

Gesund und fit im Kinder-Alltag

Picknick mit dem Evang. Luth. Kindergarten in Oberhochstatt

Ergänzend zu unserem Spaziergang einige Anregungen für weitere Spaziergänge:



Waldspiele

Waldmeister gibt es auch am Kräuterstand. Viel schöner ist selbst suchen. Man findet ihn am Waldrand, dort, wo das Unterholz weniger dicht ist. Damit kleine Mitsucher bei der Sache bleiben, sorgen Waldspiele für Abwechslung

Tierspielerei

Bewegen wie ...

... die Eule: langsame Kopfdrehbewegungen, abwechselnd Augen groß machen und schließen

... der Specht: Kopf vor und zurück bewegen

... das Reh: Kopf recken, langsam drehend um sich schauen

... der Maulwurf: mit den Händen in der Luft graben

... der Fischreiher: auf einem Bein still stehen, staksen

... der Bussard: mit Schultern und Armen (Schwingen) kreisen, erst kleine Kreise,

dann größere, dann Flutterbewegungen wie kurz vor dem Abheben, mit den Armen wie mit Flügeln schlagen
... die Ameise: Zehen in den Schuhen ordentlich auf und ab krabbeln lassen.

Stockspiel

Jeder Mitspieler sucht sich einen Stock, den er ganz genau untersucht und sich einprägt: Wo sind Erhebungen, Astlöcher, ist er krumm oder gerade, dick oder dünn? Die Stöcke werden eingesammelt, der Spielleiter kennzeichnet sie (z. B. mit farbigen Fäden) nachdem den Mitspielern die Augen verbunden wurden – dann dürfen sie die Stöcke betasten. Wer glaubt, seinen gefunden zu haben, meldet sich. Der schnellste Stockfinder hat gewonnen.

Wald-Memory

Zwölf bis 15 Waldgegenstände – Zapfen, Äste, Steine, Federn – werden gesammelt und ausgelegt.

Die Mitspieler versuchen, sich das

Sammelsurium einzuprägen. Dann drehen sich alle um, ein Spielleiter nimmt fünf Gegenstände weg. Nacheinander benennt jeder einen Gegenstand, von dem er glaubt, dass er fehlt. Wer einen Treffer hat, darf ihn behalten.

Fangspiel

Zu Beginn wird ein Mitspieler benannt, der den Greifvogel spielt. Alle übrigen verwandeln sich in Stare und bewegen sich frei in einem abgegrenzten, nicht zu großen Waldgebiet. Der Greifvogel stößt seinen „Achtung, Greifvogel“-Warnruf aus, rennt los und versucht, ein Starenkind zu fangen. In Sicherheit sind die Stare, die es geschafft haben, sich zu Zweier- oder Dreiergruppen zusammenzufinden. Dazu sollten die Kinder wissen: Auch echte Greifvögel können ihre Aufmerksamkeit immer nur auf einen Beutevogel richten, durch viele Tiere im Schwarm werden sie verwirrt – Gemeinsamkeit macht auch kleine Vögel stark!

FOTO: PLAINPICTURE

aus: Eltern for family 05/2013