



© WWF Schweiz

Rituale für draussen

Ideen und Anregungen

Zyklus

1 und 2

Inhalt

Ideen für Rituale



Einleitung

Die Anregungen und Ideen für Aktivitäten zum Thema Rituale und Waldausflüge stammen aus dem «Caffè nel bosco» (Kaffee im Wald), das am 16. November 2022 in Muzzano stattfand, dem Webinar in der Romanie vom 15. Mai 2025 sowie aus Interviews mit Teilnehmenden des Projekts «École en forêt». Ein besonderer Dank gilt allen, die an unseren Aktivitäten teilgenommen haben, für den Austausch von Ideen und die bereichernden Diskussionen, insbesondere: Jeanne Briggs, Nicole Hausser, Rachel Heimann, Ariane Irminger und Anne-Colette Schmutz.

Warum braucht es Rituale?

«Kleine Kinder brauchen Rituale. Nicht nur, weil sie ihnen gefallen, sondern auch, weil sie ihnen Sicherheit geben und ihnen bewusst machen, wie die Zeit vergeht.» Zitat einer Lehrerin

Rituale sind ein sich immer wiederholendes Handlungsmuster. Sie werden gemeinsam in der Klasse durchgeführt und sind an bestimmte Momente oder Elemente im Tag gebunden. Sie helfen dabei, den Schulalltag zu strukturieren und zu gliedern. Rituale geben den Kindern ein Gefühl von Geborgenheit, Sicherheit und Halt. Rituale wirken nicht nur geistlich, sondern auch körperlich. Während eines Rituals werden verschiedene Prozesse (emotional, kognitiv, sinnlich) bei den Kindern aktiviert. Wichtig ist, dass die Beteiligung an Ritualen für die Kinder freiwillig ist und alle Kinder die Rituale akzeptieren.¹

¹ Kamm, Ester (2022): Rituale in der Schule. Bündner Schulblatt und Schrode, Paula; Faulstich, Sophie (2018): Ritual – ein schillernder Begriff und wissenschaftliche Perspektiven. Zürich: Verlag LCH und PH Zug (2022): Rituale im Schulalltag.



Rituale zum Ankommen

Um sich mit dem Wald oder einem anderen Lernort vertraut zu machen, kann es hilfreich sein, den Lernort immer an der gleichen Stelle zu betreten. Dazu können verschiedene Begrüssungsrituale eingesetzt werden. Das Ritual zum Ankommen eignet sich auch dazu, die Regeln für diesen Lernort zu repetieren, die es für die Kinder zu beachten gilt. Die Rituale können auch beim Verlassen des Lernorts zelebriert werden.

Mit einem Schlüssel eintreten

Die Lehrperson verwendet einen «Schlüssel» zum Betreten des Waldes oder des Lernortes. Das kann zum Beispiel ein kleines Holzstück, ein Stein oder ein Tannenzapfen sein. Alternativ wird ein echter Schlüssel verwendet, um der ganzen Klasse den Zugang zum Lernort zu öffnen. Jedes Mal bekommt ein anderes Kind die Möglichkeit, den Schlüssel zu benutzen. Der Schlüssel kann zuvor versteckt werden und die Kinder müssen ihn suchen. Zum Öffnen der Tür kann auch eine bestimmte Bewegung ausgeführt werden, zum Beispiel an einen Baumstamm klopfen, ein Zauberwort sagen oder jedes Kind erzählt dem Waldwächter seinen Wunsch für den heutigen Waldtag. Beim Verlassen des Lernortes wird die «Eingangstür» wieder verschlossen und der «Schlüssel» im Wald zurückgelassen. Es kann nochmals ein Zauberwort gesagt werden oder die Kinder erzählen dem Waldwächter, was ihnen heute am besten gefallen hat. Der Eingang zum Lernort kann mit einem Vorhang gestaltet werden, der geöffnet und geschlossen wird.

Lieder und Verse

Eine weitere Variante, um den Lernort zu betreten, besteht darin, ein Willkommenslied zu singen oder einen Vers aufzusagen. Zum Beispiel «Im Wald, im schöne grüne Wald» (<https://liedli.ch/liedli/im-wald-im-schoene-grueene-wald/>). Beim Verabschieden wird das gleiche oder ein anderes Lied gesungen oder der gleiche oder ein anderer Vers aufgesagt. Die Lieder/Verse können sich im Laufe der Zeit ändern.

Geruchsspiel und Rätsel

Die Lehrperson bereitet verschliessbare Behälter vor, in die sie verschiedene Dinge einfüllt, die stark riechen und für die Kinder erkennbar sind. Bevor der Lernort betreten wird, dürfen die Kinder an den Behältern riechen und versuchen, zu erraten, was sich in den Behältern befindet. Anstelle von Gerüchen kann die Lehrperson auch Rätsel stellen, die mit der heutigen Aktivität zu tun haben oder zu einem Thema, das bereits im Unterricht behandelt wurde.

Stein des Tages

Bevor der Lernort betreten wird, wird ein Stein reihum im Kreis herumgegeben. Das Kind, das den Stein in der Hand hält, darf erzählen, was es sich vom heutigen Tag wünscht. Danach wird der Stein weitergegeben, bis jedes Kind seinen Wunsch erzählen durfte. Am Ende des Tages wird der Stein erneut herumgegeben und die Kinder dürfen erzählen, was sie heute gelernt haben, was ihnen besonders gefallen und ob sich ihr Wunsch erfüllt hat. **Hinweis:** Kann auch beim Waldsofa oder an anderen Lernorten durchgeführt werden.



Rituale für Feste

Geburtstage der Jahreszeiten

Bei jedem Jahreszeitenwechsel wird der «Geburtstag» der Jahreszeit gefeiert. Dazu eignen sich folgende Aktivitäten.

Frühlingsbeginn:

Natur-Bingo: Um die Farbenpracht des Frühlings hautnah zu erleben, wird Natur-Bingo gespielt. Dazu erhält jedes Kind eine Eierschachtel mit verschiedenen Bildern von Naturgegenständen. Das Kind, das zuerst alle Naturgegenstände findet, gewinnt das Bingo. Die Bastelanleitung für das Natur-Bingo finden Sie [hier](#).

Alternative: Die Bilder können auch als Karten verteilt werden und die Kinder sammeln die Gegenstände in einem kleinen Behälter.

Sommerbeginn:

Sommerbeginn: Um den Sommer zu begrüßen, wird ein Barfussparcours gestaltet. Dazu sammeln die Kinder verschiedene Materialien, zum Beispiel Steine, Laub und kleine Äste. Die Materialien werden zu einem Parcours zusammengelegt. Anschliessend ziehen sich die Kinder die Schuhe und Socken aus und begehen den Parcours. Während des Parcours achten die Kinder auf die Empfindungen unter ihren Füßen. Anschliessend wird besprochen, welche Materialien angenehm waren, welche nicht und was die Kinder sonst noch empfunden haben.

Herbstbeginn: Die Lehrperson erzählt die Geschichte «Der Geburtstag des Herbstes» von Sarah Wauquiez aus «Les enfants des Bois» (2014). Die Geschichte finden Sie im Anhang.

Winterbeginn:

Bei Schnee: Die Kinder bauen Schneemänner.

Ohne Schnee: Es wird gemeinsam ein Feuer gemacht und beim Znüni Wintertee getrunken.

Schneemannfangis spielen: Beim Schneemannfangis gibt es Schneemänner, Fänger:innen (Sonnen) und Retter:innen (Winterzwerge). Es werden 2–3 Sonnen bestimmt. Diese sind die Fänger:innen. Sie versuchen, die Schneemänner zu schmelzen. Wenn sie einen Schneemann mit ihrem gelben Chiffontuch berühren, müssen die Schneemänner stehenbleiben und schmelzen. Daneben gibt es 2–3 Winterzwerge. Die Winterzwerge retten die schmelzenden Schneemänner. Wenn sie die Schneemänner mit ihrem blauen Chiffontuch berühren, stoppt das Schmelzen und die Schneemänner dürfen wieder mitspielen.

Geburtstage der Kinder

Statt das Geburtstagsritual drinnen im Zimmer durchzuführen, ist das Waldsofa oder ein anderer Lernort im Freien ein besonderer Ort, um Geburtstage zu feiern. Im Wald gestalten die Kinder Sandkuchen und Matschtorten. Eine schöne Inspiration bietet das Buch [«Matsch!» von John Cage und Lois Long](#). Auch Land Art eignet sich hervorragend, um Geburtstagsrituale zu bereichern. Bei der Land Art wird die Natur oder Landschaft selbst als Material und Ort des Kunstwerks genutzt. Die Kinder gestalten zum Beispiel an jedem Geburtstag ein neues gemeinsames Bild und wünschen dem Geburtstagskind mit ihrem Beitrag etwas Persönliches. Oder jedes Kind gestaltet ein eigenes kleines Kunstwerk für das Geburtstagskind. Die Kunstwerke werden dann gemeinsam betrachtet.

Weihnachten

Auch für Weihnachtsrituale bieten das Waldsofa oder andere Lernorte im Freien einen schönen Ort. Die Klasse schmückt zum Beispiel gemeinsam einen Baum weihnachtlich. Die Dekorationen für den Baum werden mit Naturmaterialien selbst gebastelt. [Hier](#) finden Sie verschiedene Bastelideen für die Weihnachtszeit. Im Wald oder an einem anderen Lernort im Freien kocht die Lehrperson mit der Klasse gemeinsam über dem Feuer Weihnachtstee oder gestaltet einen Adventskalender mit verschiedenen Waldaktivitäten.



Weitere Rituale

Folgende Rituale können zum Beispiel beim Waldsofa oder an anderen Lernorten im Freien eingesetzt werden. Es ist hilfreich, wenn diese Rituale für mindestens ein Quartal gleichbleiben, sodass sich die Kinder auf die anschliessenden Inhalte konzentrieren können.²

Wie fühle ich mich heute?

Die Lehrperson legt Bilder von verschiedenen Tieren in die Kreismitte. Jedes Kind erhält eine Wäscheklammer mit seinem Namen. Die Kinder dürfen ihre Wäscheklammer an das Tier klemmen, das ihre momentane Stimmung widerspiegelt.

Sprechstock

Während einer geführten Kreissequenz/Kreisaktivität darf jeweils das Kind sprechen, das den Sprechstock in der Hand hält. Ähnlich wie beim «Stein des Tages» wird der Sprechstock reihum weitergegeben. Jedes Kind darf die von der Lehrperson gestellte Frage beantworten. Wer nicht sprechen möchte, gibt den Stock an das nächste Kind weiter.

Eine Geschichte erzählen

Die Geschichte markiert den Beginn der Aktivitäten, die in der Regel mit dem Thema des Tages zusammenhängen. Dieser Moment des Zuhörens ermöglicht es den Schüler:innen, ihre Sinne zu wecken, sich aber auch zu konzentrieren. Wenn es kalt ist, kann man die Geschichte durch Gesten und Bewegungen beleben: eine Figur pantomimisch darstellen, in die Hände klatschen, aufstehen ... Auch die Kinder können Bewegungen vorschlagen.

Mein Lieblingsplatz

Die Kinder suchen sich einen Ort, an dem sie sich wohlfühlen. Bei jedem Ausflug verbringen sie dort Zeit. Wenn sie möchten, können sie andere Personen an ihren Lieblingsort einladen.

Naturtagebuch

Ergänzend zum Lieblingsplatz eignet sich ein Naturtagebuch. Jedes Kind erhält ein Waldheft. Darin werden verschiedene Waldaktivitäten festgehalten. Durch Zeichnungen in jeder Jahreszeit beobachten die Kinder zum Beispiel, wie sich der Wald verändert. Dazu zeichnen sie ihren Lieblingsplatz. **Hier** finden Sie weitere Ideen für Einträge in ein Naturtagebuch.

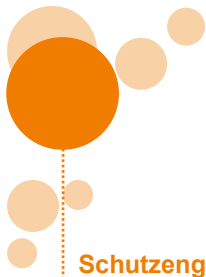
Instrumente, Geräusche und Gesten

Um die Kinder zu versammeln, ihre Aufmerksamkeit zu erhalten oder das Ende einer Aktivität zu signalisieren, eignen sich Instrumente, Geräusche oder Gesten: zum Beispiel eine Flöte, ein Regenstab oder ein Klatschmuster.

Figur

Die Lehrperson erfindet eine Figur, die das ganze Jahr über als roter Faden dient. Die Figur kann zum Beispiel Briefe, Spuren oder Hinweise auf ihr Vorbeikommen und ihre Anwesenheit hinterlassen. Sie kann «real» oder frei erfunden sein. Für die Kleinsten eignen sich zum Beispiel Feen und Elfen. Die Lehrperson kann auch Plüschtiere verwenden, die die Klasse in den Wald begleiten. Zum Beispiel Roger, der Igel (der im Winter nicht kommt, weil er schläft), und das Eichhörnchen Nussknacker. Diese Plüschtiere erleben Abenteuer oder werden mit Problemen konfrontiert. Die Kinder finden Lösungen, um ihnen zu helfen. Die Figur kann als roter Faden eines oder mehrerer Ausflüge genutzt werden. Wenn ein Kind traurig ist oder sich nicht wohl fühlt, kann das Plüschtier auch ein Mittel zum Trösten sein.

² <https://draussenunterrichten.ch/angebot/klassenfuehrung-draussen/>



Schutzengel

Jeweils ein Kind hat die Rolle des Schutzengels. Die Aufgabe des Schutzengels ist es, über das Wohlergehen der anderen Kinder zu wachen und sie zu «beschützen». Bei jedem Ausflug wird die Rolle einem anderen Kind zugeteilt.

Zeiten für Freispiel

Die Lehrperson plant Zeit für Freispiel ein und legt dazu Regeln fest. Um das Ende des Freispiels zu signalisieren, helfen zum Beispiel Instrumente, Geräusche oder Gesten.

Rituale, um auch im Klassenzimmer mit dem Ausflugsort in Verbindung zu bleiben

Briefkasten: Die Lehrperson stellt einen Briefkasten im Klassenzimmer auf. Dieser kann ganz einfach aus einem alten Karton selbstgebastelt werden. Die Kinder schicken dem Wald oder dem Lernort im Freien Briefe oder kleine Geschenke.

Tagebuch: Die Lehrperson legt ein Tagebuch an einem frei zugänglichen Ort im Klassenzimmer hin. Die Kinder können das Tagebuch jederzeit zur Hand nehmen und dem Wald oder dem Lernort im Freien etwas schreiben.



Anhang

Geschichte «Der Geburtstag des Herbstes» von Sarah Wauquiez aus «Les enfants des Bois» (2014)



Der Geburtstag des Herbstes

Jedes Jahr feiert der Herbst seinen Geburtstag! Wie alt er wohl jetzt ist? Wir wissen es nicht mehr genau ... Es ist schon so viele Jahre her, seit er zur Welt kam. Da er nun schon gross ist, bereitet der Herbst seine Geburtstagsfeier ganz allein vor. Wisst ihr, wie er das macht?

Er steht morgens sehr früh auf und besucht alle Bäume und Sträucher, die reife Früchte und Nüsse tragen. So kann der Herbst die Arbeit seiner jüngeren Geschwister, Frühling und Sommer, begutachten: Haben die Bienen fleissig gearbeitet? Hat die Sonne genug Zucker in die Früchte gezaubert? Und hat der Wind die Nüsse schön knackig gemacht?

Zuerst besucht der Herbst den Apfelbaum. Er klopft sanft und leise an seinen Stamm: «Apfelbaum, Apfelbaum, lass deine Früchte fallen, ich würde gerne einen Apfel probieren!» «Oh ja, sicher!», antwortet der Apfelbaum freundlich. «Komm näher und nimm diese schönen, süssen Äpfel, die ich für dich gereift habe.» Der Herbst pflückt einige Äpfel, bedankt sich höflich und wandert weiter zum Pflaumenbaum.

Er klopft wieder leise an den Stamm: «Pflaumenbaum, Pflaumenbaum, lass deine Früchte fallen, ich würde gerne eine probieren!» Aber der Pflaumenbaum ist schon alt und ein bisschen steif. Er kann sich nicht mehr so gut bücken. «Kitzle mich an meinen Füssen!», bittet der alte Baum den Herbst lachend. Der Herbst kitzelt den Baumstamm ganz sanft, und vor lauter Kichern lässt der Baum einige prächtige, süsse Pflaumen fallen. Der Herbst sammelt sie auf, legt sie in seinen Obstkorb und zieht weiter zur Rebe am Dorfrand.

«Rebe, Rebe, gibst du mir ein paar Trauben? Ich würde so gerne eine probieren!» «Aber natürlich, mein Lieber, bediene dich!», ruft die Rebe. Der Herbst pflückt ein paar Trauben, kostet die süssen Beeren, bedankt sich und wandert weiter Richtung Wald.

Als er sich dem Walnussbaum nähert, wundert er sich. Sein Freund ist heute so still. «Walnussbaum, Walnussbaum, schläfst du noch?», fragt der Herbst und streichelt die



Rinde sanft mit seinem Stock. Doch der Baum antwortet nicht. Der Herbst stellt seinen Korb ab und klettert geschickt auf die dicken Äste hinauf. Er pflückt eine Walnuss, öffnet sie vorsichtig und flüstert erstaunt: «Oh, der kleine Walnussmann schläft ja noch!»

Die Lehrperson kann an dieser Stelle eine Walnuss öffnen, in der ein kleiner, aus einer Nuss geformter Mann schläft.

«Frühling und Sommer haben wohl vergessen, die Nussmännchen zu wecken!», murmelt der Herbst. «Das müssen wir ändern.» Er nimmt seinen Zauberstab und schliesst die schlafende Nuss wieder. «Ich verwandle diesen kleinen Mann nun in eine richtige Nuss!»

Die Lehrperson schliesst die Nuss und zaubert mit dem Zauberstab. Sie führt die Nuss dreimal um ihren Körper (oder macht eine magische Bewegung) und tauscht dabei geschickt das Nussmännchen gegen eine echte, essbare Nuss aus. Die Nuss wird geöffnet.

«Der Zauber hat funktioniert! Aus dem kleinen Mann ist eine echte Nuss geworden.» Der Herbst vollbrachte diesen Zauber bei allen Nüssen des Baumes. Am Abend organisierte er ein riesiges Fest im Wald! Alle Bäume und Sträucher schenken ihre besten Früchte her. Alle Waldbewohner und auch die Kinder feierten gemeinsam und genossen die köstlichen Gaben. Danke, lieber Herbst, und alles Gute zum Geburtstag!

Die Geschichte endet mit einer gemeinsamen Verkostung der Früchte und Nüsse, die der Herbst zu seiner Geburtstagsfeier mitgebracht hat.



Unser Ziel

Gemeinsam schützen wir die Umwelt und gestalten eine lebenswerte Zukunft für nachkommende Generationen.

WWF Schweiz

Hohlstrasse 110
Postfach
8010 Zürich

Tel.: +41 (0) 44 297 21 21
wwf.ch/kontakt

WWF Schweiz

Hohlstrasse 110