

Starke Wurzeln fürs Leben

„WoidKinderZeit“ macht Grundschulern den Wald als Heimat vertraut

Ich war noch nie im Wald“, erzählt Melik – er besucht die 3. Klasse der Josef-Hofmann-Grundschule in Neutraubling. Mit 21 Mitschülern ist er neugierig, was ihn an diesem besonderen Schultag außerhalb des Klassenzimmers erwartet.

Seine Klasse ist die erste im Landkreis Regensburg im Projekt „WoidKinderZeit“. Dabei geht es nicht nur darum, das theoretische Wissen aus Schulbüchern über Flora und Fauna zu sehen, hören, riechen, schmecken und fühlen, sondern vor allem, Kinder mental und emotional zu stärken.

Viele leiden unter dem Natur-Defizit-Syndrom

„Viele Kinder haben keinen Bezug mehr zur Natur, von der wir selbst ein Teil sind. Oft ist ihnen die virtuelle Welt vertrauter als die reale in Echtzeit und Farbe“, sagt Heidi Heigl, systemischer NaturCoach und Achtsamkeitstrainerin und fügt hinzu: „Das macht nicht nur Erwachsene, sondern bereits kleine Seelen psychisch krank. Und auch der Körper leidet. Übergewicht ist häufig auf Bewegungsmangel zurückzuführen. Augenärzte beklagen einen starken Anstieg der Sehschwächen bei Kindern in Zusammenhang mit dem fehlenden Sehen in die Weite und künstlichem Licht, denn die meiste Zeit sitzen Kinder vor dem Bildschirm.“

Knapp die Hälfte der Kinder weisen hierzulande psychosomatische Störungen auf.“ Die Wissenschaft hat dafür den Begriff „Natur-Defizit-Syndrom“ geprägt. Kindern starke Wurzeln fürs Leben zu geben ist auch Irmi Hornberger ein wichtiges Anliegen – sie ist die Klassenlehrerin der 3f und hat das Projekt „WoidKinderZeit“ an ihre Schule gebracht. Heute begleitet sie ihre Kinder in den Burgweintinger Wald – mit dabei ist auch Simone Widmaier, Sozialpädagogin, und Moritz, der sein Praktikum an der Grundschule in Neutraubling absolviert.

Kinder übernehmen von sich aus Verantwortung

Bei der Eingangsfrage von Heidi Heigl: „Wer möchte heute Assistent sein?“, schnellen alle Hände hoch. Nina und Kisho sind stolz darauf, diese Aufgabe übernehmen zu dürfen. Die beiden achten darauf, dass kein Kind „verloren“ geht und kein Müll im Wald zurückgelassen wird. „Kinder übernehmen gerne Verantwortung, wenn man sie ihnen zutraut und anbietet“, berichtet der NaturCoach. „Waaas, Brennnessel kann man essen?!“

Die Kinder haben bisher ganz andere Erfahrungen – schmerzhaft gemacht und machen lieber einen Bogen um diese Pflanze. Umso erstaunter sind die sieben Mädchen und 15 Jungs, als die „Woid-Heidi“ ihnen demonstriert, wie sie die Brennnessel-Blätter und die Samen dazu essen können, so als wäre es Salat. Und die schmecken auch noch! Außerdem gibt es männliche und weibliche Brennnesseln – und den Unterschied kann man sehen.

Waldhimbeeren oder doch lieber Sauerklee?

Zu den Früchten des Waldes gehören auch leckere Waldhimbeeren: „Die schmecken viel besser als die vom Supermarkt!“, ruft Justin und zupft mit seinen Klassenkameraden an dem Himbeerstrauch. Und Samuel ergänzt: „Also mein Lieblingsessen im Wald ist Sauerklee!“ Selbstgepflückt von der Hand in den Mund schmeckt jedenfalls am besten, darüber sind sich alle einig. Zu Beginn scheint es im Wald ganz still zu sein. Dann bemerken die Woid-Kinder: Wenn sie selbst leise sind, hört man ganz viele Geräusche



Das Muster im Holz haben Käfer hinterlassen.

Fotos: Oliver Scholz



Der Käfer kitzelt auf der Hand.



Der Wald ist voller essbarer Beeren und Pflanzen – wenn man sie kennt!



Die „Woid-Heidi“ erklärt den Kindern alle Tricks nicht nur im Umgang mit der Brennnessel.

im Wald. Die Stimmen von Waldbewohnern, das Rauschen des Windes in den Blättern... Auch einen Specht kann die Klasse hören und sogar hoch oben im Baum entdecken. Die Kinder der 3f wissen jetzt, warum der Specht kein Kopfweh bekommt.

Das Kitzeln krabbelnder Käferbeinchen

Magdalena entdeckt einen großen schwarzen Käfer mitten auf dem schmalen Trampelpfad und bringt ihn in Sicherheit, damit er von den nachkommenden Abenteurern nicht zertreten wird. Für die nächste halbe Stunde ist „Blacky“ der Star! Manche spüren zum ersten Mal kleine Käferfüße auf der Hand krabbeln – das kitzelt! Bei einigen braucht es etwas Mut, ihn anzufassen und andere Kindern trauen sich (noch) nicht, bauen aber eine tolle Behausung für den Mistkäfer und haben so eine Verbindung zu ihm aufgebaut.

Nur was wir kennen, das können wir lieben und schützen. „Der achtsame Umgang mit der Natur kann nicht verordnet werden“, weiß Heidi Heigl. „Durch das Erleben und Staunen entwickeln wir ein Bewusstsein dafür, wie einmalig und wertvoll unsere Natur ist und eine persönliche Verbindung, die uns das Gefühl von Geborgenheit und Zugehörigkeit schenkt.“ Das „Vitamin Grün“ ist nicht nur die beste Apotheke und hält uns gesund, sondern setzt auch Kreativität frei und macht schlau.

Kinder lernen das Staunen wieder und das Für- und Miteinander. Das Konzept der „WoidKinderZeit“-Tage für Grundschulklassen sieht sechs Tage pro Klasse/Schuljahr vor und baut aufeinander auf. Diese Naturerfahrung ermöglicht Kindern eine starke Verbindung zu sich selbst, ihrer Mit- und Umwelt und allem was ist. Viel zu schnell ist es 12.30 Uhr. Zeit für den Rückweg. Ein Feldweg, der neben einem gol-

denen Weizenfeld zurück zur Bushaltestelle führt. Der Rucksack ist vollgepackt mit Abenteuern und Ideen, die Ferien im Wald zu gestalten. In Rätseln verpackt sammeln die Schüler Wald-Schätze. Die Schatzbox kann jeder mit nach Hause nehmen und stolz Eltern und Geschwistern präsentieren und ihnen „ihren“ Wald vor der eigenen Haustüre zeigen. Und alle Kinder wünschen sich eine Fortsetzung der „WoidKinderZeit“! Magdalena winkt: „Ich liebe den Wald, da geh ich jetzt öfter hin!“

Durch die finanzielle Förderung über das Kreisjugendamt und die Jugendsozialarbeit ermöglicht der Landkreis Regensburg seinen Schulen die Teilnahme am Projekt. Auch das Schulamt Regensburg steht hinter dieser Initiative. Derzeit begleitet die „WoidKinderZeit“ Schülerinnen und Schüler in Niederbayern und der Oberpfalz. Mehr Infos zum Projekt gibt es unter: www.woidkinderzeit.de. (red)