



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 / khorzhevsk
(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

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

1.1 Naturerleben als Raum für gesunde Entwicklung

1.1.1 Besonderheiten der tiergestützten Arbeit

1.2 Bewegung als Motor einer gesunden Entwicklung

1.3 Sinneserfahrungen in der Natur

2 Bewegung und Spielen in der Natur planen

2.1 Inhaltlich-methodische Planung eines Naturtages

2.1.1 Aufbau eines Angebotes

2.1.2 Der Umgang mit Tieren und Pflanzen

2.1.3 Struktur und Rituale

2.1.4 Materialien für die Spielaktion

2.2 Praktisch-organisatorische Planung

2.2.1 Jahreszeiten und Wetter

2.2.2 Alter der Kinder und deren Bedürfnisse

2.2.3 Gruppengröße und Dauer der Spielaktion

2.2.4 Sicherheit und Risiken

2.3 Weitere wichtige Planungsaspekte

3 Praktische Bewegungs-, Spiel- und Entspannungsanregungen für verschiedene Naturumgebungen

3.1 Spiele im Wald

3.1.1 Lebendige Kamera

3.1.2 Waldkunst

3.1.3 Umarme einen Baum

3.1.4 Baumgesichter

3.1.5 Im Blätterdach laufen

3.1.6 Rinden-Rubbelbilder

3.1.7 Waldbingo

3.1.8 Barfußpfad

3.1.9 Waldmobile / Windspiel

3.1.10Waldschaukel

3.1.11Walddetektive

3.1.12Kleine Naturforscher

3.1.13Wer findet den Partner?

3.1.14Waldhütte / Waldsofa

3.1.15Ein Besuch bei den Waldtrollen

3.1.16Wir dekorieren das Trollland

3.1.17Zapfenzielen

3.1.18Wackelwippe

3.1.19Waldgeister

3.1.20Schatzsuche

3.2 Spiele auf der Wiese

3.2.1 Häschen hüpf

3.2.2 Visitenkarten (Ich-Karten)

3.2.3 Tiere, Tiere

- 3.2.4 Spiele mit dem Schwungtuch*
- 3.2.5 Wer fühlt den Schatz?*
- 3.2.6 Einen Beutel mit Blüten bedrucken*
- 3.2.7 Wer findet die Farben?*
- 3.2.8 Ein Naturbild malen*
- 3.2.9 Sternschnuppen*
- 3.2.10 Seifenblasen XXL*
- 3.2.11 Zirkus*
- 3.2.12 Schnecke, pass auf!*
- 3.2.13 Ein Kind umrahmen*
- 3.2.14 Samenkugeln selber machen*
- 3.2.15 Wie riecht der Sommer?*
- 3.2.16 Spiele mit dem Seil*
- 3.2.17 Hexe, Hexe, was kochst du heute?*

3.3 Spiele im Sand

- 3.3.1 Der Sandmann kommt*
- 3.3.2 Sandmaler*
- 3.3.3 Goldgräber*
- 3.3.4 Sandfabrik*
- 3.3.5 Sandbälle*

3.4 Spiele im und am Wasser

- 3.4.1 Einfach nur Wasser*
- 3.4.2 Wassertransport*
- 3.4.3 Staudamm*
- 3.4.4 Spiel an Pfützen*
- 3.4.5 Floßbau*
- 3.4.6 Angeln*

3.4.7 Schwämme

3.5 Spielideen zur Entspannung in der Natur

3.5.1 Wolkenbilder

3.5.2 Tierarztpraxis

3.5.3 Igelballmassage

3.5.4 Taktiler Telefon

3.5.5 Jahreszeitenkonzert

3.5.6 Himmelschaukel

3.5.7 Pizzabacken

3.5.8 Traumreisen

Literatur

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, Kellerrasseln 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.



Abb. 3: Pfützenspiel hinterlässt Spuren

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 durch das eigene Tun. Der allgemeine Gesundheitszustand von Kindern wird besser, wenn sie sich viel in der Natur aufhalten. Kinder kommen nicht mit einem fertigen Immunsystem auf die Welt. Ein Säugling muss sich alles Kommende erarbeiten, ebenso verhält sich auch unser Immunsystem. Der Kontakt im Kleinkindalter mit Tieren, Pflanzen, Würmern und Keimen aller Art stärkt die Abwehrzellen und befähigt sie, Gefährliches von Ungefährlichem zu unterscheiden. Dadurch treten im Laufe des Lebens deutlich weniger Allergien auf. (Fleischhauer 2015, www.focus.de/familie/kindergesundheit/dreck-schuetzt-kinder-vor-asthma-internationale-studie-bestaetigt_id_2356925.html. 11.1.2021)

1.1.1 Besonderheiten der tiergestützten Arbeit

Menschen sind fasziniert von Tieren, sie haben einen hohen Aufforderungscharakter und berühren uns auf eine ganz besondere Art und Weise. Außerdem nehmen sie uns so an wie wir sind, ohne Wertung und Vorurteile.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, tiergestützte Interventionen anzubieten. Wichtig ist, die Gruppen klein zu halten, um auf jedes Kind individuell eingehen zu können. Es eignen sich viele Tierarten für die tiergestützte Arbeit, besonders beliebt sind Esel, Ponys, Ziegen, Meerschweinchen, Hunde, Alpakas und Katzen. Das Wohl der Tiere sollte dabei – genauso wie das Wohl der Menschen – höchste Priorität haben. Jedes Tier sollte nur im Rahmen seiner Möglichkeiten agieren und nicht zum „Arbeitsgerät“ werden. Außerdem muss ein Umfeld geschaffen werden, in dem sich alle wohlfühlen können und Sicherheit und Vertrauen empfinden.



Abb. 4: Kind auf Esel

Tiere fördern die Empathiefähigkeit von Kindern, da sie immer unvermittelt und direkt reagieren, außerdem können sich Kinder durch den Kontakt mit Felltieren nachweislich entspannen. Somit lässt sich sagen, dass der

Kontakt zum Tier eine wahrnehmungs- und sinnesorientierte Förderung mit sich bringt (Olbrich / Otterstedt 2003). Um die Tiere in ihrer ganzen Vielfalt zu erfassen, ist es wichtig, ausreichend Zeit zum Aufbau von Vertrauen zu geben. Bei einigen zurückhaltenden Kindern bedeutet das, über einen längeren Zeitraum die Tiere erst einmal nur zu beobachten. Diese Zeit ist wichtig, besonders für diejenigen, die zuhause keinen Kontakt zu Tieren haben. Es ist spannend zu sehen, zu welchem Tier eine Affinität entsteht: Sind es eher die kleinen und ruhigen Lebewesen oder die beeindruckenden großen?



Abb. 5: Kinder putzen Esel

Einige Kinder, die eher unruhig und ungestüm in ihrem Auftreten sind, bekommen durch den Kontakt zu dem Tier ihr Verhalten unmittelbar gespiegelt. Tiere reagieren spontan, indem sie zurückweichen, mit Flucht reagieren oder ihr Unwohlsein signalisieren.

Neben dem Aspekt, dass Tiere Nähe und Zugehörigkeit vermitteln, motivieren sie Kinder außerdem zur körperlichen Aktivität. Die meisten Kinder lassen sich viel

lieber zu einem Spaziergang mit einem Pony als Handpferd oder dem Hund an der Leine motivieren. Generell verbringen Kinder im Kontakt mit Haustieren viel Zeit draußen. Schließlich müssen alle Tiere (unabhängig vom Wetter) versorgt werden, das bedeutet neben dem täglichen Füttern auch die Kontrolle und ggf. Reinigung der Ställe und die Verantwortung für einen regelmäßigen Auslauf von allen Tieren. Somit werden neben der körperlichen Aktivität auch Verantwortung, Sozialverhalten, Empathie und Rücksichtnahme erlernt.



Abb. 6: Kind mit Ziege

Selbstverständlich hat nicht jede Institution die Möglichkeit, Tiere zu halten oder regelmäßig an einen Ort zu gelangen, an dem Tiergestützte Pädagogik angeboten wird. In vielen Familien ist es aufgrund von Berufstätigkeit oder der Umgebung unmöglich, Haustiere zu halten. In KiTas gibt es auch nur in den allerwenigsten Fällen ein Tier.

Es sind unter anderem rechtliche Auflagen und Vorgaben des Trägers, die es unmöglich machen. Zudem findet sich selten jemand, der die Tiere regelmäßig an den Wochenenden versorgen möchte. Dennoch gibt es auch in diesem Fall die Möglichkeit, Tiere direkt zu bewundern und zu erleben.

Unabhängig von Haustieren gibt es in der Natur viele Tiere, die beobachtet, bestaunt und wahrgenommen werden können. Dazu empfehlen sich Projekte, die sich speziell z. B. mit „Krabbeltieren“ aus dem Wald beschäftigen oder mit Singvögeln oder mit Lebewesen aus dem Boden. Abgerundet durch ein auf das Tier bezogenes Fingerspiel, Lied, Experiment und mit etwas Gebasteltem steht einem gelungenen Forschungsprojekt nichts im Wege. Mit einem solchen Naturprojekt sollen die Kinder zunächst einmal mit ihrer natürlichen Neugier abgeholt werden und nach und nach zu größerer Aufmerksamkeit und tieferen Erkenntnissen in Bezug auf die Zusammenhänge von Natur und Mensch geleitet werden.

Projektbeispiel zum Thema „Raupe und Schmetterling“

Hier steht am Anfang die direkte Begegnung mit Schmetterlingen und / oder Raupen, das Aufmerksamwerden auf den Projektinhalt: Zunächst wird das Interesse des Kindes aufgenommen oder geweckt, gemeinsam bestaunen Erwachsene und Kinder in aller Behutsamkeit Raupen und Schmetterlinge. Später kann mit Hilfe unterschiedlicher Materialien ein tiefergehendes Verständnis angebahnt werden. Im Kleinkindalter können die Kinder anhand von Bilderbüchern und Spielliedern anfanghaft mit der Metamorphose vom Ei zum Schmetterling bekannt gemacht werden.