

FREIZEIT TIPPS



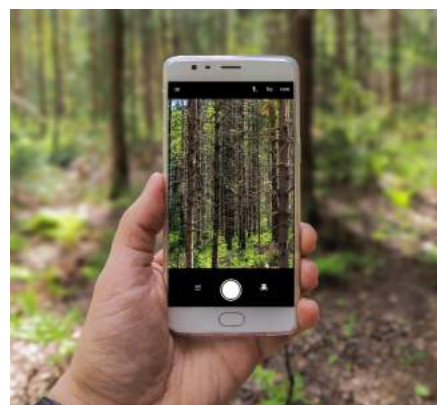
MINIATUR-DORF

Sucht euch eine ruhige und geschützte Stelle im Wald, Garten oder Park. Schaut euch um. Welche losen herumliegenden Materialien findet ihr? Blätter? Steine? Erde? Stöcke? Sehr gut. Ihr werdet jetzt zu Baumeistern! Jede*r von euch darf einen Baustoff sammeln. Also eine*r sammelt nur Steine, eine*r nur Stöcke usw. Diese Baumaterialien dürft ihr tauschen: z. B. fünf Stöcke gegen eine Hand Erde. Ziel ist es, ein kleines Miniaturdorf entstehen zu lassen. Baut euch kleine Häuser, vielleicht mit einer Bank davor? Verbindet sie mit Wegen. Entwerft euren Traumgarten! Denkt daran, dass ihr natürlich miteinander spielt und nicht gegeneinander. Schaut euch zum Schluss zusammen das Dorf an und macht ein Erinnerungsfoto!



SCHNITZELJAGD

Zurzeit könnt ihr eure Freund*innen nicht persönlich treffen. Aber ihr könnt trotzdem draußen ein Spiel zusammen spielen! Verabredet am Telefon eine gemeinsame Schnitzeljagd mit einer anderen Familie. Den Startpunkt bestimmt ihr gemeinsam. Eine Familie ist zuerst da. Sie sucht sich eine Strecke aus, die sie abläuft. An jeder Stelle, wo sie die Laufrichtung ändert, versteckt sie Hinweise: Pfeile aus Stöcken oder Steinen, Zeichen im Schotter, was immer euch einfällt! Die andere Familie startet 20 Minuten später. Legt eure Hinweise nicht zu einfach, aber auch nicht zu schwierig aus. Das Spiel soll ja Spaß machen! Über Smartphones könnt ihr euch zwischendurch Bilder und weitere Hinweise senden.



#NOFILTERNEEDED

Wer oder was sind eure Frühjahrshelden? Der Frühling ist endlich da! Die ersten Frühjahrsblüher sind schon aufgeblüht und die ersten Knospen aufgegangen. Legt bei eurem nächsten Spaziergang, egal ob in der Stadt, auf dem Dorf oder im Wald, ein besonderes Augenmerk auf die Details. Blüten, Knospen, Käfer, Sonnenstrahlen. Was fällt euch auf, wenn ihr alles durch die Kamera eures Smartphones seht? Postet die schönsten Bilder mit #sdw auf Instagram oder unter unserem aktuellen Titelbild auf Facebook.

FREIZEIT TIPPS



WALDPINSEL

Habt ihr euch schon einmal Pinsel selbst gebastelt?

Mit Waldmaterialien geht das! Sammelt bei eurem nächsten Waldbesuch Blätter, Fichtenästchen, Blumen und einige kleine Zweige (Bleistiftgroß). Ihr benötigt außerdem ein Band, Kreppklebeband oder Gummiband, um die „Pinselhaare“ gut am Stock zu befestigen. Außerdem braucht ihr natürlich Farben (Acryl oder Wasserfarben) und Papier.

So, ihr Künstlerinnen und Künstler, zeigt, was eure selbstgemachten Pinsel draufhaben!



SCHATTENTANZEN

Der Frühling ist endlich da und die Sonne kommt raus. Und wo Sonne ist, ist auch Schatten.

Lasst eure Schatten tanzen! Wie sehen sie früh morgens aus und wie am Mittag? Welche Schatten könnt ihr im Wald entdecken? Wie bewegen sich die Schatten auf dem Boden? Plant mit euren Geschwistern oder Eltern ein Schattentheater. Denkt euch Bilder und Wesen aus, die ihr mit den Händen formen könnt.

Wenn ihr die Theateraufführung als Video aufnehmt, könnt ihr sie sogar versenden.



WALDWOHNZIMMER

Baut gemeinsam mit der Familie ein Waldwohnzimmer.

Sucht eine schöne Stelle im Wald und sammelt Äste, Zweige und Moos. Aus den dickeren Ästen legt ihr einen Kreis auf den Boden, in der Größe des späteren Sofas. Danach werden dünnere Äste und Moos darauf gestapelt. So hoch, wie ihr gut sitzen könnt. Wer mag, nimmt sich Sitzunterlagen oder Decken von Zuhause mit.

Jetzt fehlt euch nur noch eine Geschichte zum Vorlesen, wie „Karla & Kurti Kuckuck“. Die findet ihr [hier ab Seite 7](#) und könnt sie vorher ausdrucken.

FREIZEIT TIPPS



WALDTAGEBUCH

Viele Familien verbringen im Moment viel Zeit draußen, zum Beispiel im Park oder im Wald. Eine tolle Gelegenheit sich ein Waldtagebuch anzulegen.

Dafür braucht ihr ein Schulheft und ein paar Naturdekorationen, wie zum Beispiel Blätter, die ihr aufkleben könnt. Nehmt euer Waldtagebuch stets mit. Beim nächsten Spaziergang könnt ihr euch ein bisschen Zeit nehmen und euch für einige Minuten still auf eine Stelle setzen. Schließt gerne auch mal die Augen und lauscht genau. Schreibt oder malt auf, was ihr hören könnt.

Achtet anschließend nochmal darauf: Was könnt ihr beobachten? Zeichnet alles in euer Waldtagebuch!

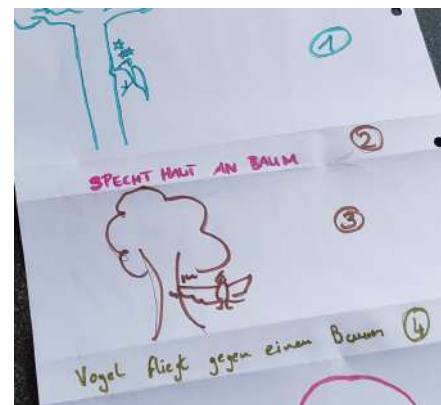


MEMORY

Für das bunte Memory braucht ihr einige große und etwa gleich große Eichelkappen. Im Herbst kann man sie besser finden, im Frühjahr muss man etwas im Laub unter den Eichen suchen. Mit Wasser- oder Acrylfarben könnt ihr die Innenseite der Eicheln gestalten. Malt immer zwei Kappen gleich an: einfarbig, mit Streifen oder Punkten. Das ist eurer Fantasie überlassen! Gespielt wird ganz klassisch: Alle Eichelkappen werden umgedreht und der Reihe nach müsst ihr Pärchen finden.

In der nächsten Woche zeigen wir euch einen Spielebeutel! In diesem könnt ihr euer Memoryspiel transportieren und auch unterwegs spielen!

(gesehen bei FrauSchweizer.de)



MONTAGSMALEREI

Montagsmalerei ist ein Spiel für Zuhause. Ihr braucht für alle Spieler*innen Zettel und Stifte.

Pro Runde habt ihr 30 Sekunden Zeit. Alle zeichnen oben auf den Zettel etwas, das ihnen einfällt. Niemand darf bei anderen gucken. Dann reichen alle ihr Blatt nach rechts. Die 2. Person schreibt unter die Zeichnung, was sie glaubt zu erkennen. Dann wird die 1. Zeile mit der Zeichnung nach hinten weggefaltet. Der Zettel wird weiter gereicht, die 3. Person liest den Text und malt darunter ein passendes Bild. Dann wird die 2. Zeile mit dem Text nach hinten weggefaltet. Die 4. Person schreibt auf, was sie zu erkennt usw. Wenn die Zettel voll sind, ist das Spiel vorbei.

FREIZEIT TIPPS



SPIEL & BEUTEL

Überlegt euch zuerst, welches Spielfeld ihr gerne basteln möchtet. Dann müsst ihr draußen Spielsteine suchen. Für das Spiel Mühle braucht ihr z. B. zweimal neun Spielfiguren. Das können angemalte Steine sein oder Eicheln spielen gegen Zapfen. Sie sollten jedoch nicht zu groß sein. Ihr braucht zudem ein rundes Stück Stoff (circa 25 cm Durchmesser), Faden und Stoffmaler oder Permanentmarker. Malt das Spielfeld auf. Ihr könnt euch auch ein eigenes Spiel ausdenken!

Etwa 2 cm vom Rand entfernt, schneidet ihr rundherum 8 Löcher in den Stoff. Flechtet einen Faden durch und zieht den Beutel zu. So sind die Spielfiguren sicher aufgehoben und ihr könnt den Spielebeutel mitnehmen.



ES WAR EINMAL ...

Schlechtes Wetter und ihr könnt nicht in den Wald? Kein Problem! Holt ihn euch einfach nach Hause. Werdet kreativ und denkt euch Geschichten rund um den Wald aus. Schreibt sie auf oder erzählt sie euch. Um warm zu werden, könnt ihr „Erzählsteine“ oder „Laberscheiben“ aus Astscheiben benutzen. Bemalt diese einfach mit allem, was euch einfällt: Tiere, Pflanzen oder Gegenstände. Legt sie verdeckt hin oder in einen Beutel. Zieht je drei Stück und denkt euch zu den Bildern eine Geschichte aus. Vielleicht helfen euch diese Satzanfänge:

- Wenn ich nach oben sehe ...
- Unter der Erde im Wald lebt ...
- Ein Waldkauz saß auf einem Ast und beobachtete ...
- Als der Dachs aus seinem Bau kroch ...



WALDSKULPTUREN

Habt ihr Lust, bei dem nächsten Spaziergang eine Skulptur zu entwerfen? Mitten im Wald? Das geht! Sucht euch einige Gegenstände, mit denen ihr bauen und basteln könnt. Schöne Steine, besondere Äste und Blätter, vielleicht sogar ein leeres Schneckenhaus?

Ein paar Dinge gibt es zum Schutz der Natur zu beachten:

- Geht nicht zu weit von den Wegen weg! Im Frühjahr brüten viele Vögel.
- Sucht eure Gegenstände auf dem Boden!
- Baut eure Skulpturen am Wegrand, wo sie niemanden stören und behindern! Baut ausschließlich mit Naturmaterialien.

FREIZEIT TIPPS



HALLO DU!

Ihr möchtet jemandem eine kleine Freude machen? Wie wäre es mit selbstgestalteten Grußkarten oder Lesezeichen? Sammelt Gräser, Blumen oder Blätter, legt sie in ein gefaltetes Blatt Papier und dann in ein Buch. Stapelt einige Bücher darauf, um die Pflanzen zu pressen. Nach einigen Tagen sind sie getrocknet und ihr könnt kreativ werden. Um die Lesezeichen haltbar zu machen, klebt ihr etwas Bücherfolie auf.

Beachtet bitte:

- Wählt Pflanzen aus, die nicht selten oder geschützt sind. Gänseblümchen oder Kleeblätter sind z. B. okay.
- Wählt Pflanzen aus, von denen ihr viele auf einmal seht.
- Und sammelt wirklich nur so viel, wie ihr braucht!



FARBVIELFALT WALD

Vielleicht habt ihr zuhause noch diese Farbenzettel aus dem Baumarkt. Wenn nicht, malt euch einfach welche in verschiedenen Farbtönen. Geht damit in den Wald und sucht Dinge, die die gleiche Farbe haben wie die Felder. Lose Gegenstände könnt ihr einsammeln und euch gegenseitig zeigen. Fest angewachsene Pflanzenteile bleiben stehen. Ihr könnt sie eurer Familie vor Ort zeigen oder fotografieren.

Berichtet euch nachher gegenseitig: Welche Farben waren besonders schwierig zu finden? Welche kamen häufig vor? Habt ihr nur Pflanzen gefunden oder auch Käfer, Schnecken oder Federn?



WALDTIPI BAUEN

Als echte Abenteurer*innen braucht ihr ein kleines Lager. Ein Wald tipi besteht aus großen und kleinen Ästen, Blättern und Moos.

Sucht euch einige herumliegende Äste und lehnt sie gegen einen Baum. Achtet darauf, dass die größeren Äste sicher und fest stehen. Dann legt die dünneren Äste und Zweige in die Zwischenräume. Zum Schluss könnt ihr Laub und Moos suchen, um die kleinsten Zwischenräume zu verschließen. Vergesst nicht, euch einen Eingang frei zu lassen. Als letztes macht jemand Erwachsenes einen Sicherheitscheck. Wenn alles sicher steht, könnt ihr das Tipi testen. Wie fühlt es sich an, darin zu sitzen?

FREIZEIT TIPPS



PERSPEKTIVWECHSEL

Bei einem Wald- und Parkspaziergang bleibt man für gewöhnlich auf den Wegen. Man darf die Wege (außer z. B. in Naturschutzgebieten & Nationalparks) aber auch verlassen. Verändert euren Blickwinkel auf den Wald. Geht ein bisschen abseits des Weges. Hockt oder legt euch hin und beobachtet, was ihr jetzt seht. Wie nehmt ihr eure Umgebung wahr? Sucht euch nun einen Baumstumpf oder großen Stein und klettert vorsichtig hoch. Wie sieht der Wald jetzt aus? Seht ihr nun Dinge, die ihr vorher nicht sehen konntet? Welche Perspektive gefällt euch am besten?

Achtung: Holzstapel dürft ihr nicht betreten oder beklettern! Das ist lebensgefährlich!



SPIEGELGANG

Dieses Experiment passt gut zum Perspektivwechsel. Haltet einen kleinen Spiegel so unter die Nase, dass ihr den Himmel sehen könnt. Versucht nun, ein paar Meter auf dem Weg zu laufen. Achtet auf die Lücken zwischen den Baumkronen, um den Weg zu erkennen. Bleibt zwischendurch stehen und beobachtet genau, was ihr seht.

Falls ihr keinen Spiegel zur Hand habt, könnt ihr auch ein Smartphone nutzen. Bei gutem Wetter spiegelt sich der Himmel im ausgeschalteten Display. Ihr könnt auch den Selfiemodus der Kamera benutzen.

Passt gegenseitig auf euch auf und lauft langsam, damit ihr nicht auf die Nase fällt.



WALDMUSEUM

Nehmt euch bei dem nächsten Waldbesuch ein bisschen Zeit für Kunst. Werdet zu Künstler*innen! Kratzt euch mit den Füßen auf dem Waldboden ein kleines Feld frei. Etwa zwei Fußlängen lang und breit. Das ist eure Leinwand. Und nun sammelt Material für euer Kunstwerk. Ihr dürft sammeln, was lose auf dem Boden liegt. Abreißen ist tabu. Sammelt Blätter, Steine, Zapfen, Äste, Erde und legt sie in eure Leinwand. Ihr könnt z. B. ein Mandala erstellen oder euer Lieblingsbild nachbasteln. Ihr könnt aber auch ganze Comics erstellen und Geschichten erzählen. Haltet eure Kunst doch mit einem Bild fest und postet sie unter #sdw.

FREIZEIT TIPPS



WALDLUPE

Viele Besonderheiten des Waldes übersieht man bei einem Spaziergang leicht, da sie sehr klein sind. Um die kleinen Dinge und Lebewesen besser zu finden, kann man sich eine Lupe basteln, wie zum Beispiel diese hier aus einem Grashalm.

Diese Lupe hat natürlich kein Vergrößerungsglas, aber wenn ihr euch hin hockt und langsam mit der Lupe einige Zentimeter über den Boden fahrt, seht ihr plötzlich Dinge, die ihr vorher übersehen habt.

Notiert oder zeichnet in eurem Waldtagebuch (Freizeittipps Nr. 3), was ihr entdeckt habt!



WER BIST DENN DU?

Moderne Technik und Natur müssen sich nicht widersprechen. Es gibt einige tolle Apps, die man bei einem Waldspaziergang gut einsetzen kann.

Das Museum für Naturkunde hat die App „Naturblick“ entwickelt, die sogar Vogelstimmen, Amphibien, Insekten und Säugetiere bestimmen kann.

Eine Alternative ist Pl@ntNet, eine Bestimmungsapp für Pflanzen. Dazu werden die verschiedenen Pflanzenteile und -eigenschaften fotografiert (Blüte, Blätter, Rinde, Wuchsform) und mit einer Datenbank abgeglichen.



WALDMEMORY

Ihr wollt den nächsten Besuch im Wald oder im Park aktiver gestalten? Kein Problem! Unser Tipp: Waldmemory.

Jede*r darf auf ein Kommando loslaufen und hat zwei Minuten Zeit um fünf verschiedene Gegenstände in der Natur zu finden (nicht abzureißen) und zum Treffpunkt mitzubringen. Jede*r legt seine oder ihre Gegenstände vor sich ab.

Jetzt müssen alle zu den Fundstücken der Person ihrer linken genau die gleichen Gegenstände im Wald finden und dazu legen. Gewonnen hat, wer als erstes fünf passende Pärchen zusammen hat.

FREIZEIT TIPPS



1, 2 ODER 3

Der TV-Klassiker „1, 2 oder 3“ lässt sich super im Wald nachspielen.

Bereitet euch gegenseitig einige Fragen und Antworten rund um den Wald oder fragt eure Eltern, ob sie euch ein Quiz vorbereiten. Im Internet findet ihr zahlreiche Beispiele.

Legt euch im Wald aus Ästen drei große Felder und die Zahlen 1, 2 und 3 in die Felder. Und dann geht's genau so wie im Fernsehen. Eine Person liest die Fragen laut vor und gibt drei Antwortmöglichkeiten. Alle haben 10 Sekunden Zeit, sich zu entscheiden und in ein Antwortfeld zu hüpfen.

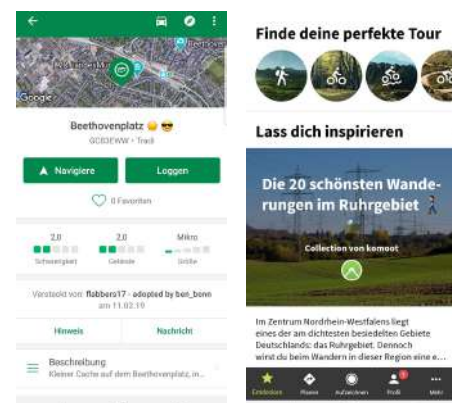


WALDBOULE

Boule oder Boccia ist ein Wurfspiel, das eigentlich mit schweren Metallkugeln gespielt wird. Die Waldboule-Variante ist allerdings actionreicher.

Zum Spielen könnt ihr verschiedene Sachen benutzen. Entweder ein CrossBoule-Set aus dem Freizeit- oder Sportgeschäft, selbstgemachte Wurf-säckchen aus alten Socken, gehäkelte oder genähte Wurf-säckchen.

Wenn ihr ganz spontan spielen wollt, könnt ihr euch auch Gegenstände im Wald suchen, wie Steine oder Zapfen.



WANDERIDEEN

Fällt euch schon die Decke auf den Kopf? Habt ihr eure Umgebung schon in und auswendig gelernt? Ihr kennt schon alle Ecken eurer Heimat? Dann können euch ein paar spannende Freizeitapps Abhilfe schaffen.

Bei Komoot und dem ADAC Wanderführer gibt es viele getestete Routen zum Wandern, Radeln oder Joggen. Beim Geocaching sucht ihr nach versteckten Botschaften und erkundet die Umgebung auch abseits der Wege. Viel Spaß beim Testen!

FREIZEIT TIPPS



WALDKEGELN

Schon vor Jahrhunderten bauten sich Mönche Kegelbahnen im Wald. Ein paar Anlagen gibt es sogar heute noch. Man wusste also schon früh um den spaßigen Zeitvertreib.

Schnappt euch neun Zapfen und stellt sie in einem Dreieck auf. Zum Kegeln könnt ihr einen weiteren Zapfen oder einen Stein nehmen. Achtung: Die Startlinie darf nicht übertreten werden!

Wer schafft es in drei Versuchen alle Kegel umzuwerfen?



GEISTER KNETEN

Ab und zu passiert es ja doch: Es regnet! Für die Tage, die man zuhause verbringen muss, ist dieser Tipp vorgesehen. Stellt euch selbst Knete her und formt eigene Waldgeister oder einen ganzen Wald!

Hier ein einfaches Rezept:

- ½ Tasse Wasser
- ¼ Tasse Salz
- 1 EL Öl
- 2 Tassen Mehl
- Ggf. Lebensmittelfarbe

Vermengt alles in einer Schüssel. Mit einem weiteren Schuss Öl könnt ihr die Konsistenz verbessern. In einer luftdichten Box hält die Knete sehr lange.



BLITZZEICHNEN

Nehmt einen Stift und euer Waldtagebuch (siehe Freizeittipps Nr. 3) oder Papier zur Hand. Sucht euch eine bequeme Stelle im Wald oder Park. Pro Zeichnung habt ihr eine Minute Zeit.

Hier sind ein paar Ideen: Zeichnet die nächste Pflanze, die ihr seht! Seht nach oben und zeichnet, was ihr seht! Zeichnet ein besonders kleines Tier! Zeichnet etwas, das ihr gerade hört! Zeichnet eine Baumrinde!

Zuhause könnt ihr noch eine Zeichnung über den Tag im Wald machen.

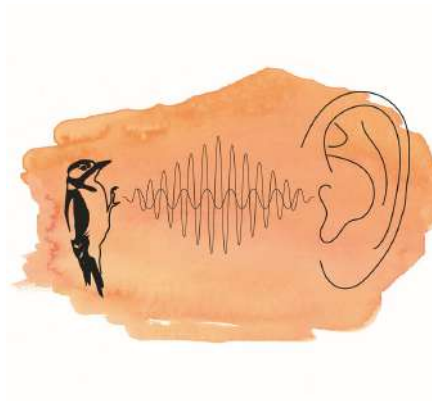
FREIZEIT TIPPS



LASST ES REGNEN!

Wir freuen uns über Sonne und gutes Wetter! Endlich in den Wald, endlich an den See oder einfach nur gemütlich am Fenster sitzen. Allerdings regnet es so wenig, dass die Pflanzen darunter leiden. Werdet zu Regenmacher*innen und gießt die Bäume in eurer Nachbarschaft!

Schnappt euch eine Gießkanne oder einen Eimer, füllt ihn mit Wasser und kippt ihn vorsichtig über die Wurzeln. Die Bäume werden es euch danken! Wenn es im Sommer heiß wird, spenden sie Schatten und das Stadtklima wird dadurch angenehmer.



SINNESPFAD

Habt ihr den Wald schon einmal mit all euren Sinnen wahrgenommen? Was passiert, wenn ihr einen Sinn „ausschaltet“?

Setzt euch an eine schöne Stelle im Wald, schließt die Augen und versucht genau zu hören, was um euch herum passiert! Nun versucht genau zu riechen. Tastet mal vorsichtig eure Umgebung ab. Wenn ihr zu zweit seid, könnt ihr euch gegenseitig blind herumführen. Zieht eure Schuhe aus und lauft einen Weg, den ihr vorher auf Gefahren geprüft habt. Was fällt euch auf?

TIPP: Die SDW hat einen Achtsamkeitspfad entwickelt. Unter www.sdw.de/achtsamkeitspfad könnt ihr die Anleitungen runterladen.



DEIN WALD

Der Wald besteht aus verschiedenen Stockwerken. So nennt man die Unterteilungen in Boden-, Kraut-, Strauch- und Baumkronenschicht.

In den verschiedenen Stockwerken leben unterschiedliche Tiere. Drückt euch unsere Stockwerke des Waldes aus, klebt sie aneinander und lasst sie mithilfe unserer Aufkleber zum Leben erwecken. Malt auch weitere Tiere und Pflanzen dazu!

Das Material findet ihr [hier](#).