

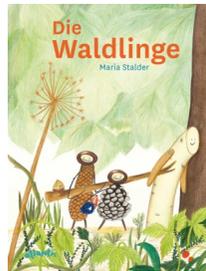
### Spiele im Freien fördert:

- die fein- und grobmotorische Entwicklung
- die Sinne (Sehen, Hören, Riechen, Spüren)
- die Risikoeinschätzung (Unfallverhütung)
- soziale Kontakte
- die Kreativität
- guten Schlaf
- die mentale Gesundheit

Draussen Sein stärkt das Immunsystem insgesamt.

### Literaturtipps zum Thema:

<https://www.projuventute.ch/de/eltern/entwicklung-gesundheit/spielideen-kinder-draussen>



### Quellen:

Fotos und Ideen stammen aus dem Therapiefundus Psychomotorikteam Zofingen



[www.zeka-ag.ch/kontakt](http://www.zeka-ag.ch/kontakt)

© Psychomotorikteam Zofingen

## Komm, wir gehen nach draussen!

Dort können wir so vieles erleben und lernen!

Mit Strassenkreide Hüpfspiele, Strassen, Hindernisse, Landschaften oder Bilder malen, ...

Im Garten mithelfen, Blumen giessen, Unkraut jäten, Steine sammeln, ...





Den Wald durchforsten, Naturmaterialien sammeln und Mandalas gestalten oder einen Barfußweg legen: Wie fühlen sich die unterschiedlichen Materialien an?



Wo können wir wohl überall klettern und balancieren?



Sich lautlos wie ein Indianer anschleichen.



Mit dem Velo, Trottinett, Traktor herumfahren, Sachen transportieren, ...



Mit Sand und Wasser experimentieren, Bäche stauen, Matschsuppe kochen, ...



Hütten bauen: für Kuschtiere, Tanzapfen oder sich selber

Aus Baumrinden und Ästen lassen sich sogar Kugelbahnen bauen!

