



## Herzlich Willkommen zum achten Elternbrief!

### Die Natur ist ein Rückzugsort für uns Erwachsene und ein Spielplatz für unsere Kinder.

Ihr Kind ist sicher ganz fasziniert von den Dingen, die man im Wald findet, von den Tieren, die man hört oder deren Spuren man sieht. Das Thema „Natur“ sprechen wir in unserem achten Elternbrief an.

Die Natur mit allen Sinnen zu erleben und spielerisch kennen zu lernen, ist für Kinder von großer Bedeutung. Wir zeigen Ihnen, wie viel Spaß man beim Erkunden haben kann.

Wenn Sie auch die kommenden Elternbriefe nicht verpassen möchten, dann abonnieren Sie den Newsletter von „Bildschirmfrei bis 3“ (<https://bildschirmfrei-bis-3.de/#newsletter>).

Mit herzlichem Gruß

*Ihr „Bildschirmfrei bis 3“-Team*

## Was bedeutet die Natur für mich?

Nehmen Sie sich einen Moment Zeit und überlegen Sie sich, was die Natur für Sie bedeutet.

Denken Sie dabei auch an Ihre Kindheit. Waren Sie viel draußen? Welche Spiele haben Sie gespielt und was hat Sie am meisten begeistert?

Als Erwachsener sieht man den Wald anders als Kinder. Für Erwachsene scheint vieles selbstverständlich – für Kinder ist alles eine neue Lebens- und Lernerfahrung.

Warum liegen die Blätter auf dem Boden? Warum ist der Wald im Winter kahl? Warum höre ich die Vögel im Frühling?

Im Wald sind viele Dinge möglich. Kinder können herumliegende Äste und Steine in den Bach werfen, auf Bäume oder umgekippte Baumstämme klettern. Sie können sich frei bewegen und nach Lust und Laune spielen.

### O-Ton einer Dreijährigen zum Walderleben

Eine Mutter und Tochter überlegen, was der Wald für sie bedeutet:

„Im Wald kann man Tiere suchen und spazieren gehen. Man kann Hunde sehen und von den Bäumen fallen die Blätter. Man hört die Vögel, sie machen „Piep Piep“. Wenn man im Wald ist und es regnet, zieht man die Kapuze drüber und mit den „Matschestiefeln“ hüpft man in Pfützen. Das beste am Wald sind die Tiere.“

Hören Sie sich das ganze Gespräch auch auf YouTube an (Link in der Infobox).

### Infobox

#### O-Ton einer Dreijährigen zum Walderleben

<https://www.youtube.com/watch?v=N03ehl-Lxdp8>



Schon  
gewusst?

Selbst eine kurze Zeit in der Natur kann die Laune bei Erwachsenen und das Selbstbewusstsein bei Kindern steigern. Bei einer Wasserquelle, einem Bach oder einem See ist der Effekt sogar noch größer.

## Natur Bingo

Natur Bingo ist eine schöne Gelegenheit für die ganze Familie, mit der Natur in Kontakt zu treten. Das Spiel gibt dem Ausflug ein interessantes Ziel: Natürliche Dinge in der Natur suchen und finden.

Das Prinzip: Vorab werden Dinge, die zu suchen sind, festgelegt. Diese Dinge sind z.B.: Blätter, Blumen, Blüten, Baumrinde, Sand, Erde, Nüsse, Kerne, Federn und vieles mehr. Das Ziel ist, alle Dinge zu finden.

Natur Bingo im Eierkarton: In den Deckel eines 10er Eierkartons werden zwei Reihen mit je 5 Bildern geklebt. Auf den 5 Bildern sind die zu suchenden Dinge abgebildet. In den Eierkarton können dann direkt die gefundenen Dinge reingelegt werden.

Auch können wir das Naturbingo auf ein Blatt Papier ausdrucken und uns zum Sammeln Körbchen nehmen.

Hier finden Sie die Vorlage zum Ausdrucken und selber gestalten:

<https://wp.plexipeople.com/app/uploads/2020/04/Natur-Bingo-Freebie.pdf>





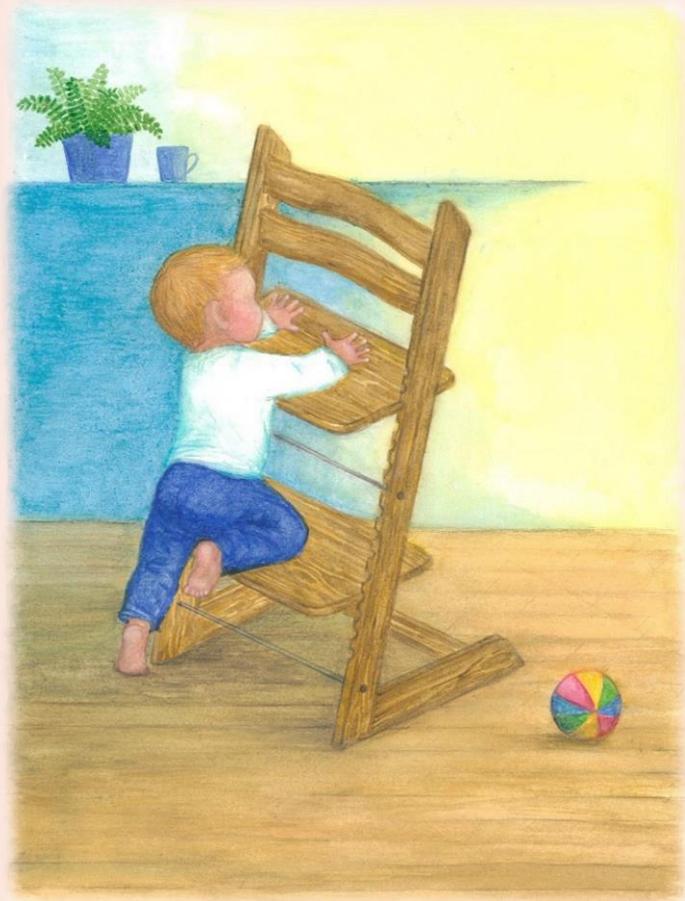
## *Was wir in der Natur machen können*

- ✓ **Seien wir einen Moment lang ruhig – was können wir hören?**
- ✓ **Sammeln wir verschiedene Blätter im Wald – Zuhause können wir sie pressen, genau beobachten und überlegen, welche Eigenschaften sie haben.**
- ✓ **Baumtelefon – an einem Ende eines Baumstamms legen wir das Ohr an und am anderen Ende klopft jemand, z.B. mit einem Ast auf den Baumstamm.**
- ✓ **Schnipseljagd – vorab legt ein Erwachsener eine Spur aus Holzsnipseln oder Blättern und versteckt am Ende der Spur einen kleinen Schatz. Gemeinsam gehen wir der Spur nach.**
- ✓ **Ein Picknick im Wald macht Spaß. Wir packen Proviant ein, denn Spielen an der frischen Luft macht hungrig.**

## Liebe Eltern,

wir sind Familie Schäfer, das sind ich Stina, Mark und unsere Tochter Anna. Gemeinsam mit unseren zwei Hunden Luna und Trixie leben wir am Stadtrand.

Faszinierend ist, wie jedes Lebewesen seine ganz eigene Zeit der Entwicklung hat. Während Trixie bereits auf eigenen Pfoten unterwegs ist und herumspringt, wagt sich Anna auf eigene Füße, jedoch behutsam, Stück für Stück. Mit dem neu erworbenen Horizont, können auch neue Ziele wunderbar erklommen werden.



### Tipp!

Auf der Website:

[www.bildschirmfrei-bis-3.de](http://www.bildschirmfrei-bis-3.de) finden Sie den ganzen Steckbrief der Familie Schäfer.

Unsere Studie „Bildschirmfrei bis 3“ gibt Eltern wertvolle Informationen an die Hand für einen gesunden und altersgerechten Umgang mit Bildschirmmedien. Zur U5 bekommen sie den Signalaufkleber durch die Kinderärztin oder -arzt in das gelbe U-Heft eingeklebt.

**Bildschirmmedien gefährden die Gesundheit Ihres Kindes!**

**Daher nehme ich mir vor** ↘

- Mein Kind ohne den Einsatz von Bildschirmmedien zu beschäftigen.
- Die Mahlzeiten frei von Bildschirmmedien zu genießen.
- Auf im Hintergrund laufende Bildschirmmedien zu verzichten.

QR Code:

Illustration: A woman holding a baby, a yellow balloon, a computer monitor with a '0-3' sign and a red 'no' symbol, and a smartphone with a red 'no' symbol.

**BILDSCHIRMFREI BIS DREI**

Weitere Tipps zum Umgang mit Bildschirmmedien finden Sie hier → [www.bildschirmfrei-bis-3.de](http://www.bildschirmfrei-bis-3.de)

## Tipps und Tricks für einen Alltag ohne Bildschirmmedien

- ✓ Seien Sie Ihrem Kind ein Vorbild, indem Sie in der gemeinsamen Zeit keine Bildschirmmedien nutzen.
- ✓ Genießen Sie die Mahlzeiten und Spielzeiten ohne Störung durch Handys.
- ✓ Vereinbaren Sie einen festen Platz, der außerhalb der Reichweite ist, an den die Handys für die gemeinsame Zeit als Familie gelegt werden.
- ✓ Schalten Sie Ihr Handy stumm und überlegen Sie sich feste Zeiten, zu denen Sie Anrufe tätigen und auf Nachrichten antworten.
- ✓ Nutzen Sie die Mahlzeiten für Unterhaltungen und zur Stärkung der Bindung der Familie.
- ✓ Besprechen Sie Ihren Umgang mit Bildschirmmedien auch mit dem Umfeld Ihres Kindes und stimmen Sie gemeinsame Regelungen ab.

---

Eine Studie von

---



Haben Sie noch Fragen, Anregungen, Wünsche? Dann schreiben Sie uns doch einfach:

[kontakt@bildschirmfrei-bis-3.de](mailto:kontakt@bildschirmfrei-bis-3.de)