lautet: Nein!

Es gibt nichts Prägenderes und Schöneres, als Tage im Wald, auf der Wiese und am Wasser zu verbringen. Es ist mein Wunsch, dass jeder Mensch von Beginn seines Lebens an einen Zugang zur Natur hat, sie lieben lernt, bestaunt und achtet. Denn Natur bietet viel mehr, als sie nur mal zwischendurch zu genießen oder den Urlaub darin zu verbringen.

Kinder sollten in der Natur aufwachsen, sie mit all ihren Sinnen erleben und (be-)greifen, den Zauber der Jahreszeiten entdecken, sie lieben und schützen und eine tiefe Verbundenheit spüren. Wir Erwachsenen müssen uns immer wieder bewusst machen, dass Kinder die Natur als Entwicklungsraum benötigen.



Abb. 1: Kinder auf dem Sandhügel

Auf den ersten Blick wirkt es vielleicht ungefährlicher, die ersten Schritte auf weichem Teppichboden zu machen und ausschließlich an einer Sprossenwand mit dicker Weichbodenmatte zu klettern. Doch was lässt den Menschen tatsächlich „wachsen“? Freiheit, Verbundenheit, Unmittelbarkeit und Selbstwirksamkeit (Ich habe es geschafft!) sind Eigenschaften, die nirgendwo anders einfacher, authentischer und besser erlernt werden können als in der Natur.

Kinder benötigen diese Erfahrungen, um ein stabiles Fundament für ihr Leben zu schaffen. Wenn wir Zeit in der Natur mit Kindern planen, sind für die allerersten Naturerfahrungen erstmal keine weiteren Vorbereitungen erforderlich. Alle natürlichen Dinge im Freien, unebener Waldboden, abgebrochene Baumstämme, verschiedene Gerüche, Kellerasseln und Ameisen, weiches Moos und Vogelstimmen, all das sind spannende Erfahrungen für die Kleinsten.

Sind diese erst einmal gefestigt, lassen sich vielfältige Spielideen in der Natur integrieren. Viele Spiele sind schon für Zweijährige möglich, einige aber erst für Kinder ab drei oder vier Jahren. Ich möchte die Leser motivieren, verschiedene Spiele auszuprobieren und dabei nicht starr an den Spielregeln festzuhalten, sondern dem eigenen Bauchgefühl und den Interessen und Fähigkeiten der Kinder folgend die Spiele individuell abzuwandeln.

Kleinkinder müssen lernen, Spiele zu spielen. Sie benötigen Wiederholungen, um zu verinnerlichen. Da die Konzentrationsspanne noch sehr gering ist, bieten sich kurz dauernde Spiele an, die in verschiedenen Projektideen verankert sind.

Sicherlich wird es gelegentlich vorkommen, dass ein geplantes Spiel gar nicht oder anders stattfindet. Dieses sollte nicht als Misserfolg gesehen werden, sondern als Chance, das aktuelle Interesse der Kleinen zu erkennen und aufzugreifen. Wir haben nichts weiter zu tun, als mit Begeisterung und Anerkennung den Bedürfnissen des Kindes zu folgen.

Wenn die Kleinen nach ihren eigenen Interessen und Möglichkeiten handeln und leben dürfen, erfahren sie eine Eigenmotivation, die als Motor für ein erfülltes und glückliches Leben dient. Die Natur bietet einen Freiraum, in dem jeder motiviert und kreativ das jeweilige Interesse ausleben kann. Auch gelegentliches Scheitern gehört zu dem Lernprozess dazu und sollte als Teil des Lebens akzeptiert werden. Wie sonst können Kinder ihre eigenen Grenzen erkennen?

Einen herzlichen Dank möchte ich meiner wundervollen Familie aussprechen, die mir die gesamte Zeit den Freiraum zum Schreiben ermöglicht hat. Lasse und Kimi, durch euch konnte ich beobachten, wie wertvoll die Zeit draußen für die gesamte Entwicklung ist. Ein weiteres Dankeschön möchte

ich allen aussprechen, die mir in irgendeiner Form beim Erstellen des Buches geholfen haben! Vielen lieben Dank an die Hauptdarsteller – die kleinen Natur- und Dorfkinder –, die alle Spiele mit mir gespielt haben und mir dabei ihre Interessen und Bedürfnisse aufgezeigt haben. Danke an deren Eltern, dass ich die Fotos der Kleinen verwenden durfte.

Um eine Störung des Leseflusses durch verschiedene Genderformulierungen zu vermeiden, wird nur eine Form gewählt, die alle Geschlechter einschließt.

Ich hoffe sehr, dass durch dieses Buch viele Menschen motiviert sind, mehr Zeit mit Kindern in der Natur zu verbringen, um häufiger die Schönheit der Jahreszeiten mit allen Sinnen genießen zu können.

Viel Spaß im Zauber der Natur!

1 Bewegung in der Natur als Raum und Motor für gesunde kindliche Entwicklung

Bewegung ist der Motor des Kindes, sie ist von Geburt an das Natürlichste und Elementarste. Unumstritten ist die Erkenntnis, dass Bewegung, also körperliche Aktivität, eine zentrale Rolle – besonders für Kinder – spielt! Die körperliche, geistige und psychosoziale Entwicklung hängt wesentlich von der körperlichen Aktivität ab.



Abb. 2: Kinder balancieren

1.1 Naturerleben als Raum für gesunde Entwicklung

Nur ein glückliches Kind ist ein gesundes Kind. Sprechen wir über Gesundheit, so beziehen wir uns nicht nur auf Schnupfen und aufgeschlagene Knie. Gesundheit ist mehr, sie kann nur vorhanden sein, wenn wir einen Zustand des vollständigen körperlichen, seelischen, geistigen und sozialen Wohlbefindens erreichen. Somit sind unabhängig von körperlichen Aspekten (z. B. ein gebrochener Finger), Bewegung, Ernährung und sozialer Zusammenhalt nur einige von vielen weiteren Aspekten. Die Komplexität unseres Gehirns mit der Vielzahl an Vernetzungen kann nicht auf der Überholspur reifen. Unser Hirn lässt sich nicht mit einem Trichter füllen, es benötigt Erfahrungen, um sich entwickeln zu können. Dieser Prozess benötigt Zeit.

Entschleunigung heißt die wichtigste Erfindung der Evolution. Während unsere Vorfahren sich recht rasant entwickelt haben, dafür aber die vollständige Reife früh erreicht haben, so entwickeln wir uns heute deutlich langsamer, aber effektiver. Wir benötigen Zeit, da wir heute viel mehr lernen können. Langsam und schrittweise entwickeln wir uns weiter und erlernen, worauf es in unserem Leben und im Zusammenleben mit anderen ankommt (Renz-Polster/Hüther 2013, 91). Das afrikanische Sprichwort „Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht“ beschreibt genau die Notwendigkeit von Raum und Zeit. Der lebendige Entwicklungsprozess eines jeden

Menschen entfaltet sich mit der eigenen Geschwindigkeit und lässt sich nicht durch äußere Maßnahmen beschleunigen. Es ist wichtig, den Raum dazu zur Verfügung zu stellen und mit Geduld und Begeisterung die Entwicklung der Fähigkeiten und Fertigkeiten zu beobachten und zu unterstützen.

Kinder lernen durch ihre Erfahrungen. Die motorische Entwicklung kann nicht durch die Betrachtung eines Buches erfolgen, sondern ausschließlich



Abb. 3: Pflanzenspiel hinterlässt Spuren