

Warum Kinder Naturerfahrungen brauchen

Die meisten Kinder haben heute zu wenig Kontakt mit der Natur – was sich negativ auf ihre Gesundheit und ihr Umweltbewusstsein auswirkt. Der Beitrag zeigt auf, warum Naturerfahrungen wichtig sind, und gibt Anregungen, wie pädagogische Fachkräfte in Kita und Kindergarten diese fördern können.

Über Jahrtausende hinweg waren Wälder, Bäche, Felder und Wiesen der natürliche Lebensraum von Kindern. Die Kinder hielten sich in der Natur auf, sie spielten mit Erde, Wasser, Steinen, Stöcken und Tieren. Heute dagegen verbringen sie die meiste Zeit in geschlossenen Räumen: in Kinderzimmern, Tagesstätten und Schulen, in Turnhallen und Indoor-Spielplätzen. Diese „Verhäuslichung der Kindheit“ bleibt nicht ohne Folgen. Denn Kinder brauchen Naturerfahrungen. Sie sind für ihre Entwicklung so essenziell wie gute Ernährung. Haben sie zu wenig Kontakt zur Natur, so führt das zu „Natur-Defizit-Störungen“, wie Richard Louv, Autor des Buches [„Das letzte Kind im Wald?“](#), es nennt. Hyperaktivität, die Flucht in virtuelle Welten, Gewalt und Sucht sind die Folgen. Auch eine zunehmende Gleichgültigkeit gegenüber der Umwelt kann auf mangelnde Naturerfahrungen zurückgeführt werden.

Wie wirken sich Naturerfahrungen auf die Kindesentwicklung aus?

Die Natur ist ein Ort, an dem Kinder ihren Bewegungsdrang ausleben: Sie rennen, springen und klettern, basteln mit Ästen, Steinen, Zapfen, Blättern usw. und können sich beim Bau von Hütten, Baumhäusern oder Höhlen verausgaben. **Diese Aktivitäten schulen nicht nur grob- und feinmotorische Kompetenzen, sondern fördern auch Gesundheit und Wohlbefinden.** Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Kinder, die viel in der Natur spielen, eher schlank bleiben, ein besseres Immunsystem haben und tiefer schlafen als Kinder, die sich zumeist in Räumen aufhalten.

In der Natur lernen Kinder auch, Gefahren besser einzuschätzen, da sie beim Springen und Klettern gewisse Risiken eingehen. **Sie überwinden Ängste, werden mutig und entwickeln Selbstvertrauen.** Außerdem müssen die Kinder ihre Aktivitäten weitgehend selbst organisieren. Sie sind darauf angewiesen, mit anderen etwas zu planen und gemeinsam auszuführen. Da das Materialangebot begrenzter ist als das in Kita-Räumen, müssen sie es vielfältiger und fantasievoller einsetzen. Es fordert sie mehr heraus als Spielzeug, das für einen bestimmten Zweck geschaffen wurde. **Das alles fördert die Aufmerksamkeit und Kreativität der Kinder sowie ihre sozialen und kommunikativen Kompetenzen.**

Kinder, die viel in der Natur sind, nehmen Tiere und Pflanzen eher als Lebewesen wahr. Das fördert Empathie und schafft die emotionale **Grundlage für einen achtsamen Umgang mit unserer Umwelt.** Und nicht zuletzt stärken Naturerfahrungen auch das Urvertrauen: Die Umgebung wird zur Heimat, in der sich die Kinder sicher und geborgen fühlen. Das Staunen über die Wunder der Natur, das Beobachten von Werden und Vergehen fördern zudem die spirituelle Entwicklung.

Mit Kindern die Natur entdecken – Tipps für Erzieher

Da das Naturerleben für Kinder so wichtig ist, sollten sie auch in Kita und Kindergarten ausreichend Gelegenheit haben, die Natur mit allen Sinnen zu erkunden. Im Kleinkindalter beginnt dies damit, dass man Flora und Fauna erforscht, die vier Elemente kennenlernt und die Jahreszeiten bewusst erlebt. Sind die Kinder etwas größer, kann man mit ihnen auch unsere Lebensgrundlagen analysieren: Woher kommen unsere Nahrungsmittel und die Kleidung? Anregungen für Aktionen und Spiele finden Erzieher an vielen Stellen im Internet. Empfehlenswert sind unter anderem das Portal www.kindergarten-ideen.de, die [Projektideen des Bundesamts für Naturschutz](#), sowie die [Buchreihe „Natur-Kinder-Garten-Werkstatt“](#) (mehr Linktipps unten).

Neben diesen konkreten Ideen noch einige grundlegende Tipps für den Kindergartenalltag:

- Bieten Sie in Ihrer Einrichtung regelmäßig Waldtage oder –nachmittage an. Auch Freiflächen (Felder, Wiesen) in der Umgebung eignen sich als Ausflugsziel. Führen Sie die Exkursionen auch bei Regenwetter durch.
- Kinder können alleine oder in einer Kleinstgruppe besser beobachten und forschen. Lassen Sie sie daher über die Fläche verteilen und bringen sie besonders bei Kleinkindern viel Geduld mit. Sie brauchen viel Zeit für Naturerfahrungen.
- Unterstützen Sie die Sinneswahrnehmungen der Kinder, indem sie z.B. Ferngläser und (Becher-)Lupen mitnehmen. Oder lassen Sie die Kinder auf der Wiese einige Minuten schweigend und mit geschlossenen Augen verharren und dann berichten, was sie gehört haben.
- Klären Sie die Eltern über die Zusammenhänge zwischen Bewegung, Ernährung, freiem Spiel und Naturerfahrungen auf. Regen Sie sie an, den Medienkonsum der Kinder zu begrenzen und sie für Aktivitäten in der freien Natur zu ermuntern.

Die Natur ins Zimmer holen

Sollte es in Ihrer Einrichtung nicht möglich sein, mit den Kindern regelmäßig nach draußen in den Wald zu gehen, können Sie die Natur auch ins Spielzimmer holen. Im Frühling können die Kinder zum Beispiel beobachten, wie aus einem Samen eine Pflanze wächst. Und im Herbst können sie bunte Blätter, Eicheln, Kastanien und ähnliches sammeln und damit basteln. Solche Naturmaterialien bieten vielfältige kreative Möglichkeiten und gleichzeitig sinnliche Erfahrungen: Wie fühlt sich das Material an, welche Form gefällt mir, was riecht gut?

Achten Sie auch darauf, dass das [Spielzeug in Kita und Kindergarten](#) überwiegend aus Holz, naturbelassen Stoffen und biologisch abbaubaren Materialien besteht. Bei Kitaland (www.kitaland.ch) erhalten Sie viele Naturprodukte, die ein Stück Wald ins Spielzimmer bringen. Diese sind natürlich komplett schädlingsfrei.

Ein Stück Wald im Spielzimmer – Produkte von Kitaland:



Ein Naturspielzeug für die phantasievolle Welt der Kinder. Die [Wurzelstöcke](#) bestehen in ihrer einfachen, natürlichen Form. Gereinigt, getrocknet und geschliffen eignen sie sich sowohl für den Innen- als auch für den Aussenraum.



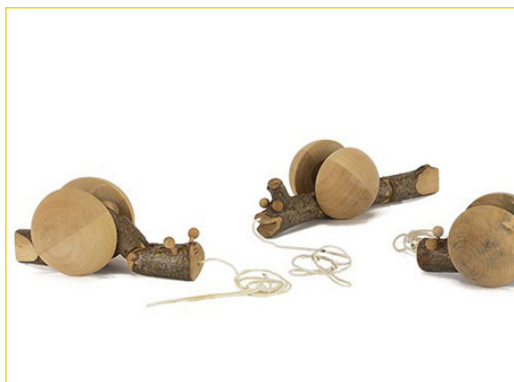
Die [Scheiben aus Rindenholz](#) lassen sich vielfältig einsetzen und bieten mit ihrer natürlichen Oberflächenstruktur ein Gefühlserlebnis für alle Sinne.



Die [Burgelemente aus Rundholz](#) werden aus verschiedensten Holzarten handgefertigt. Fenster und Tore sind bei jedem Stück anders.



Geformt von der Natur: Diese [Holzbrücken](#) sind aus Ästen und Baumstämmen gefertigt, so entstehen unterschiedlichste Formen, die die Fantasie fördern.



Die [Rindenschnecke zum Nachziehen](#) ist aus Rund- und Rindenholz gefertigt. Als Räder dient das Schneckenhaus, welches aus zwei Halbkugeln besteht, die mit der Schnecke verbunden sind.



Das [Rindenauto](#) ist aus Rinden- und Rundholz gefertigt und wurde geschliffen und geölt. Durch die Natürlichkeit des Holzes und die Oberflächenstruktur der Rinde bietet es ein Gefühlserlebnis für alle Sinne.

+++

Weitere Informationen und Linktipps:

- Die Buchreihe „Natur-Kinder-Garten-Werkstatt“ bietet Anregungen für eine naturnahe Erziehung in Kindergarten bzw. in den ersten Klassen der Unterstufe. Jeder der vier Bände behandelt eine Jahreszeit und ist in sich abgeschlossen. Im Kitaland-Shop erhältlich: <http://www.kitaland.ch/index.php/natur-kinder-garten-werkstatt-602.html>
- „Erlebnis Wald - Natur entdecken mit Kindern“ ist ein Praxisbuch des Verlags LCH Lehrmittel 4bis8. Kindergärtnerinnen finden darin viele Anregungen für Aktivitäten im Wald sowie Hintergrundwissen zum Wald und seinen Bewohnern. Zu bestellen über den LCH-Webshop. Auszüge stehen als PDF zum Download bereit.
<https://www.lch.ch/webshop/verlag-lch/lehrmittel-4bis8/natur-wissenschaft/>
- Auf dem Portal „Kindergarten-Ideen“ können sich Erzieher Inspirationen für die Arbeit mit Naturmaterialien holen. Die Ideen lassen sich unter anderem nach Themen (z.B. Spiele, Lieder, Kochen) und Jahreszeiten filtern:
www.kindergarten-ideen.de/tag/naturmaterialien/
- Warum ist Draußenspiel wichtig, und wie kann man Kindern Draußenspiel wieder ermöglichen? Diese Fragen beantwortet der ABA-Fachverband auf
www.draussenkinder.info.
- Ideen für naturkundliche Projekte mit Vorschulkindern und Grundschulern bietet auch das Bundesamt für Naturschutz: www.naturdetektive.de
- Das deutsche Netzwerk „Kinder-Garten im Kindergarten“ will Kinder für Natur und Artenschutz begeistern und bietet u.a. auch Aktionsideen zum Thema Naturerfahrung:
http://www.kinder-garten.de/fileadmin/kiga/kiga-documents/workshop/kiga_ws_naturerfahrung_aktionsideen.pdf
- Eine Liste der Weiterbildungsangebote im Bereich Naturpädagogik und Umweltbildung hat das Ökoprojekt MobilSpiel e.V. zusammengestellt: <http://www.oekoprojekt-mobilspiel.de/service/weiterbildungen-und-studiengaenge-naturpaedagogik,-umweltbildung,-bne>

Über die Autorin:

Cecilia Scheidegger beschäftigt sich seit vielen Jahren damit, wie sich Kindergärten und Kindertagesstätten möglichst kindgerecht gestalten lassen. In enger Zusammenarbeit mit Erziehern und Lehrpersonen entwickelt sie Möbel und Spielgeräte, die den Bedürfnissen der Kinder gerecht werden und ihre Sinne auf natürliche Weise anregen, und berät Architekten und Bauherren bei der Raumplanung. Cecilia Scheidegger ist Geschäftsleiterin der Kitaland GmbH, einem Zusammenschluss von vier schweizerischen Institutionen der Sozialtherapie. Kitaland bietet ein ökologisch einwandfreies Sortiment von Spielzeugen, Musikinstrumenten, Bastelartikel und Möbeln für Kindergärten und Kindertagesstätten. Die Produkte werden aus hochwertigen Naturmaterialien von Menschen mit Behinderungen gefertigt. Mehr unter www.kitaland.ch.