



sebastian RELOADED

Terrainkur-Erlebnisweg Laßnitzhöhe



Naturpädagogischer Leitfaden
für den Waldspielplatz

www.sebastianreloaded.at

Terrainkur-Erlebnisweg Laßnitzhöhe sebastian RELOADED



Naturpädagogischer Leitfaden für den Waldspielplatz für LehrerInnen, SchülerInnen, Eltern & sonstige Gruppen

erstellt von
OIKOS – Institut für angewandte Ökologie
& Grundlagenforschung, Gleisdorf
oikos@utanet.at

im Auftrag der Marktgemeinde Laßnitzhöhe
www.lassnitzhoehe.gv.at

Gleisdorf, 18. Juni 2013

Inhalt

Einleitung	3
Spiele zum Ankommen, Einstimmen, Kennenlernen	4
1. Anreise.....	4
2. Meine besonderer Gegenstand.....	4
3. Spurensuche.....	5
Spiele zum Auflockern und Austoben	6
4. Bäume wechseln.....	6
5. Wurzelgeflecht.....	6
6. Schnell gedacht – schnell bewegt	7
7. Tempelhüpfen	8
8. Spring ins richtige Feld.....	8
9. Eulen und Krähen.....	9
10. Tausendfüßlerjagd	10
11. Stockkreis	10
12. Welches Tier bin ich.....	11
Geschicklichkeitsspiele	12
13. Waldmikado	12
14. Ringe werfen.....	12
15. Zielwerfen.....	13
16. Holzstapelturm	13
Die richtige Balance	14
17. Holzstelzen	14
18. Der Reihe nach	14
Spielerisches Gestalten mit Naturmaterialien	15
19. Unsere Waldhütte.....	15
20. Wir bauen Waldtiere	15
21. Farben, die die Natur uns schenken	16
22. Der Bilderwald	16
23. Walddomino.....	17
24. Baumgesichter-Memory	17
Mit allen Sinnen- ruhige und entspannende Elemente finden	18
25. Mein Lieblingsplatz.....	18
26. Farben sehen.....	18
27. Zwischen den Baumwipfeln den Himmel sehen	19
28. Lautlose Pirsch.....	20
29. Waldlabyrinth	20
30. Regentropfenspiel	21
31. Finde deinen Baum.....	22
32. Kamera und Fotograf	23
33. Ballengang	23
Zum Ausklang	24
34. Meine Waldbotschaft	24
Quellen	25
Impressum	25

Einleitung

In der Gemeinde Laßnitzhöhe wurde 2013 ein Terrainkur-Erlebnisweg eröffnet. Dieser bietet für Jung und Alt Gelegenheit sich mit dem Thema Gesundheit spielerisch, interaktiv und erlebnisorientiert auseinander zu setzen.

Einen Übersichtsplan über den gesamten Weg sowie aller Stationen finden Sie unter www.sebastianreloaded.at, weitere Informationen erhalten Sie unter Tourismusverband und Kurkommision Laßnitzhöhe, Hauptstraße 23, 8301 Laßnitzhöhe, Tel. ++ 43(0)3133 2204, E-Mail: info@lassnitzhoehe.at.

Der gegenständliche Naturpädagogische Leitfaden ist für die Station 12 – Waldspielplatz konzipiert. Der Waldspielplatz lädt Kindergartenkinder, Schulkinder, Jugendliche, Erwachsene, Familien, Einzelpersonen und Paare ein, sich mit viel Spiel und Spaß in der Natur zu bewegen. Hier haben Sie die Möglichkeit mit einfachen Spielgeräten und Naturmaterialien, natürlich dürfen kleinere Gegenstände auch von zu Hause mitgebracht werden, ein paar abwechslungsreiche und abenteuerliche Stunden mitten in der Natur zu verbringen. Die hier erwähnten Spiele zeigen, was aus einfachen Materialien (Blätter, Zweige, Zapfen, Hölzer, ...) entstehen kann, dabei ist der Kreativität keine Grenze gesetzt. Neben dem Spaßfaktor fördern die Spiele die Geschicklichkeit, Ausdauer und die Koordination. Zum Ausgleich finden Sie Anleitungen, um auch ruhige und entspannende Momente mit allen Sinnen zu erleben.

Entdecken Sie den Spielplatz der anderen Art!

Spiele zum Ankommen, Einstimmen, Kennenlernen ...

1. Anreise

Die TeilnehmerInnen gehen in ihren Gedanken noch einmal ihre Anreise durch. Besonders für sehr unruhige Gruppen zu empfehlen.

Geeignet für alle Zielgruppen.

Gruppengröße: ab 5 Personen

Alter: ab 10 Jahren

Zeit: ca. 15 Min.

Materialien -

Ablauf:

- Die Gruppe setzt sich entspannt hin und schließt die Augen. Die Teilnehmer sollen in Gedanken den Weg von der Abfahrt zu Hause bis hierher wiederholen.
- Nachdem die Augen wieder geöffnet sind, kann die Wirklichkeit mit der Vorstellung verglichen werden.



2. Mein besonderer Gegenstand

Jede/r sucht im Wald einen für ihn/sie interessanten Gegenstand.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer Einzelpersonen und Paare.

Gruppengröße: ab 5 Personen

Alter: ab 5 Jahren

Zeit: ca. 30 Min.

Materialien: Gegenstände aus dem Wald.

Ablauf:

- Jede/r TeilnehmerIn sucht im Wald einen kleinen, für sie/ihn besonderen Gegenstand, der in einer geschlossenen Hand Platz hat.
- Die Gegenstände werden im Kreis mit geschlossenen Augen hinter dem Rücken weitgereicht und ertastet.
- Sobald alle Dinge wieder bei ihren Findern sind, betrachtet man sie und gibt ihnen Phantasienamen.
- In einem Rahmen aus Ästen wird am Ende ein Bild aus den Gegenständen gelegt.

3. Spurensuche

Versteckte Gegenstände im Wald entdecken.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer
Einzelpersonen und Paaren.
Gruppengröße: bis 20 Personen
Alter: ab 4 Jahren

Zeit: 30 Min.

Material: 10-12 künstliche oder natürliche
Gegenstände (Bleistift, Früchte, Blätter ...)
Vorbereitung: Materialien auslegen

Ablauf:

- Die Gegenstände unbemerkt vor Beginn auf etwa 20 m entlang des Weges leicht und schwer erkennbar auslegen.
- Auch offensichtlich nicht zum Fundort passende Gegenstände können ausgelegt werden (Bucheckern im Fichtenwald ...).
- Die Teilnehmer versuchen die versteckten Gegenstände unabhängig voneinander zu entdecken, wobei die Dinge an ihren Plätzen bleiben, und flüstern sie der/dem SpielleiterIn ins Ohr.
- Hat keine/r alle Gegenstände gefunden, wird vor einer erneuten Suche ihre Zahl genannt.

Spiele zum Auflockern und Austoben



4. Bäume wechseln

Ein Fangspiel mit viel Bewegung, bei dem Reaktionsschnelligkeit gefordert ist.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer
Einzelpersonen und Paaren.
Gruppengröße: ab 10 Personen

Alter: ab 6 Jahren
Zeit: ca. 30 Min.
Material: Baumgesichter

Ablauf:

- Alle TeilnehmerInnen suchen sich einen markierten Baum, an dessen Stamm sie eine Hand legen.
- Eine Person ist der/die FängerIn und ruft „Bäume wechseln“.
- Alle müssen ihren Baum verlassen und sich einen anderen suchen.
- Pro Baum darf nur eine Person stehen.
- Während des Wechsels hat der/die FängerIn die Chance einen/eine MitspielerIn zu fangen. Gelingt ihm/ihr das, ist die gefangene Person der/die neue FängerIn.

5. Wurzelgeflecht

Die Gruppe bildet einen Knoten und entknotet sich wieder.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer
Einzelpersonen und Paare.
Gruppengröße: 5-15 Personen

Alter: ab 8 Jahren
Zeit: mind. 10 Min.
Material: -

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen bilden mit geschlossenen Augen einen Kreis und strecken die Arme waagrecht zur Mitte vor. Jede Hand fasst die eines/r Mitspielers/in, dann werden die Augen geöffnet.
- Die MitspielerInnen versuchen nun ohne loszulassen das Geflecht zu entwirren.

6. Schnell gedacht – schnell bewegt

Ein Geschicklichkeits- und Bewegungsspiel, bei dem es um die Reaktionsschnelligkeit geht.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer Kindergartenkindern, Einzelpersonen und Paaren.

Gruppengröße: 10-20 Personen

Alter: ab 6 Jahren

Zeit: ca. 45 Min.

Vorbereitung: Liste für Fragen

Ablauf

- Die Gruppe wird in zwei Teams geteilt, die gegeneinander antreten.
- Zwei SpielerInnen der ersten Mannschaft beginnen mit dem Parcours.
- Zwei SpielerInnen der zweiten Mannschaft beantworten in der Zwischenzeit dem/der SpielleiterIn Fragen.
- Pro Antwort bekommt die Mannschaft einen Punkt.
- Für die Antworten bleibt den Teams so viel Zeit, wie ihre GegnerInnen für den Parcours benötigen.
- Wenn alle Personen einer Gruppe dran waren, wird gewechselt, damit sich alle TeilnehmerInnen bewegen.
- Die Mannschaft mit den meisten Punkten gewinnt.



Hinweis:

Der Hindernisparcours muss teilweise auf allen Vieren oder auf einem Bein hüpfend überwunden werden.

7. Tempelhüpfen

Ein Wissensspiel, bei dem Beweglichkeit gefordert ist.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer Kindergartenkindern und Einzelpersonen.
Gruppengröße: ab 2 Personen

Alter: ab 6 Jahren
Zeit: beliebig
Material: -

Ablauf:

- Es gibt verschiedene Felder mit unterschiedlichen Naturbereichen, wobei das erste Feld Start/Ziel ist.
- Ein/eine SpielerIn wirft den Stein in ein beliebiges Feld, ruft „A“ und nach kurzer Zeit „stopp“.
- Ein/eine SpielerIn hinter ihm/ihr zählt inzwischen das Alphabet auf und sagt bei stopp den erreichten Buchstaben.
- Nun springt der/die erste SpielerIn einbeinig bis zum Feld mit dem Stein, hebt ihn auf, überspringt das Feld und hüpft weiter ins Ziel.
- Im Ziel wird ein Begriff aus dem jeweiligen Naturbereich mit dem entsprechenden Anfangsbuchstaben genannt. Weiß sie/er keinen, so ist die/der Nächste dran.

8. Spring ins richtige Feld

Ein Wissensspiel, bei dem Bewegung gefragt ist.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer Einzelpersonen.
Gruppengröße: bis 20 Personen
Alter: ab 6 Jahren
Zeit: 15-30 Min.

Material: Holzstücke, Zapfen, Stöcke zum Kennzeichnen der einzelnen Felder
Vorbereitung: Liste mit Fragen aus verschiedenen Themenbereichen

Ablauf:

- Drei Felder werden mit Stöcken gebaut, groß genug für alle Personen - die Felder mit 1, 2, 3 nummerieren.
- Der/die SpielleiterIn stellt Fragen mit drei Antwortmöglichkeiten.
- Die TeilnehmerInnen müssen sich für eine Antwort entscheiden, indem sie in das richtige Feld laufen.
- Für jede richtige Antwort bekommt man einen Holzstück/Zapfen.
- Wer nach 10 Runden die meisten Holzstücke/Zapfen hat, hat gewonnen.

9. Eulen und Krähen

Ein Wissensspiel, bei dem schnelles Reaktionsvermögen gefragt ist.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer Einzelpersonen und Paaren.

Gruppengröße: bis 20 Personen

Alter: ab 6 Jahren

Zeit: 15-20 Min.

Material: Stöcke zum Kennzeichnen des Spielfeldes

Vorbereitung: Liste mit Aussagen

Ablauf:

- Für dieses Spiel wird eine freie Fläche in ein Spielfeld unterteilt.
- Es werden mit Stäben eine Mittellinie und beidseitig davon zwei Begrenzungen im Abstand von 6 Metern gelegt.
- Nun werden zwei Gruppen gebildet und jede Gruppe begibt sich in eine Spielfeldhälfte.
- Die TeilnehmerInnen stellen sich einander gegenüber der Mittellinie in zwei gleich großen Mannschaften auf; die einen sind die „Eulen“, die anderen die „Krähen“.
- Der/die SpielleiterIn macht nun eine Aussage, die wahr oder falsch sein kann.
- Ist die Aussage richtig, versuchen die Eulen die Krähen zu fangen, ist sie falsch, so fangen die Krähen die Eulen.
- Wer vorher sein Spielfeld erreicht hat, ist gerettet. Gefangene Vögel verwandeln sich in die jeweils andere Art.

Hinweis:

Verschiedene Aussagen können z. B. sein:

- Das Wasser ist trocken.
- Schokolade ist gesund.
- Eichhörnchen knabbern gerne Baumsamen.



10. Tausendfüßlerjagd

Der/die Erste der einen Gruppe soll den Schwanz der anderen erbeuten.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer
Einzelpersonen und Paaren.
Gruppengröße: mind. 12 Personen
Alter: ab 6 Jahren

Zeit: ca. 15 Min.

Material: je Gruppe 1 Taschentuch,
Schnur, o.ä.

Ablauf:

- Zwei Gruppen bilden Ketten zu 6-8 SpielerInnen, indem sie mit den Händen die Hüften des/r Vordermannes/frau umfassen. Der/die Letzte lässt ein Taschentuch wie einen Schwanz vom Gürtel oder Hosenbund hängen.
- Der/die Erste soll den Schwanz der anderen Gruppe fassen.
- Die Gruppe, die gefasst wird, auseinander reißt oder den Schwanz verliert, hat verloren.

11. Stockkreis

Ein Spiel, in dem es um Reaktionsschnelligkeit geht.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer
Kindergartenkindern, Einzelpersonen und
Paaren.
Gruppengröße: bis 15 Personen

Alter: ab 6 Jahren

Zeit: ca. 15 Min.

Material: Stöcke, 1, 20 m lang, an beiden
Enden abgerundet

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen stellen sich im Kreis auf und halten den Stock wie einen Wanderstock.
- Auf Kommando lässt jede/r ihren/seinen Stock aus, rückt im Kreis weiter und versucht den Stock der/s Vorderen aufzufangen, bevor er zu Boden fällt.
- Wer den Stock nicht fängt, scheidet aus.
- Das Tempo wird Schritt für Schritt gesteigert.

12. Welches Tier bin ich

Ein lustiges Ratespiel, bei dem anhand einer vorgegebenen Beschreibung ein Tier erraten werden soll.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer Einzelpersonen.
Gruppengröße: ab 2 Personen

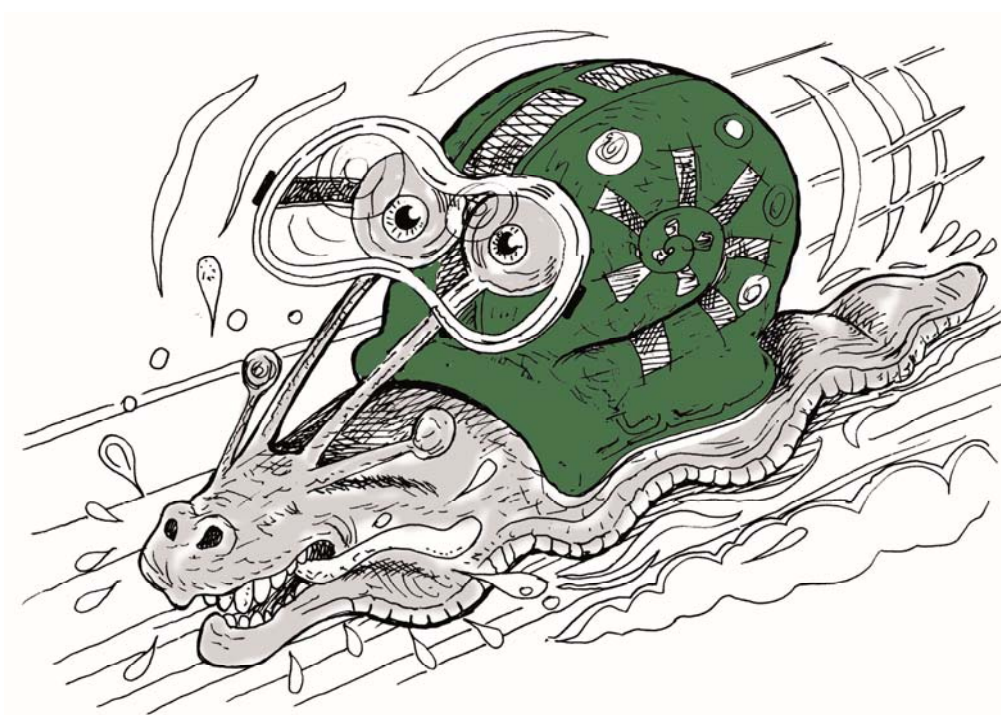
Alter: ab 4 Jahren
Zeit: beliebig
Vorbereitung: Eine Liste mit Tierbeschreibungen

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen setzen sich im Kreis hin.
- Eine Person stellt sich in die Mitte und beginnt ein Tier zu beschreiben, wobei die Aussagen zu Beginn sehr vage und allgemein sein sollen.
- Alle TeilnehmerInnen, die zu wissen glauben um welches Tier es sich handelt, legen den Finger auf die Wange.
- Sobald alle oder ein Großteil der TeilnehmerInnen glauben die Antwort zu wissen, fragt der/die SpielleiterIn „Wer bin ich?“ und alle antworten gemeinsam.

Hinweis:

Bei Kindergartenkindern wird das Tier sehr ausführlich beschrieben.



Geschicklichkeitsspiele

13. Waldmikado

Ein Geschicklichkeitsspiel mit Holzstäben.

Geeignet für alle Zielgruppen.

Gruppengröße: 1-6 Personen

Alter: ab 6 Jahren

Zeit: nach Bedarf

Material: Holzstäbe

Ablauf:

- Der/die erste SpielerIn stellt alle Stäbe gebündelt auf den Boden und lässt sie umfallen. Die Stäbe liegen chaotisch übereinander.
- Nun soll ein Stab nach dem anderen weggenommen werden, ohne dabei andere Stäbe zu berühren.
- Hier gibt es mehrere Techniken: einfach nehmen, vorsichtig wegrollen (auch mehrere Stäbe nebeneinander), herausziehen, aufstellen, indem man auf ein Ende des Stabes drückt, gleichzeitig beide Enden berühren und hochheben.
- Wer bereits im Besitz des Mikados ist, darf dieses als „Helfer“ benutzen: Stäbe wegrollen, unter den Stab gehen und dann hochwerfen.
- Wer ein Wackeln verursacht, muss abbrechen und der/die Nächste kommt dran.
- Wer am Schluss die meisten Stäbe besitzt, hat gewonnen!



14. Ringe werfen

Ein Geschicklichkeitsspiel mit Ringen.

Geeignet für alle Zielgruppen.

Gruppengröße: bis zu 20 Personen

Alter: ab 4 Jahren

Zeit: nach Bedarf

Material: Holzstäbe und Weidenringe

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen legen einen bestimmten Abstand zu den Holzstäben fest.
- Nun werden die Weidenringe über die Holzstäbe geworfen.

15. Zielwerfen

Holzstäbe oder Zapfen in einen ausgehöhlten Baumstumpf werfen.

Geeignet für alle Zielgruppen.

Gruppengröße: ab 1 Person

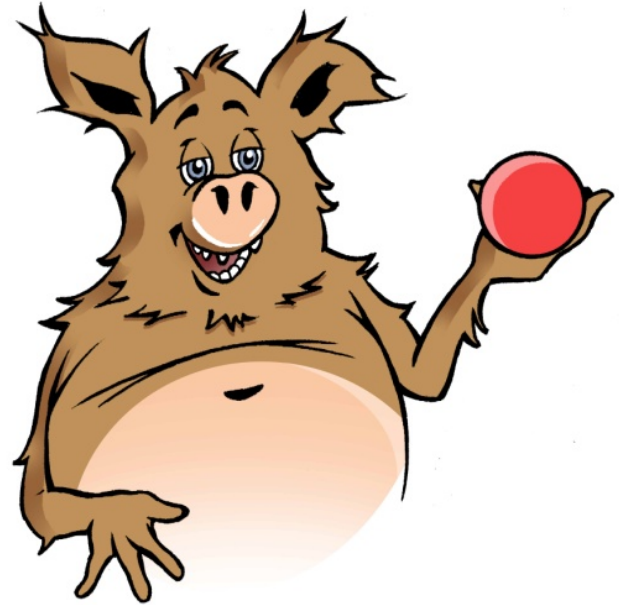
Alter: ab 4 Jahren

Zeit: 10-15 Min.

Material: Holzstücke oder Zapfen und Baumstümpfe

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen können zwei Gruppen bilden.
- Jede/r nimmt zwei Zapfen oder Hölzer.
- Die Gruppen stellen sich nebeneinander auf.
- Anschließend wird versucht aus einer bestimmten Entfernung abwechselnd in den Baumstumpf zu treffen.
- Der Wurf ist nur gültig, wenn die Zapfen oder die Holzstücke im Baumstumpf liegen bleiben.



16. Holzstapelturm

Unterschiedlich hohe Baumscheiben aufeinander stapeln.

Geeignet für alle Zielgruppen.

Gruppengröße: bis zu 10 Personen

Alter: ab 4 Jahren

Zeit: nach Bedarf

Material: Holzscheiben

Ablauf:

- Die Baumscheiben sollen von den Personen übereinander zu einem Turm gestapelt werden.
- Anschließend werden die Baumscheiben am stehenden Turm gezählt.

Die richtige Balance

17. Holzstelzen

Eine Balanceübung mit Holzstelzen

Geeignet für alle Zielgruppen.

Gruppengröße: bis zu 10 Personen

Alter: ab 4 Jahren

Zeit: nach Bedarf

Vorbereitung: Holzstelzen in unterschiedlichen Längen

Ablauf:

- Die Personen stellen die Stelzen an einen Baum und lehnen sich mit dem Rücken an den Baum.
- Die beiden Stangen werden von vorne umfasst und die Personen steigen vorsichtig auf, wobei die Stelzen immer noch am Baum anliegen.
- Anschließend die Stelzen unter die Achseln klemmen und fest an den Körper pressen.
- Vorsichtig die Verbindung zum Baum lösen und das Gleichgewicht ausbalancieren.
- Schritt für Schritt wird beim Gehen das jeweilige Bein entlastet bzw. das Körpergewicht verlagert.

Hinweis:

Für Fortgeschrittene: Es können kleine Wettbewerbe veranstaltet werden.

18. Der Reihe nach

Ein Kooperationsspiel, bei dem man auf andere achtet.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer Einzelpersonen, Paaren und Kindergartenkindern.

Gruppengröße: bis 20 Personen

Alter: ab 6 Jahren

Zeit: ca. 10 Min.

Material: liegender Baumstamm

Ablauf:

- Alle TeilnehmerInnen stellen sich auf den Baumstamm und ordnen sich nach den Angaben der Spielleitung (z. B. nach dem Alphabet) an.
- Wichtig dabei ist, niemand darf vom Baumstamm heruntersteigen oder fallen.

Spielerisches Gestalten mit Naturmaterialien

19. Unsere Waldhütte

Aus Naturmaterialien werden Hütten gebaut.

Geeignet für alle Zielgruppen.

Gruppengröße: auch für Großgruppen

Alter: ab 4 Jahren

Zeit: nach Bedarf

Material: unterschiedliche Äste, Zweige, Reisig, Bretter, Rinde, Laub

Ablauf:

- Der/die SpielleiterIn erfragt von den Kindern, welche Materialien welchem Zweck dienen (Äste - Gerüst, Bretter - Wind- und Regenschutz, Reisig, Zweige, Laub - zur Abdichtung).
- Je nach Zielgruppe arbeiten die TeilnehmerInnen einzeln oder gehen zu Kleingruppen zusammen.
- Die Personen sammeln entsprechende Naturmaterialien.
- Anschließend werden die Hütten aufgebaut.

Hinweis:

Den TeilnehmerInnen wird ein naturschonendes Vorgehen nahegelegt.

Eine Variationsmöglichkeit für kleinere Kinder wäre der Bau von Zwergenhäusern.

20. Wir bauen Waldtiere

Es werden verschiedene Tiere aus Naturmaterialien gebaut. Fantasie und Kreativität wird angeregt.

Geeignet für alle Zielgruppen.

Gruppengröße: bis zu 20 Personen

Alter: ab 4 Jahren

Zeit: nach Bedarf

Material: unterschiedliche Naturmaterialien je nach eigener Themenstellung

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen gehen paarweise zusammen und sammeln die nötigen Materialien.
- Anschließend werden die entsprechenden Tiere gebaut.

Hinweis:

Der/die SpielleiterIn verweist auf ein naturschonendes Sammeln der Materialien.

Eine Variationsmöglichkeit wäre die Gestaltung eines Waldgesichtes, welches mit Stöcken eingerahmt wird.

21. Farben, die die Natur uns schenken

Mit Hilfe von verschiedenfarbigen Naturmaterialien wird eine dünne Baumscheibe bemalt.

Geeignet für alle Zielgruppen.

Gruppengröße: auch für Großgruppen

Alter: ab 4 Jahren

Zeit: beliebig

Material: Baumscheiben - 2 cm dick und im Durchmesser 10 - 15 cm, Naturmaterialien, die zum Malen verwendet werden können (Gras, Blüten, Erde, vermodertes Holz etc.)

Ablauf:

- Es wird farbabgebendes Material gesammelt.
- Diese Materialien werden auf die Baumscheiben aufgelegt und zerrieben.
- Die Werke werden untereinander begutachtet und die Farbwirkung der einzelnen Materialien besprochen.
- Anschließend können die Werke mit nach Hause genommen werden.

22. Der Bilderwald

Aus Naturmaterialien werden am Boden Bilder gestaltet.

Geeignet für alle Zielgruppen.

Gruppengröße: bis zu 20 Personen

Alter: ab 4 Jahren

Zeit: ca. 30 Min.

Material: Gegenstände aus dem Wald

Ablauf:

- Es werden im Wald Naturmaterialien (Zapfen, Zweige, Laub, ...) gesammelt.
- Eventuell wird über die Möglichkeit der Gestaltung gesprochen.
- Die gesammelten Gegenstände werden auf dem Boden aufgelegt.
- Anschließend wird das Bild mit Zweigen eingerahmt.

23. Walddomino

Es wird ein Domino mit Waldgegenständen gebildet.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer Einzelpersonen.

Gruppengröße: bis zu 20 Personen

Alter: ab 4 Jahren

Zeit: je nach Bedarf

Material: unterschiedliche Gegenstände aus dem Wald

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen werden über das Prinzip des Dominos informiert.
- Jede Person sucht zwei unterschiedliche Gegenstände im Wald.
- Nach dem Sammeln wird ein Kreis gebildet.
- Eine Person legt zwei verschiedene Gegenstände nebeneinander auf den Waldboden.
- Entsprechend dem „Dominoprinzip“ werden im Uhrzeigersinn der gleiche Gegenstand und ein neuer Waldgegenstand von einer Person dazugelegt.
- Wenn kein/e TeilnehmerIn mehr einen passenden Gegenstand hat, kann dieser von Freiwilligen im Wald dazu gesucht werden.
- Ziel ist es, eine möglichst lange Dominokette zu legen.

24. Baumgesichter-Memory

Zwei gleiche Baumgesichter werden „aufgedeckt“.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer Einzelpersonen.

Gruppengröße: bis zu 20 Personen

Alter: ab 4 Jahren

Zeit: je nach Bedarf

Material: -

Ablauf:

- Drei Minuten lang prägt sich die Gruppe die verschiedenen Baumgesichter ein.
- Anschließend wird ein Kreis gebildet.
- Der/die Erste läuft zu zwei Bäumen mit denselben Gesichtern und klatscht sie ab.
- Stimmen die Gesichter überein, erhält sie/er einen Punkt und darf das nächste Baumgesicht-Paar „aufdecken“.
- Stimmen die Gesichter jedoch nicht überein, ist die/der Nächste an der Reihe.
- Wer die meisten Paare findet, hat gewonnen.



Mit allen Sinnen- ruhige und entspannende Elemente finden

25. Mein Lieblingsplatz

Einen ruhigen Platz zum Entspannen finden, Aufmerksamkeit auf eine Sache richten und in der Natur alleine sein.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer
Kindergartenkinder.
Gruppengröße: bis 20 Personen

Alter: ab 6 Jahren
Zeit: 10-30 Min.
Material: -

Ablauf:

- Alle TeilnehmerInnen suchen einzeln einen Platz im Wald, an dem sie sich besonders wohlfühlen.
- Die Personen setzen sich auf dem gewählten Platz hin und lassen sich auf den Ort ein (Geräusche wahrnehmen, riechen, einen besonders schönen Baum betrachten, dem Platz einen Namen geben, fallende Blätter und Zapfen zählen).
- Im Anschluss können in der jeweiligen Gruppe die Erfahrungen der Einzelnen besprochen werden.

Hinweis:

Je nach Alter der TeilnehmerInnen variiert die Zeit zwischen 10 und 30 Minuten.

26. Farben sehen

Sich konzentrieren lernen und den Sehsinn in der Natur schulen.

Geeignet für alle Zielgruppen.
Gruppengröße: 15-20 Personen
Alter: ab 4 Jahren

Zeit: ca. 15 Min.
Material: -

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen stellen sich im Kreis mit der Blickrichtung nach außen auf.
- Ohne den Kopf zu drehen versucht jede Person alle Farben, die in ihrem Blickwinkel liegen, bewusst wahrzunehmen und sich zu merken.
- Anschließend erzählen die einzelnen TeilnehmerInnen, welche Farben sie gesehen haben.

Hinweis:

Einzelpersonen oder Paare können auch mehrmals die Position und damit den Blickwinkel wechseln.

27. Zwischen den Baumwipfeln den Himmel sehen

Eine Entspannungs-, Konzentrations- und Vorstellungsübung durchführen.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer
Kindergartenkinder.

Gruppengröße: bis 20 Personen

Alter: ab 8 Jahren

Zeit: 15-20 Min.

Material: -

Ablauf:

- Die teilnehmenden Personen setzen sich oder legen sich hin und schließen die Augen.
- Nun wird ein Körperteil nach dem anderen angespannt und wieder entspannt.
- Anschließend werden die Augen geöffnet und es wird auf Licht und Schatten geachtet.
- Das Hell und Dunkel zwischen den Bäumen lässt man ca. eine Minute einwirken.
- Danach werden die Augen wieder geschlossen und ein zweites Mal geöffnet, wobei eine Minute nur die Farben wahrgenommen werden. Darauf werden die Augen wieder geschlossen.
- Beim dritten Mal konzentriert man sich eine Minute nur auf die Formen.
- Anschließend stellt man sich das gesamte Bild mit geschlossenen Augen vor.
- Danach können die Erfahrungen im Kreis besprochen werden.



28. Lautlose Pirsch

Eine Jagdsituation nachahmen und dabei durch unterschiedliche Bodengeräusche den Hörsinn schulen.

Geeignet für die Zielgruppen Schulkinder,
Jugendliche und Erwachsene.
Gruppengröße: bis zu 20 Personen

Alter: ab 6 Jahren
Zeit: 15-30 Min.
Material: Augenbinde

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen bilden einen Kreis.
- Eine Person hockt sich mit verbundenen Augen in die Mitte (sie stellt das schlecht sehende aber gut hörende Reh dar).
- Die anderen im Kreis sind Luchse, die sich anschleichen sollen.
- Wenn das Reh in der Mitte einen anschleichenden Luchs hört, deutet es in die Richtung des Luchses, der damit ausscheidet und sich nicht mehr bewegt.
- Wird das Reh von einem Luchs erreicht, übernimmt eine andere Person die Rolle.

Hinweis:

Variation zur Gruppenberuhigung: Der/die SpielleiterIn bestimmt immer nur einen Luchs.

29. Waldlabyrinth

Sich als „Blinde/r“ durch den Wald führen lassen. Das Spiel dient der Schulung des Gehörsinnes.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer
Einzelpersonen.
Gruppengröße: bis zu 20 Personen
Alter: ab 4 Jahren

Zeit: ca. 10 Min.
Material: kürzere Stöcke aus dem Wald,
eventuell Augenbinden

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen stellen sich mit ausgestreckten Armen als Gruppe im Wald auf.
- Die Personen lassen die Arme wieder sinken und schließen die Augen.
- Der/die SpielleiterIn stellt sich je nach Alter der Teilnehmer in einem Abstand von 6-20 Metern vor der Gruppe auf.
- Danach schlägt er/sie die beiden Stöcke aufeinander und führt so die TeilnehmerInnen durch den Wald zu sich.

Hinweis:

Als weitere Variante geht der/die SpielleiterIn in einem kürzeren Abstand vor der Gruppe her und führt sie mit Hilfe von Klopfgeräuschen durch den Wald.

30. Regentropfenspiel

Sich konzentrieren lernen und den Tast- und Hörsinn schulen.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer
Paaren und Einzelpersonen.
Gruppengröße: 10-15 Personen

Alter: ab 6 Jahren
Zeit: 10-20 Min.
Material: kleinere Stöcke

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen suchen sich zwei Stöcke und bilden einen Kreis.
- Alle schließen die Augen und sind ganz ruhig.
- Der/die SpielleiterIn berührt nun die erste Person an der Schulter, als Startzeichen, dass sie klopfen darf. Die Klopfgeräusche werden erzeugt, indem die Stöcke aneinander geschlagen werden.
- Die Gruppe lauscht den ersten Tropfen, die den Beginn des Regens ankündigen.
- Danach werden weitere TeilnehmerInnen berührt, bis ein richtiger Regen niederprasselt.
- Werden die einzelnen Gruppenmitglieder erneut berührt, hören sie auf zu klopfen und so wird der Regen schwächer.

31. Finde deinen Baum

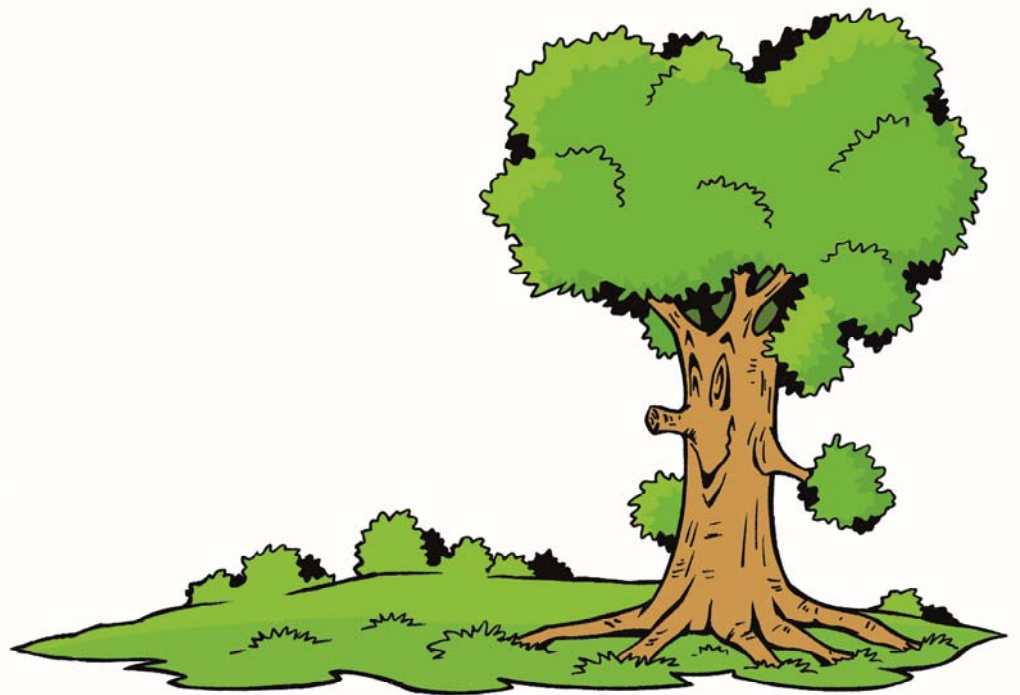
Sich die Besonderheiten eines bestimmten Baumes merken und ihn wieder finden, dabei Verantwortung übernehmen und Vertrauen lernen.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer
Einzelpersonen.
Gruppengröße: bis zu 20 Personen

Alter: ab 6 Jahren
Zeit: 15-20 Min.
Material: Augenbinden

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen bilden Paare.
- Jeweils einem/einer werden die Augen verbunden, der/die andere führt die/den „Blinde/n“ in einem festgelegten Gebiet zu einem Baum.
- Dieser Baum wird von dem/der „Blinden“ befühlt, um sich Besonderheiten (Rinde, Moos, Umfang, Flechten, ...) zu merken.
- Anschließend wird er/sie über Umwege wieder zum Ausgangspunkt geführt.
- Nun muss sie/er sehend ihren/seinen Baum suchen.
- Danach erfolgt ein Rollentausch.



32. Kamera und Fotograf

Sich in die Rolle des „Fotografen“ bzw. der „Kamera“ versetzen. Das Spiel dient der Sinnesschulung.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer
Einzelpersonen.
Gruppengröße: 15-20 Personen

Alter: ab 4 Jahren
Zeit: ca. 20 Min.
Material: -

Ablauf:

- Es werden Paare gebildet.
- Eine Person schließt die Augen und spielt die „Kamera“, die andere führt die „Kamera“ zu Stellen im Wald, die er/sie als besonders schön empfindet.
- Der Auslöser der „Kamera“ wird durch leichtes Zupfen am Ohr betätigt.
- Daraufhin öffnet die „Kamera“ kurz die Augen, macht „ein Foto“ und schließt die Augen wieder.
- Nach 3-5 Fotos erfolgt ein Wechsel.
- Die Fotos werden „entwickelt“, indem die Erfahrungen untereinander ausgetauscht oder im Kindergarten, in der Schule oder zuhause gezeichnet werden.

33. Ballengang

Im Ballengang konzentriert barfuß gehen wie die Naturvölker.

Geeignet für alle Zielgruppen während der
warmen Jahreszeit.
Gruppengröße: bis zu 20 Personen

Alter: ab 4 Jahren
Zeit: 10-20 Min.
Material: -

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen gehen in ausreichendem Abstand voneinander durch den Wald.
- Beim Gehvorgang werden die Füße vom Ballen zur Ferse hin abgerollt.
- Die einzelnen Erfahrungen werden anschließend besprochen.

Hinweis:

Diese von den Naturvölkern bevorzugte Gangart fördert das Körperbewusstsein. Auch Kleinkinder in der ersten Gehphase bewegen sich auf diese Weise fort.

Zum Ausklang

34. Meine Waldbotschaft

Unter Zuhilfenahme des menschlichen Körpers und der Naturmaterialien einen persönlichen Abdruck im Wald hinterlassen.

Geeignet für alle Zielgruppen, außer Einzelpersonen.

Gruppengröße: bis zu 20 Personen

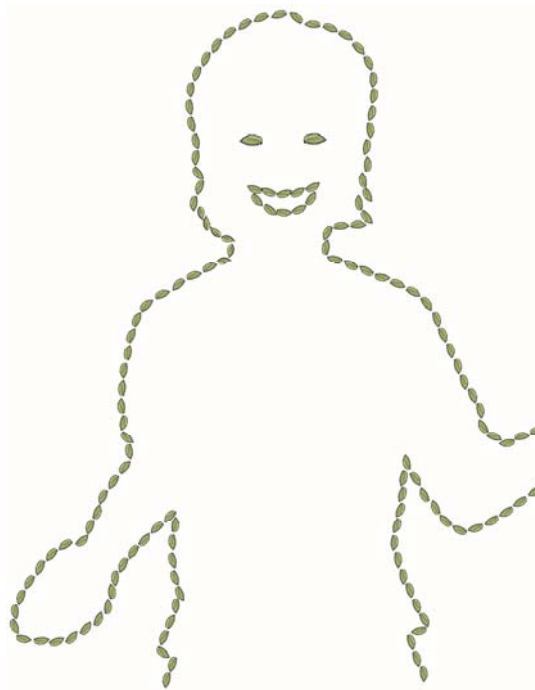
Alter: ab 4 Jahren

Zeit: 30 Min.

Material: verschiedene Naturmaterialien

Ablauf:

- Die TeilnehmerInnen bilden Kleingruppen.
- Die jeweiligen Gruppen sammeln unterschiedliche Naturmaterialien.
- Jeweils ein/e Teilnehmer/in legt sich auf den Boden, die anderen legen den Körperumriss mit Steinen, Stöcken, Laub, toten Zweigen etc. nach.



Quellen

- Bauer, M. (2002): Spielekartei. Loseblattsammlung. Nürnberg.
- Bayerisches Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, ELF (1997). Forstliche Bildungsarbeit. Waldpädagogischer Leitfaden nicht nur für Förster. München. Loseblattwerk.
- Cornell, J. (1991): Mit Freude die Natur erleben. Naturerfahrungsspiele für alle. Mülheim an der Ruhr. 171 pp.
- Cornell, J. (2006): Mit Cornell die Natur erleben. Der Sammelband. Naturerfahrungsspiele für Kinder und Jugendliche. Mülheim an der Ruhr. 341 pp.
- Ebers, S., Laux, L. & Kochanek, H.-M. (1998): Vom Lehrpfad zum Erlebnispfad. Handbuch für Naturerlebnispfade. Wetzlar. 183 pp.
- Friebes, M. [2013]: Waldspielplatz Laßnitzhöhe – Konzept erstellt im Auftrag von OIKOS – Institut für angewandte Ökologie & Grundlagenforschung. Graz. 28 pp
- Unterbruner, U. (2005): Natur erleben. Neues aus Forschung und Praxis zur Naturerfahrung. Innsbruck, Wien, Bozen. 230 pp.
- Wilfling, A. (2013): mündliche Mitteilung.
- Wilfling, A., Möslinger, M. & Komposch, H. (2012): Sebastian reloaded – Terrainkur-Erlebnisweg Laßnitzhöhe – Konzept. Erstellt im Auftrag der Marktgemeinde Laßnitzhöhe; in Abstimmung mit dem Institut für Ernährungssicherheit und Stoffwechselerkrankungen & innoVit-health solution. Gleisdorf. 53 pp.
- Wilfling, V. (1987): Wald- und Naturlehrpfade der Steiermark. Diplomarbeit Universität für Bodenkultur Wien, 137 pp.

Impressum

Auftraggeber:

Marktgemeinde Laßnitzhöhe, Hauptstraße 23

A-8301 Laßnitzhöhe

Konzept: Mag. Alois Wilfling

Autoren: Verena Denk, Michaela Friebes, Alois Wilfling & Markus Möslinger alle OIKOS – Hartbergerstraße 40/12, A-8200 Gleisdorf, oikos@utanet.at

Grafiken: Gerhard Veitsberger, Hannes Eisenberger

Fotos: OIKOS, Ulf Thausing (Titelbild)

Layout Leitfaden: Verena Denk & Alois Wilfling

Druck & Herausgabe: im Eigenverlag

© OIKOS, 2013

ISBN 3-9501293-8-3



Information & Führungen

Tourismusverband und Kurkommission Laßnitzhöhe

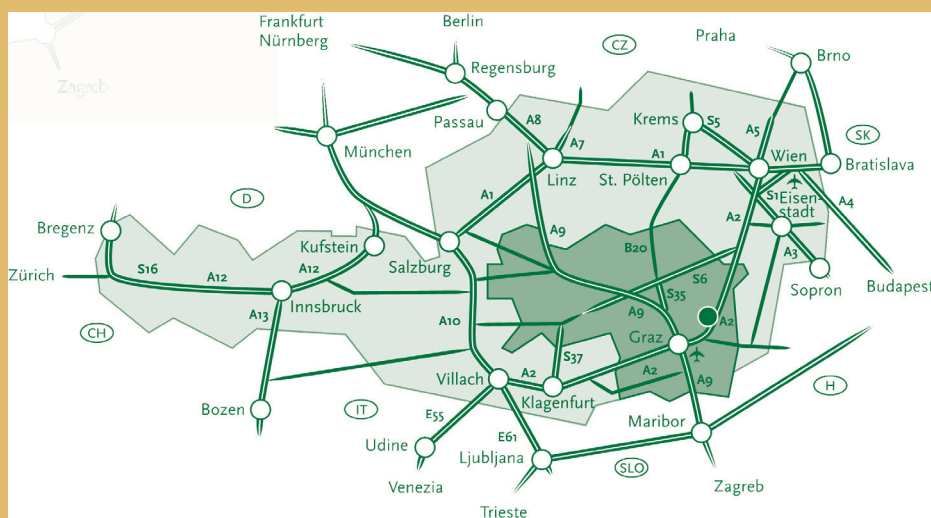
Hauptstraße 23, A-8301 Laßnitzhöhe

Tel. ++ 43(0)3133 2204

info@lassnitzhoehe.at

www.sebastianreloaded.at

www.lassnitzhoehe.at



Öffnungszeiten:

Erlebnisweg ganzjährig begehbar; beachten Sie bitte Hinweise zur Sicherheit, zu Sperren, etc. auf der Eingangsstation am Regionalen Marktplatz und auf den Tafeln.

Eintritt:

frei

