

Gemeinsam für die Familie



Ab nach draußen!

Kinder ziehen bei dem Wort „Spaziergang“ fast immer die Mundwinkel nach unten. Das bedeutet Bewegung, aber in einer Art, die Kinder meist nicht mögen. Im Herbst bieten sich dennoch schöne, spannende und abwechslungsreiche Aktivitäten an, die Kindern durchaus gefallen können. Wie wäre es denn mal mit einem abenteuerlichen Waldspaziergang?

Alle Eltern kennen das: Es ist Sonntag und den Kindern ist furchtbar langweilig. „Lasst uns doch einen schönen Spaziergang machen“, ertönt es als gute Idee der Eltern. „Och wie langweilig“ maulen die Kinder. Doch mit ein paar einfachen Mitteln kann aus einem langweiligen Sonntagsspaziergang schnell ein aufregendes Abenteuer werden. Zunächst gilt es zu überlegen, wo in der Nähe ein schöner Wald zu finden ist. Dann sollten Sie Ihren Nachwuchs natürlich weder unter- noch überschätzen. Ein Dreijähriger wird kaum einen Marsch von mehreren Kilometern schaffen, eine Siebenjährige hingegen ist in der Lage, schon mal eine größere Strecke zu laufen.

- **Nehmen Sie Proviant mit**, vielleicht ergibt sich die Gelegenheit für ein schönes Picknick.
- **Denken Sie sich schöne Spiele aus** – wie zum Beispiel Tannenzapfenweitwurf. Oder packen Sie **ein Fernglas und ein Lupe**nglas ein. So können Sie die Tiere, die Ihnen begegnen, mit Ihren Kindern auch aus der Nähe betrachten.
- Wenn die Kinder schon etwas größer sind, kann man ihnen ein Taschenmesser anvertrauen. Das **Schnitzen von Stöcken** macht jedem Kind Spaß.
- Eine Tasche für **gesammelte Werke** sollte natürlich mitgenommen werden, gerade jetzt im Herbst kann man tolle Blätter sammeln, aber auch Kastanien, Eicheln oder Bucheckern nehmen Kinder herzlich gern mit nach Hause. Daraus lassen sich **tolle Sachen basteln**.
- Für kleinere Kinder eignet sich eine schöne **Schnitzeljagd durch den Wald**. Oder Mama

- oder Papa verstecken sich einfach mal. Die Freude der Kinder darüber, sie wiederzufinden, ist besonders bei kleinen Kindern immens groß.
- Für größere Kinder eignet sich die modernere Form der Schnitzeljagd, das **„Geocaching“**. Hierbei folgt man nicht Pfeilen oder Papierschnipseln, sondern den Richtungsangaben eines GPS-Gerätes.

Links:

www.opencaching.de
www.nabu.de

Literatur:

„Mein erstes - Welche Tierspur ist das?“
Das Buch stellt Tierspuren und beschreibt den typischen Lebensraum der Tiere. Illustrationen und Fotos helfen, Tierspuren zu finden und zu deuten: van Saan, Anita: Mein erstes – Welche Tierspur ist das? Kosmos Verlag.

Wenn Eltern Rat brauchen...

Das Elterntelefon bietet kostenlose, vertrauliche und anonyme Beratung, Mo. bis Fr. von 9–11 Uhr sowie Di. und Do. von 17–19 Uhr. Mehr Infos auf www.nummergegenkummer.de

