

## Draußenspiel stärkt Kinder!

- ✓ Kinder, die draußen spielen, bewegen sich viel<sup>1</sup>. Sie stärken ihre Muskeln, trainieren ihre motorischen Fähigkeiten und ihren Gleichgewichtssinn.
- ✓ Draußen spielen macht Spaß. Bewegung, Toben, Rufen, Lachen, eigene Entdeckungen vermitteln positive Gefühle.
- ✓ Die eigenen Grenzen im Spiel auszuloten, die Freiheit zu haben, eigene Vorstellungen auszuprobieren stärkt das Selbstwirksamkeitsgefühl, das Gefühl für das, was man kann und wer man ist.
- ✓ Draußensein, der Kontakt mit Matsch, Pflanzen und Tieren stärkt die körperlichen Abwehrkräfte. Wer viel draußen ist, verringert sein Risiko kurzsichtig zu werden.
- ✓ Draußen machen Kinder Bekanntschaft mit Tieren und Pflanzen, mit Kälte, Wärme, Nässe, mit der Beschaffenheit von Holz, Steinen und vielen anderen Materialien. Diese unmittelbare Naturerfahrung führt zu einer realistischen und optimistischen Sicht auf Natur. Auf diesen Erfahrungen können Kinder im naturwissenschaftlichen Unterricht aufbauen.
- ✓ Nach dem eigenen Rhythmus Zeit zu gestalten, sich auf spontane Erfahrungen einzulassen, bietet Kindern Erholung von den Anforderungen, die Erwachsene an sie herantragen.
- ✓ Draußenspiel entlastet Eltern. Kinder sind kreativ und bewegungsfreudig. In einer anregungsreichen Umgebung können sie sich allein beschäftigen.

## Welche Spielumgebung brauchen Kinder?

**Freie Zeit:** Kinder brauchen freie Zeit, in denen sie nicht auf – gut gemeinte – Anforderungen und Anregungen von Erwachsenen eingehen müssen.

**Freiräume:** Kinder brauchen Freiräume, die viel Raum für eigene Entdeckungen lassen. Freiraum heißt, dass Kinder sichere Wege brauchen, um spontan Spielorte wechseln zu können.

**Gestaltungsmöglichkeiten:** Kinder brauchen Materialien, die vielfältig und kreativ einsetzbar sind. Sie brauchen Räume, die sie verändern können. Das bieten naturnahe Räume und Naturmaterialien.

---

<sup>1</sup> Laut Nationalen Empfehlungen für Bewegung sollen Kinder im Vorschulalter sich MINDESTENS 3 Stunden am Tag und Kinder ab dem Schulalter MINDESTENS 90 Minuten pro Tag mäßig bis intensiv bewegen.

## Arbeitsgruppe Draussenkinder

Die interdisziplinäre Arbeitsgruppe „Draußenkinder“ im ABA Fachverband will dazu beitragen, dass Kinder wieder selbstverständlich draußen spielen.

Wir wollen darstellen, was Draußenspiel ist und warum es wichtig ist. Außerdem wollen wir Anregungen geben, wie man Kindern Draußenspiel wieder ermöglichen kann.

Auf [www.draussenkinder.info](http://www.draussenkinder.info) stellen sich Menschen und Institutionen vor, die sich für das Draußenspiel einsetzen. Über gute Beispiele wird berichtet, auch auf Facebook.

Ziel ist, professionelle Akteure und die Politik, aber auch interessierte Eltern dafür zu sensibilisieren, das Draußenspiel wieder als ernstzunehmenden Faktor in der Kindheit zu betrachten.

Sie finden uns auf [www.draussenkinder.info](http://www.draussenkinder.info). Kontakt können Sie aufnehmen unter: [info@draussenkinder.info](mailto:info@draussenkinder.info). Über Anregungen, weitere Beispiele und Unterstützer freuen wir uns immer.



ABA Fachverband

Offene Arbeit mit Kinder und Jugendlichen e.V.

Clarenberg 24

44263 Dortmund

Der ABA Fachverband ist Dach- und Fachverband für Abenteuer- und Bauspielplätze, offene Kinderbauernhöfe und Jugendfarmen, Spielmobile, Spielplatzpaten, offene Jugendzentren sowie kinderfreundliche Stadtplanung. Er wurde 1971 gegründet, hat seinen Sitz in Dortmund und wird durch das Land Nordrhein-Westfalen gefördert.