

Bildung braucht Bewegung

Spiele und Bewegungsabenteuer im Wald

Natur und Wald bieten eine große Vielzahl an Erfahrungsräumen für Kinder. Bereiche wie die sensorische, motorische, emotionale Förderung oder die sprachliche, naturwissenschaftlich/mathematische Entwicklungsförderung sowie das forschende Lernen sind nur einige der zentralen Begriffe, die auch in den Bildungsvereinbarungen der Länder als zentrale Bildungsziele und Bildungsbereiche für Kinder im Vorschulalter genannt werden.

In der Natur können Kinder Naturmaterialien erforschen und erfühlen, Lebewesen entdecken und beobachten, den Geruch von Kräutern und Feldern riechen, Vögel, Wasser, Wind hören, Landschaft, Licht, Farben und Formen sehen, lernen, sich im Dickicht oder querfeldein fortzubewegen oder auf Bäumen zu klettern oder erforschen, ob ein Tannenzapfen auf dem Wasser schwimmt, welchen Weg ein Blatt oder ein Stock im Fluss nimmt, wie schnell eine Schnecke ist, wie man am besten einen steilen Abhang hinunter kommt ...

„Mit der Waldfee unterwegs!“

Die Kinder begeben sich in den Wald (alternativ Park oder Wiese). Dort wartet die Waldfee Waldtraut auf sie.

„Ich bin Waldtraut, die Beschützerin des Waldes. Von Zeit zu Zeit schaue ich nach, ob in meinem Wald noch alles so ist, wie es der Jahreszeit entsprechend sein soll. Heute geht es mir nicht so gut. Ich glaube, ich bekomme einen Schnupfen. Könnt ihr mir deshalb bei meiner Waldprüfung helfen? Mit mehreren geht das sowieso viel besser.“

Was gehört nicht in den Wald?

Die Kinder machen sich auf die Suche nach Gegenständen, die nicht in den Wald gehören und sammeln diese ein.

Alternativ: Es werden zuvor Gegenstände im Wald ausgelegt (z.B. an einem Seil entlang), die entdeckt und gezählt werden sollen. Wer entdeckt alle Gegenstände?

Welche Tiere leben im Wald?

Die Kinder machen sich auf die Suche nach Tierspuren. Dazu gehören nicht nur Pfotenabdrücke, sondern auch Löcher in Blättern, Spinnweben, Kot, Federn und alles, was Tiere hinterlassen bzw. erschaffen.

Welche Farben könnt ihr finden? –

Das Regenbogenspiel

Die Kinder sollen prüfen, ob noch alle Farben im Wald zu finden sind. Waldtraut erzählt den Kindern, dass in der Natur alle Regenbogenfarben vorkommen. Warum das so ist, erzählt die folgende Geschichte:

„Vor vielen, vielen Jahren war die Erde fast farblos; es gab nur grau und schwarz auf der Erde. Aber immer, wenn es regnete und die Sonne schien, gab es einen Regenbogen. Und wenn ein Regenbogen verschwindet, zersplittert er jedes Mal in tausend Teile und fällt zu Boden. So wurde die Erde nach und nach immer bunter. Heute kann man jede Farbe des Regenbogens auch auf der Erde in der Natur finden.“

Die Waldfee weist darauf hin, dass ganz in der Nähe vor kurzem ein Regenbogen vom Himmel gefallen sein muss, weil da noch Regenbogensplitter herum liegen (farbige Papierschnipsel vorher auf dem Boden verteilen). Die Kinder werden aufgefordert, sich je ein oder zwei Farbkärtchen zu nehmen

Bildung braucht Bewegung



und ein entsprechendes Teil in der Natur zu finden, das die gleiche Farbe hat. Die gefundenen Teile können – am besten auf einem weißen Tuch – zusammen mit den Farbkärtchen ausgestellt (und bei Bedarf auch bestimmt) werden.

Wie viele verschiedene Vögel gibt es hier?

Die Kinder setzen sich auf den Waldboden und schließen die Augen. Sie horchen auf verschiedene Vogelstimmen und zählen diese. Die Kinder können auch aufgefordert werden, eine Hand zu heben und so viele Finger zu zeigen, wie sie Vogelstimmen hören.



Die Waldhüterin ist mit der Mitarbeit der Kinder sehr zufrieden und schlägt vor, zur Belohnung ihren Freund, den Maulwurf, zu besuchen: Der Maulwurf kennt viele lustige Spiele:

Anschleichen

Die Kinder werden aufgefordert, sich so leise wie möglich an den Haupteingang der Maulwurfgänge anzuschleichen. Dort sitzt eine vorher eingewiesene Person mit einer Maulwurfhandpuppe oder einem selbst gebastelten Schild mit Maulwurfbild unter Blättern vergraben oder hinter einem Busch.

Immer, wenn der Maulwurf etwas hört, kommt er heraus und schaut, was da wohl los ist. Dann müssen alle ganz still stehen bleiben, damit er uns nicht bemerkt. Wenn wir ihn zu oft aufschrecken, verzieht er sich vielleicht ganz tief in sein Loch und wir bekommen ihn nicht mehr zu Gesicht.

Sobald die Kinder beim Maulwurf angekommen sind und er seine Freundin, die Waldfee erkannt hat, ist seine Scheu verflogen. Die Waldfee bittet ihn um eine Spielidee.

Blinde Waldführung

Die Kinder gehen zu zweit zusammen. Ein Partner schließt die Augen und wird vom anderen durch den Wald geführt. Wenn es der Untergrund und die Empfindung der Kinder erlaubt, ist das Erleben barfuß noch intensiver. Unterwegs wird immer wieder getastet, gerochen und gelauscht. Am Ende des „Spaziergangs“ versucht das geführte Kind mit offenen Augen die Strecke nachzuvollziehen.

Wer findet den dicksten Baum?

Im Rahmen des Spiels „Blinde Waldführung“ kann auch die Aufgabe gestellt werden, aus mehreren Bäumen durch Tasten den dicksten Baum herauszufinden.

Natur-Memory

Den Kindern wird für einige Sekunden eine Sammlung von verschiedenen Naturmaterialien gezeigt (z.B. Tannenzapfen, Ast, Stein, Blatt, Gras, Beere). Die Kinder sollen nun die gleichen Dinge im Wald suchen und zusammentragen.

Alternativ: Die Kinder ertasten Naturgegenstände und gehen dann auf die Suche nach passenden Gegenständen.

Miniaturzimmer

Aus Naturmaterialien bauen die Kinder ein Zimmer für den Maulwurf (alternativ: Landschaft, Spielplatz) auf dem Waldboden nach. Die Kinder schließen kurz die Augen, währenddessen ein Teil in dem gebauten Zimmer verändert wird. Die Kinder sollen erkennen, was verändert wurde.

Brückenbau

Aus Stöcken und anderen Naturmaterialien wird eine Brücke über einen Bach gebaut. Weitere Bauideen: Waldsofa, Zelt aus Ästen.

Im Anschluss an ein solches gemeinsames Konstruktionsspiel spielen die Kinder meist eigenständig. Hier sollte genügend Zeit und Raum für freies und selbstbestimmtes Spielen gegeben werden.

Am Ende der Spielzeit in der Natur könnte ein Lied oder auch eine themenbezogene Entspannungsübung stehen: z.B. eine Phantasiereise zum Thema Wald/Baum, eine Meditation oder eine Massage (z.B. Waldspaziergang auf dem Rücken, Wettermassage, eine Sommerwiese etc.)

(aus: Quante, Sonja: „Mit der Waldfee unterwegs!“ – Natur als Erfahrungsraum für psychomotorische Lernprozesse in: BAG für Handlungs- und Bewegungsförderung (Hrsg.): Bewegungshits für Vorschulkids, Wiesbaden 2001)



Sprachförderung braucht Bewegung

Ein spielerischer Umgang mit der Sprache – wie die Lust am Nachahmen oder das unbefangene Ausprobieren von Lauten – sind gute Voraussetzungen, die Sprache zu lernen. Bewegung unterstützt diesen Prozess: Durch Bewegung werden Kinder ermutigt, sich sprachlich zu äußern. Sprachliche Lernprozesse werden unterstützt - Sprache kann so am eigenen Leib erfahren werden. (vgl. Zimmer, Renate: Handbuch Sprachförderung durch Bewegung. Freiburg 2010).

Superohren im Wald

Jedes Kind sucht sich als „Zauberbaum“ einen Platz im Raum und schließt dann die Augen. Die Spielleiterin geht langsam durch den „Wald“. Alle Kinder, die sie hören können, verfolgen ihre Bewegung mit dem ausgestreckten Finger. Nach kurzer Zeit tippt sie ein Kind an, das ihre Rolle übernimmt.

Klackerei

Alle Kinder sitzen mit geschlossenen Augen im Sitzkreis, der Spielleiter steht mit einer mit Tischtennisbällen gefüllten Dose in der Mitte und schüttet langsam die Bälle aus. Erst, wenn die Kinder keine Ballbewegung mehr hören, dürfen sie damit beginnen, schnell alle Tischtennisbälle wieder in die Dose zu werfen.

Geräusche-Memory

Zwei Kinder (Memory-Spieler) verlassen den Raum. Alle anderen bilden Tierpaare und üben kurz das dazugehörige Geräusch. Die Tierlaute werden den anderen Kreiskindern vorgestellt. Danach wird die Sitzordnung durchgemischt.

Die beiden Memory-Spieler betreten den Raum und spielen nach den bekannten Regeln, wobei jedes Kind im Wechsel zwei Kinder aus dem Kreis antippt und sich die jeweiligen Geräusche anhört. Entdeckt einer der beiden Memory-Spieler ein Paar, darf er erneut spielen. Die entdeckten Tierpaare setzen sich zusammen auf den Boden.

Variation: Betreten die beiden Memory-Spieler den Raum, so beginnen alle Kinder im Kreis gleichzeitig und möglichst leise ihr jeweiliges Tiergeräusch. Die Memory-Spieler haben gemeinsam die Aufgabe, Paare zu finden und zusammen zu führen.

(aus: Suhr, Antje: Zahlen hüpfen – Buchstaben springen. Bewegungsspiele zur ganzheitlichen Schulvorbereitung, München 2009)

Schaukelschiff

Kinder und Erzieher/in bzw. ÜL stehen um eine Decke (Wolldecke oder Bettlaken) herum und halten sie mit den Händen am (etwas eingerollten) Rand. Die Decke liegt dabei nicht am Boden auf. Ein Kind darf sich jeweils in die

Decke hinein legen und wird dabei von der Gruppe hin- und hergeschaukelt. Dabei sprechen die Kinder den Vers:

„Fährt ein Schiffchen übers Meer, (leicht hin- und herschaukeln)
das schaukelt hin, das schaukelt her,
das schaukelt hin, das schaukelt her,
es kommt ein großer Sturm – (kräftiges Schütteln)
da fällt das Schiffchen um!“ (Decke sanft auf dem Boden aufsetzen)

Die Schaukelbewegungen werden im Rhythmus des Verses durchgeführt.

Die Lachinsel

Im Raum sind Matten verteilt. Sie stellen Inseln im Meer dar, auf denen Menschen leben, die ganz unterschiedliche Gefühle haben: Die fröhlichen Menschen lachen den ganzen Tag, die traurigen weinen, die unzufriedenen meckern und motzen, die ärgerlichen schimpfen, die albernem kichern, die müden schnarchen. Die Kinder laufen durcheinander und suchen sich auf Signal eine Matte, auf der dann die Stimmung des jeweiligen Inselbewohners zu „teilen“ ist.



Foto: LSB NRW/Andrea Bowinkelmann

Wenn ein Besucher auf die Insel kommt, wird er sofort von einem dortigen Inselbewohner (ein Kind, das die ankommenden Besucher auf der Matte empfängt) mit dem „Inselfieber“ angesteckt und wird auch müde, fängt an zu schnarchen... etc. Erst, wenn ein Schiff vorbeikommt und die Besucher wieder mitnimmt, hat der Zauber ein Ende – aber schon landen die Ausflügler auf einer neuen Insel.

Variation: Die Kinder finden weitere Inseln, z.B. die Pfeifinsel, die Brumminsel, die Heulinsel...

Ausflug nach Hüpfstadt

In den Ferien geht es auf die Reise in seltsame Städte: nach Klatschhausen, nach Trampelstadt, nach Rutschdorf, nach Hüpfstadt, Kriechdorf, Springburg, Schleichhausen...

Die Bewohner dieser Städte bewegen sich den ganzen Tag entsprechend dem Namen der Stadt. Sie klatschen, trampeln, hüpfen, rutschen über den Boden usw. Hierbei bewegt sich die Gruppe durch den Raum und wird mündlich zu den entsprechenden Bewegungen angeleitet, die dann gemeinsam durchgeführt werden. Gemeinsam mit dem/der Spielleiter/in finden die Kinder neue Städte oder Dörfer, besuchen die Einwohner und hüpfen, springen mit ihnen.

Variation: Der/Die Spielleiter/in spielt den Bewohner einer Stadt und zeigt den Kindern durch entsprechende Bewegungen, wo er wohnt. Die Kinder versuchen, den Namen der Stadt zu erraten und machen anschließend gemeinsam einen Ausflug in die Stadt.

(aus: Zimmer, Renate: Handbuch Sprachförderung durch Bewegung. Freiburg 2010)



Entdecke eigene Stärken!

- Was kann ich gut?
- Wo ist mir etwas gelungen?
- Womit habe ich Erfolg gehabt?
- Wo haben mich andere gelobt, bewundert, beneidet?
- Was hat mir Freude gemacht?
- Wobei habe ich mich wohl gefühlt?

Schatzsuche:

Male die Umriss deiner Hand auf ein leeres Papier! Überleg, welche Ressourcen du nutzt, um die alltäglichen Herausforderungen deines Lebens zu meistern. Schreibe oder male ...

- ... in den Daumen, der ja etwas außerhalb der Hand liegt, eine Ressource, die von anderen besonders geschätzt wird,
- ... in den Zeigefinger eine Ressource, über die du verfügst, die auch anderen hilft, die auf andere „zeigt“,
- ... in den Mittelfinger deine stärkste Ressource,
- ... in den Ringfinger deine wertvollste Ressource und
- ... in den kleinen Finger eine kleine Ressource, die noch wachsen muss.

Impuls: „Schatzsuche“ – welche Schätze besitzt der Mensch?

Täglich kann man die Probleme von Menschen in den Medien erfahren. Oft schauen wir nur auf die Fehler und Defizite unserer Mitmenschen. Deren Ressourcen und Fähigkeiten werden dabei ausgeblendet, bleiben unerwähnt und damit unentdeckt.

Ein Fehlerfahnderblick im Sport ist häufig mit Kommentaren begleitet wie: „Du stellst dich wirklich ungeschickt mit Bällen an“ oder „Wenn du nicht so dick wärst, würdest du auch am Reck hochkommen ...“. Die Konsequenz dieser Problemperspektiven: Menschen werden zu Versagern!

Dabei wissen wir alle: Nur wenn man sich wohlfühlt und seinen eigenen Fähigkeiten traut – „ich kann etwas“ - kann man erfolgreich agieren. Selbst schwierige Aufgaben werden dann nicht als (eventuell sogar unüberwindbares) Problem, sondern als Herausforderung gesehen.

Werden wir also Schatzsucher und verändern unsere Perspektive hin zu den Stärken und Schätzen!

Wie erging es dir bei dieser Aufgabe? Berichte den anderen davon! Wenn du willst, kannst du deine Ressourcen-Hand auch der Gruppe vorstellen. Du entscheidest aber selbst, ob und mit wem du dich über deine Gedanken austauschen möchtest oder die Ressourcen-Hand in deiner persönlichen Schatztruhe landet!

Die Autoren: Hans-Peter Esch, seit 2001 Sport- u. Jugendbildungsreferent im DV Paderborn. Katrin Sattler, ehemalige Sportreferentin im DV Paderborn. Seit September Laufbahnberaterin am Olympiastützpunkt Saarbrücken.

Foto: LSB NRW/Andrea Bowinkelmann

