

Ein Gang in die Natur tut der Seele gut. Vielleicht habt ihr einen Garten oder findet ein schönes Plätzchen im Wald um diese 2 Ideen umzusetzen:

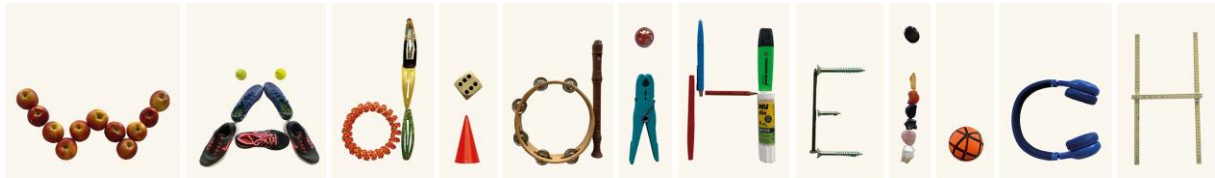
Mandala:

Ein Mandala schenkt uns Ruhe und Zentrierung, weil die Kinder sich beim Gestalten auf die Mitte ausrichten. Naturmaterialien lassen sich – je nach Jahreszeit – draußen fast überall finden:

Zapfen, Steine, Holzhäcksel, Blätter, kleine Ästchen, Gras, Blüten, Kastanien, Eichel, Bucheckern...

Beginnt mit der Mitte und lasst das Mandala dann allmählich größer werden...





Barfussweg

Einen Barfussweg selber zu gestalten ist einfach und ein Erlebnis für Gross und Klein. Jeder kann mithelfen und es gibt kein richtig oder falsch.

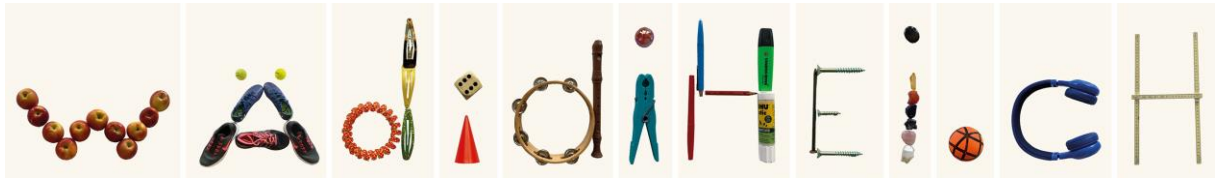
Für einen Barfussweg braucht ihr:

Diverse Natur Materialien wie: Tannenzapfen, Steine (Kieselsteine, grosse Steine etc.) Sand, Erde, Gras, Moos, Sägemehl, Erde, Heu, Stroh, Baumrinde, Stöcke, Blätter, Wiese, Tonerde aus dem Bach, Holzabschnitte, Tannäste... was ihr alles halt so findet... Auch braucht ihr lange Holzlatten oder Stöcke für die Aufteilung der verschiedenen Naturmaterialien. Eine Abgrenzung ist sinnvoll, denn wenn viele Füsse über den Pfad gehen, gibt es sonst sehr schnell eine Durchmischung der Materialien, die ein differenziertes Herausspüren schwierig macht.

Am besten macht ihr zuerst die Aufteilung und danach füllt ihr die Felder mit den Materialien. Und dann kann's losgehen: Schuhe und Socken ab!

Tipp: geht mit verbundenen Augen über den Weg. Könnt ihr erraten was ihr unter euren Füssen spürt?

Viel Spass!



- | | | |
|-----------------|--|-----------------------------|
| 1: Tannenzweige | 5: Tannenzapfen | 8: Lange Stöcke; mit Lücken |
| 2: Gras | 6: runde und spitze Steine | 9: geschnittene Hecken |
| 3: Steine | 7: Rinde (abwechselnd Unter- und Oberseite oben) | 10: kleine Steine |
| 4: dünne Stöcke | 11: Balancierstock | |

Quelle: <https://www.kindersache.de/bereiche/spiel-spas/selbermachen/basteln/ferientipp-barfusspfad-zu-hause>