

Die Mutprobe oder Wald in der Nacht erleben

Für:

Kinder im Alter von 3 bis 10 Jahren,
Kinder, die besonders schreckhaft sind,
Kinder, die sich vor Dunkelheit fürchten,
Kinder mit sozial schwachem Hintergrund

Ziel:

Diese Nachtwanderung soll dazu dienen, die Kinder in ihrem Selbstbewusstsein zu stärken. Zudem soll der Zusammenhalt der Gruppe gefördert werden.

Rahmen:

Die Kinder gehen begleitet in der Großgruppe durch den Wald. Die Gruppe sollte von möglichst vielen LeiterInnen begleitet werden. Auf drei Kinder sollte eine Begleitperson kommen.

Die Kinder können zu der Nachtwanderung durch eine gemeinsame Aufgabenstellung motiviert werden. Die Aufgabe kann lauten:

1. Schaffen wir es als Gruppe ein Stück im Dunkeln durch den Wald zu gehen? (Mutprobe) oder
2. Wir schauen mal, was man nachts im Wald alles sehen und hören kann!

Ablauf:

1. Zu Beginn wird den Kindern die Aufgabe gestellt. Ihnen wird erklärt, dass es keine Nachtwanderung mit Erschrecken gibt. Weiterhin wird erläutert, dass die LeiterInnen die ganze Zeit dabei sind. Wer zwischendurch nicht mehr weitergehen möchte, kann mit einer LeiterIn zurückgehen. Motivation ist gefragt!!!
2. Es werden Regeln für die Nachtwanderung festgelegt. Wichtige Regeln sollten sein:
 - Keiner entfernt sich von der Gruppe! Es wird in Zweierreihen gelaufen. Jeder passt auf seinen/ihre PartnerIn auf.
 - Im Wald schlafen die Tiere. Es wird kein Lärm gemacht und nur geflüstert!
 - Es wird keine/r ausgelacht, weil er/sie Angst hat.

Zum Schluss sollten die Regeln noch mal kurz und knapp wiederholt werden. Kinder merken sich Regeln am besten, wenn sie nicht zu lang sind. Am besten lässt man die Kinder die Regeln wiederholen und zählt sie anschließend noch mal auf:

Erstens: Nicht von der Gruppe entfernen! Zweitens: Kein Lärm machen! Drittens: Niemanden auslachen!

3. Die Strecke im Wald sollte 20 bis 30 Minuten nicht überschreiten. 1/3 der Strecke sollte ohne besondere Aktionen zurück gelegt werden. Die LeiterInnen könnten genug damit beschäftigt sein, auf die Regeleinhaltung zu achten und den Kindern Mut zu machen.
4. Nach 1/3 der Strecke kann ein Stopp gemacht werden. Die Gruppe versammelt sich im Kreis. Die LeiterInnen sollten darauf achten, dass sie bei der weiteren Anleitung flüstern. Die Kinder werden eingeladen, die Augen zu schließen und zu erzählen, was

sie alles hören. Anschließend wird gemeinsam überlegt, warum man diese Geräusche so gut hören kann.

5. Auf der nächsten Wegstrecke kann im leisen Gespräch zwischen LeiterInnen und Kindern überlegt werden, welche Tiere alle im Wald wohnen.
6. Nach 2/3 der Strecke gibt es eine besondere Aktion. Bei nicht zu trockenem Wetter können zwei mitgebrachte Fackeln entzündet werden. Ist das Wetter zu trocken oder die Kinder zu aktiv, können auch große Taschenlampen benutzt werden.

Ein/e LeiterIn geht mit einem Stück Seil ein Stück des Weges weiter (ca. 20 bis 50 Meter). Der/die LeiterIn sollte von den Kindern noch erkennbar sein. Ein/e andere/r LeiterIn bleibt mit dem anderen Endes des Seiles bei der Gruppe. Das Seil wird stramm gespannt.

Die Kinder werden eingeladen, die Strecke zwischen den LeiterInnen entlang des Seiles alleine zu gehen. Kinder, die sich nicht trauen, können von einer Leiterin begleitet werden. Am Anfang und zum Schluss sollte eine Leiterin gehen, damit die Kinder vorher und nachher gut beaufsichtigt werden können.

7. Der Rückweg sollte nicht mehr durch den Wald führen. Die Anspannung war für die Kinder groß. Der Rückweg kann an einer beleuchteten Straße oder einem anderen beleuchteten Weg zurückführen.

Die Kinder können so einfach erzählen, wie es ihnen ergangen ist und was ihnen gerade durch den Kopf geht. Nach den ganzen Regeln im Wald brauchen sie erst mal eine lockere Atmosphäre zur Entspannung vor dem „Zu Bett“ gehen.