

# WURZELTRAPP

## Hallo,

Ich freue mich über deinen Besuch auf der Naturseite der RAPPEL-POST. Dieses Mal findest du eine wunderbare Übung für deine Beobachtungsgabe, ein altes Spiel neu aufgelegt und wie immer Beobachtungstipps für die nächsten Monate. Der Herbst ist da, die Tage werden kürzer! Nutze sie, um mit Freunden, Familie oder alleine in der bunten Natur unterwegs zu sein. Auf geht's, in der Natur vor deiner Haustür ist immer was los! Werde zum Entdecker und Naturforscher – jetzt! Grüße aus dem Wald, der Wurzeltrapp.



### Alle Sinne an!

In den letzten Folgen „Natur erleben“ hast du das Sehen, Hören, Riechen, Tasten und Schmecken neu entdeckt. Heute verrate ich dir eine Übung, die alle Sinne schult! Geh raus in die Natur und such dir einen ruhigen Platz. Wähle etwas zum Beobachten wie einen Stein, einen Ast, ein Blatt oder ein Mooskissen.



Am Beispiel eines Astes zeige ich dir, wie „das Beobachten mit allen Sinnen“ geht: Wie sieht er aus verschiedenen Perspektiven aus? Ich achte auf Farbe, Schatten, Linien und Oberflächen.

Nun stelle ich mir vor, wie er sich anfasst! Dann schließe ich die Augen und ertaste den Ast mit Fingern, Arm, Gesicht und Füßen.

Jetzt stelle ich mir vor, wie der Ast klingt - eine grobe Ahnung habe ich. Also das Ohr nah an den Ast und ihm auf allen möglich Wegen Töne entlocken.

Jetzt ist der Geruchssinn dran, ich beschnuppere den ganzen Ast.

Da er nicht von einem giftigen Baum ist, probiere ich ein Stück und schmecke sein erdiges und bitteres Aroma.

Bei geschlossenen Augen achte ich jetzt auf die Umgebung des Astes. Ich lausche aufmerksam und stelle mir die Umgebung vor. Dann fühle ich die Luft - ihre Temperatur, Feuchtigkeit und Bewegung. Nun entdecke ich die Gerüche der Umgebung und stelle sie mir vor.

Zum Schluss öffne ich die Augen und nehme die Umgebung und ihre Bewegungen wahr. Ich versuche mir vorzustellen, in welcher Beziehung sie zu dem Ast stehen. Dann hole ich tief Luft, schüttele mich und nun bist du an der Reihe. Übe das gleich ein paar Mal. Viel Spaß wünsche ich dir dabei!

### Versteckspiel anders

Für dieses Spiel brauchst du ein paar Freunde, ein langes Seil, einige Nägel und einen Hammer. Geht raus in den Wald und sucht euch eine Ge-

gend mit sandigen oder laubbedeckten Wegen. Nun sucht ein größeres Stück Holz - etwa so lang wie dein Unterarm, nur dicker und schwerer. Schlage zwei Nägel an gegenüberliegenden Seiten in das Holz und befestigt daran das Seil zum Ziehen. Die anderen Nägel schlägt verteilt über das Stück Holz ein und lasst sie ein wenig herausstehen.

Einer von euch ist der Fuchs und darf sich nun verstecken. Er nimmt das Seil und zieht das Stück Holz hinter sich her bis er sein Versteck gefunden hat. Bleibt dabei bitte auf den Waldwegen! Gebt dem Fuchs 10 bis 15 Minuten Vorsprung. Nun findet den Fuchs anhand der Spuren, die er im Waldboden hinterlassen hat.

Wenn ihr den Fuchs zu leicht findet, zieht ein paar Nägel aus dem Holz und schon wird es schwieriger, die Spur zu finden. Schafft ihr es, den Fuchs zu finden, wenn er nur das Holz oder nur das Seil hinter sich herzieht?

Ach ja, freut euch schon auf die nächsten Folgen „Natur erleben“, denn dann werde ich euch verraten, wie das mit dem Spurenlesen und den Tieren im Wald funktioniert!

### Beobachtungstipps

Die Tage werden kürzer und die Nächte kälter. Trotzdem blühen einige Pflanzen, wie das Gänseblümchen, auf den Wiesen. Geh raus und finde noch andere, die blühen.



Jetzt ist die Zeit der bunten und fallenden Blätter. Welcher Baum färbt zuerst seine Blätter, welcher wirft sie zuerst ab und welche behalten sie über den Winter? Schreibe deine Beobachtungen in ein Notizbuch und besuche die Bäume und die blühenden Pflanzen regelmäßig, um zu sehen, was sich verändert hat.

Schau dir mal die Häuser der Schnecken an. Welche hat ihr Haus schon verschlossen? Was meinst du, womit und warum sie das tun? Schreibe deine Vermutungen ins Notizbuch und prüfe spä-

ter in einem Buch oder im Internet nach, ob du Recht hattest.

An einem Teich oder See kannst du Wasservögel finden, die bei uns überwintern. Nimm ein Bestimmungsbuch mit und schau dir an, welche noch hier sind. Geh dort regelmäßig vorbei und schreibe in dein Notizbuch, welche du wann gesehen hast.



Schau dir die Nadelbäume an. Kannst du sie an ihren Zapfen unterscheiden?

Suche einen blühenden Efeu und schau dir seine Blätter an. Warum haben sie zwei verschiedene Formen? Versuche, es durch Beobachtung herauszufinden.

Und nun **RAUS IN DIE NATUR ...**

### Natur Kurse

Es gibt wieder einige Naturkurse mit dem Wurzeltrapp. Da ist bestimmt auch etwas für dich dabei! Informationen findest du im Web unter [www.erdwissen.de](http://www.erdwissen.de) Klick einfach auf Ankündigungen.

ANZEIGE

## Kids WingTsun



**Selbstbehauptung - Selbstverteidigung - Gewaltprävention für Kinder ab 5 Jahre**

Das Unterrichtsprogramm - erarbeitet mit Pädagogen, Polizisten und Therapeuten - beinhaltet: Koordinations-, Balance- und Konzentrationsübungen, dazu Rollenspiele, die den Kindern helfen, ihre Mimik, Gestik und Stimme einzusetzen, um sich im Ernstfall zu behaupten und auch zu verteidigen.

Unsere Kurse sind durchlaufend, ein Probetraining jeder Zeit möglich.

WingTsun & Gesundheitsschule Offenbach  
Domstraße 77a 63067 Offenbach  
Telefon: 069 - 800 39 06  
Internet: [www.wt-offenbach.de](http://www.wt-offenbach.de)  
E Mail: [wtoffenbach@aol.com](mailto:wtoffenbach@aol.com)

