SPIELEND WANDERN

In der Natur. Mit der Natur.

Presseinformation

April 2023

Österreichs Wanderdörfer e.V.
Monika Pripfl
monika.pripfl@wanderdoerfer.at
Tel: +43 (0) 4242 257530 205

Inhaltsverzeichnis

Presseinformation 2

Spielen verbindet Mensch und Natur
Österreichs Wanderdörfer starten Initiative 2

Österreichs Wanderdörfer e.V. 3

Website “Spielend Wandern” 3

Kontaktdaten und Rückfragen 4

FACT SHEET: Spielen in der Natur 5

Studien 6

Spielend Wandern - die Spielesammlung als Buch 7

Impressionen zu den Innenseiten 7

Presseinformation

Spielen verbindet Mensch und Natur: Eine Initiative von Österreichs Wanderdörfer e.V.

Villach, April 2023: Die Natur ist der beste Spielplatz - unter diesem Motto läuft die Initiative von Österreichs Wanderdörfer *"Spielend Wandern. In der Natur. Mit der Natur"*, die Kinder und Erwachsene zu mehr Bewegung in der freien Natur motivieren und sensibilisieren soll. Im Mittelpunkt steht die größte Online-Naturspiele-Sammlung im deutschsprachigen Raum, ein kostenloses E-Book mit vielen Ideen und Anleitungen für Outdoor-Spiele sowie Fachwissen von ExpertInnen.

Der Mensch ist ein spielendes Wesen - es liegt in unserer Natur, zu spielen. Vom ersten Baumhaus als Kind bis hin zu komplexen Online-Spielen als Erwachsene begleitet und erfreut uns das Spielen unser ganzes Leben. Den schönsten und wertvollsten Spielplatz bietet uns jedoch auch im digitalen Zeitalter die Natur – egal ob im Garten, im Wald oder am Berg.

Das Spielen in der Natur fördert die Entwicklung von Kindern und das Wohlbefinden von Erwachsenen. Psychologie, Pädagogik und Neurowissenschaften sind sich einig: Das spielerische Entdecken der Umwelt wirkt sich positiv auf Kreativität, Motorik und Psyche aus. Die WHO rät, dass Bewegung im Freien essentiell ist und warnt, dass nur weniger als ein Drittel aller Kinder die Empfehlung von mindestens 60 Minuten pro Tag erreicht. "Weniger Bildschirm, mehr Frischluft" ist das Gebot unserer Zeit.

Geht raus und spielt!
Die Initiative

Der Verein Österreichs Wanderdörfer (ÖWD) hat sich zum Ziel gesetzt, die Bevölkerung für das Spielen in der Natur zu sensibilisieren. Aus diesem Grund wurde 2019 die Kampagne *"Spielend Wandern. In der Natur. Mit der Natur"*, ins Leben gerufen, die Mensch und Natur zusammenbringen soll: Mit vielen Inspirationen und Anleitungen für Outdoor-Spiele, aber auch mit Fachwissen von ExpertInnen.

"Wir möchten die Menschen motivieren, raus zu gehen und die Natur zu entdecken. Das Spielen verbindet Mensch und Natur und lehrt uns achtsam mit unserer Umwelt umzugehen" beschreibt ÖWD-Geschäftsführer Ulrich Andres die Intention hinter der Kampagne. Durch die Herausforderungen rund um Covid-19 hat die Kampagne zusätzliche Relevanz bekommen: "Wir sind überzeugt, dass gerade in Zeiten von Social Distancing und Infektionsrisiken in Ballungszentren die Bewegung in der freien Natur die beste Freizeitgestaltung für Kinder und Erwachsene ist", so Andres.

Kostenlose Online-Spielesammlung und E-Book rund ums “draußen Spielen”

Im Mittelpunkt steht die Informationsseite www.spielend-wandern.at mit der größten Natur-Spiele-Sammlung im deutschsprachigen Raum. Derzeit finden sich rund 50 Spielideen und -anleitungen. Diese Plattform soll stetig wachsen und User können eigene kreative Spielideen einreichen.Das Angebot ist und bleibt kostenlos.

Das liebevoll illustrierte Buch *“Spielend Wandern. In der Natur. Mit der Natur”* steht als E-Book kostenlos zum Download bereit . Es beinhaltet auf 64 Seiten, mehr als 25 Spielideen mit vielen Inspirationen und Tipps wie Naturräume wie Wald, Wiese, Bach oder Berg kreativ genutzt werden können. Als Taschenbuch liegt es in den Tourismusbüros aller Österreichischen Wanderdörfer auf.

Österreich als “Naturspielplatz-Weltmeister” und Fachwissen rund ums Thema Spielen in der Natur

Auf www.spielend-wandern.at werden auch ausgewählte Naturspielplätze aus den 46 Österreichischen Wanderdörfern präsentiert. Die Auswahl erfolgt anhand genauer Qualitätskriterien und reicht von malerischen natürlichen Orten entlang der Wanderwege bis hin zu eigens gestalteten Themenwegen oder alpinen Wasserspielplätzen. Nirgendwo sonst ist die Dichte an qualitativen Naturspielplätzen so hoch wie in Österreich - es gilt, diese zu kuratieren und einer breiten Öffentlichkeit zugänglich zu machen.

Österreichs Wanderdörfer e.V.

Österreichs Wanderdörfer e.V. verschreibt sich seit 1991 der Förderung eines naturnahen Ganzjahrestourismus, dem Wandern als Naturerlebnis. Der Verein stellt die größte touristische Regionalkooperation Österreichs dar und unterstützt seine 47 Mitgliedsregionen mit einer professionellen Marketingbetreuung. Österreichs Wanderdörfer tritt für einen stetig wachsenden Qualitätsstandard in der österreichischen Wanderlandschaft ein, berät seine Mitglieder und erzeugt Synergien.

Website “Spielend Wandern”:

www.spielend-wandern.at

Bildmaterial:

Zur honorarfreien Verwendung mit ©ÖWD/Tim Ertl
Download Pressefotos

Kontaktdaten und Rückfragen

für den Inhalt verantwortlich:

Österreich Wanderdörfer e.V.
Unterwollaniger Straße 53
9500 Villach, Österreich

+43 (0) 4242 / 25 75 31
office@wanderdoerfer.at

Pressearbeit und Journalistenbetreuung:
Monika Pripfl
+43 (0) 4242 257530 205
monika.pripfl@wanderdoerfer.at

Projektleitung und Kooperationen:
Jasmin Bacher
+43 (0) 4242 / 257530 206
jasmin.bacher@wanderdoerfer.at

Wissenschaftliche Expertin zum Thema Spielen:
Dr. Nicole Strüber - Kontakt für Interviews auf Anfrage

Die promovierte Entwicklungsneurowissenschaftlerin bringt ihre Expertise in unsere Initiative *Spielend wandern* ein. Sie ist als Wissenschaftsautorin, Referentin und Hochschullehrerin tätig. Ihre Schwerpunkte umfassen Neurobiologie und Psychologie im Kontext Kinder und Familie.

Auszug aus Ihrer Bibliografie:

- Wie das Gehirn die Seele macht.
  (2019, Klett-Cotta, mit Dr. Dr. Gerhard Roth)
- Die erste Bindung. Wie Eltern die Entwicklung des kindlichen Gehirns prägen.
  (2019, Klett-Cotta)
- Risiko Kindheit. Die Entwicklung des Gehirns verstehen und Resilienz fördern.
  (2019, Klett-Cotta)

FACT SHEET: Spielen in der Natur

Hintergrundwissen und Erkenntnisse aus Studien

Spielen in der Natur ist wertvoll - und durch nichts zu ersetzen. Viele wissenschaftlichen Studien und Experten belegen, wie kostbar und notwendig das Spielen in der freien Natur für den Menschen ist. Im Folgenden die wichtigsten Argumente und Infos kompakt zusammengefasst.

Die wichtigsten Fakten:

- Der Mensch ist ein spielendes Wesen. Durch das Spielen werden wir, wer wir sind - vieles was wir können, haben wir im Spiel erlernt.
- Das Spielen fördert unter anderem Kreativität, Problemlösungskompetenz, Teamfähigkeit, Selbstbewusstsein und motorische Fähigkeiten.
- Spielabläufe stellen komplexe Ansprüche und fördern das Zusammenspiel von Gehirn und motorischen Fertigkeiten.
- Die Natur ist die perfekte Lern- und Spielumgebung. Der spielerische Umgang mit und in der Natur fördert unser Verständnis für die Umwelt.
- Spielen in der Natur wirkt einem Bewegungsmangel bei Kindern und Erwachsenen entgegen, steigert das Wohlbefinden und sorgt für mehr Ausgeglichenheit.
- Im digitalen Zeitalter lässt sich v.a. bei Kindern ein zunehmender Mangel an Bewegung und Naturerfahrung beobachten - obgleich das "draußen sein" die Lieblingsaktivität von Kindern ist.

Spielen ist essentiell

Sowohl in der kindlichen Entwicklung als auch bei Erwachsenen ist die Bedeutung des Spielens für die Weiterentwicklung unserer Kompetenzen - ob sozial, mental oder gesellschaftlich - unbestritten. Spielen ist nicht erfolgsorientiert, sondern zielt auf das Erleben des Moments ab. Sich ausprobieren, scheitern dürfen und erneut versuchen ist der positive Effekt des Lernens ohne direkt zu spüren, dass man in einer Lernsituation steckt. Spielen ist einfach - wir können über spielen und das immer. Entwicklungstheoretisch spricht man auch vom "Homo Ludens" (lat.; d. "der spielende Mensch), :ein Begriff zur Kennzeichnung des Spiels als Grundkategorie menschlichen Verhaltens, der in der ersten Hälfte des zwanzigsten Jahrhunderts vor allem durch den Titel des gleichnamigen Buches von Johan Huizinga (1938/39) geprägt wurde.

Die Natur als Spiel- und Lernraum

Das Spielen in der Natur hat wissenschaftlich eine besondere Bedeutung bzw. sehr entscheidende, positive Aspekte. Die Natur ist und bleibt der perfekte Spielraum. Vom Kleinsten ins Größte voller Leben, von einfach bis hochkomplex strukturiert, zeigt sie uns den gesamten Kreislauf des Lebens. Zusammenhänge, Ursache und Wirkung sind hier erlebbar. Den Wert des Spielens in der Natur bringt die Neurowissenschaftlerin Dr. Nicole Strüber in drei Zitaten auf den Punkt:

- *"Studien zeigen, dass Kinder, die häufig in der Natur spielen, bessere Fähigkeiten entwickeln, ihre Gefühle zu regulieren und sich in der sozialen Welt zurechtzufinden. Sie sind kreativer, kognitiv leistungsfähiger und motorisch geschickter als andere Kinder. "*

- *"Die Natur ist hochkomplex, aber gleichzeitig minimal strukturiert, d. h. man kann in sie hineinprojizieren."*

- *"Die Natur ist eine ideale Lernumgebung. In einer natürlichen Umwelt müssen Kinder intensiv kommunizieren, um eine gemeinsame vorgestellte Welt zu erschaffen."*

Studien

Erkenntnisse aus ausgewählten Publikationen

Bericht der WHO

Bewegung und Gesundheit in Europa: Erkenntnisse für das Handeln

"Weniger als ein Drittel der Kinder und Jugendlichen erreicht die Bewegungsempfehlung (WHO) von mindestens 60 Minuten Alltagsaktivität pro Tag. "
Quelle: http://www.euro.who.int/de/publications/abstracts/physical-activity-and-health-in-europe-evidence-for-action

Langzeitstudie des Robert Koch Instituts

Ergänzend zu dem Bericht der WHO sind Inhalte einer Langzeitstudie des Robert Koch Instituts, die auf einen drastischen Bewegungsmangel hinweisen und wie folgt lauten:

"Daten aus der Langzeitstudie KiGGS des Robert Koch-Instituts (RKI) etwa zeigen: Auf 60 Minuten mäßige Bewegung am Tag, wie sie die WHO als Minimum empfiehlt, kommt im Smartphone-Zeitalter noch ein Viertel der Kinder und Jugendlichen. Auf ein Pensum von mindestens 90 Minuten Sport pro Woche bringt es gut die Hälfte der Mädchen zwischen 3 und 17 Jahren, bei den gleichaltrigen Jungen sind es rund 63 Prozent."

Quelle: https://kurier.at/wellness/studie-bewegung-aktive-kinder-sind-gluecklicher/244.047.058, vom 01.02.2017.

KIM Studie

Im Zuge der KIM Studie werden Kinder zu ihren Lieblingsbeschäftigungen befragt. Dabei konnte 2018 herausgefunden werden, dass das "Draußen sein" für Kinder noch immer die erste Wahl ist. Die liebste Aktivität, laut der KIM Studie, ist in diesem Zusammenhang das Spielen in der Natur.

Quelle: Sabine Feierabend und andere: KIM 2018 Kindheit, Internet, Medien. Stuttgart Mai 2019 / www.natursoziologie.de

Siebter Jugendreport Natur 2016

Grundauswertung: Schwerpunkt Wald; Auswertung der Universität zu Köln von 3/2017

"Sinkende Wahrnehmung von Naturerlebnissen bei Jugendlichen".
Der Jugendreport beinhaltet Fragestellungen zur Wahrnehmung von Naturerlebnissen bei Jugendlichen und ihre Aufmerksamkeit gegenüber natürlich ablaufenden Phänomenen.
Die Jugendlichen wurden nach der Himmelsrichtung des Sonnenaufgangs befragt.
Im Vergleich zum Jugendreport 2010 hat sich die Anzahl der richtigen Antworten auf die gleiche Frage fast halbiert. Der Anteil der richtigen Antworten ist von 59% im Jahr 2010 auf 35% im Jahr 2016 gesunken.

"Die Walderfahrung korreliert mit aktivem Naturschutz und Naturerleben."
Im Profil der Antworten zum Thema Naturschutz (Fragen nach möglichem Interesse an Naturschutzaktionen und Aktivität bei Naturschutzgruppen oder Umwelt-Initiativen) zeigt sich, "dass sich Jugendliche, die sich häufig im Wald aufhalten, eher naturschutzaktiv sind und junge Naturschützer zugleich mehr in der Natur erleben."

Quelle: https://natursoziologie.de/NS/alltagsreport-natur/jugendreport-natur-2016.html

Spielend Wandern - die Spielesammlung als Buch

64 Seiten Inspiration für unvergessliche Naturerlebnisse

Informationen zum Inhalt:
64 Seiten, mehr als 25 Spielideen, Anleitungen, Inspirationen und Tipps, Naturräume wie Wald, Wiese, Bach oder Berg kreativ zu nutzen.

Seit 28. Mai 2020 kostenlos als E-Book erhältlich auf www.spielend-wandern.at,

Impressionen zu den Innenseiten

In fünf Spielkategorien: Im Wald, Weg & Wiese, Berg & Fels, am Wasser und Gedankenspiele.