



Tipp 9 Das Deutsche Wanderabzeichen

Sie gehen regelmäßig mit der Kita wandern? Dann haben Sie sich eine Auszeichnung verdient! Das Deutsche Wanderabzeichen gibt es für Kinder wie für Erwachsene. Die Anforderungen für Kinder sind innerhalb eines Jahres gut zu erreichen. So benötigen Kinder (bis 12 Jahre) für das begehrte Abzeichen zehn Wanderungen. Für Kitas gilt dabei das Schuljahr anstelle des Kalenderjahrs. Es zählen alle Wanderungen, die mit dem Wanderverein, der Kita oder auch der Schule durchgeführt werden, wenn sie von einem DWV-Mitgliedsverein oder in Kooperation mit einem DWV-Mitgliedsverein angeboten werden. Im Wander-Fitness-Pass werden die Wanderungen dokumentiert. Wurden alle Anforderungen erfüllt, werden die Teilnehmer*innen mit dem Deutschen Wanderabzeichen ausgezeichnet.



Deutscher Wanderverband

Der Deutsche Wanderverband (DWV) ist seit fast 140 Jahren der Fachverband für Wandern, Wege, Naturschutz und Kultur in Deutschland. Als Dachverband von rund 70 landesweiten und regionalen Gebirgs- und Wandervereinen mit rund 600.000 Mitgliedern hat der DWV wichtige Initiativen wie das Kita-, Schul- und Gesundheitswandern, die Ausbildung von DWV-Wanderführern® oder die Qualitätsinitiative „Wanderbares Deutschland“ ins Leben gerufen. Als anerkannter Naturschutzverband hat der DWV zudem eine wichtige Funktion im Dialog von Naturnutzern und -schützern.

www.wanderverband.de



Als familienfreundliche Krankenkasse liegt der BKK Pfalz das Wohl der ganzen Familie am Herzen. Deshalb bietet sie viele Extraleistungen für Groß und Klein. Mit der Initiative Wanderfit will die BKK Pfalz Kinder und Erwachsene fürs Wandern begeistern und unterstützt das Projekt „Let's go – Familien, Kids und Kitas“ tatkräftig.

www.wanderfit.de

www.bkkpfalz.de

Tipp 10 Qualitätswege Wanderbares Deutschland entdecken

Besonders schöne und abwechslungsreiche Wanderwege werden vom Deutschen Wanderverband als „Qualitätswege Wanderbares Deutschland“ ausgezeichnet. In unterschiedlichen Kategorien werden dabei neben langen auch kurze Wege prämiert, z.B. in den Kategorien „Familienspaß“ und „Naturvergnügen“. Das Prädikat „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“ steht für ausgesuchte Wege und besonders lohnende Strecken.

www.wanderbares-deutschland.de

Weitere Informationen zu „Let's go – Familien, Kids und Kitas“ und Ideen zum Wandern mit Kitas und Familien finden Sie unter www.familien-wandern.de



„Let's go – Familien, Kids und Kitas“ ist Teil von „IN FORM - Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ und ausgezeichnetes Projekt der „UN-Dekade Biologische Vielfalt“.

10 Tipps für Kita-Wanderungen



Gemeinsam raus – Bewegen – Entdecken





10 Tipps für Kita-Wanderungen

Wandern mit der Kita? Na klar! Gemeinsam raus – Bewegen – Entdecken gefällt jedem Kind. Der Deutsche Wanderverband (DWV) ist mit der Initiative „Let’s go – Familien, Kids und Kitas“ Ansprechpartner für alle Fragen rund ums Wandern mit Kitas und Familien. Für gelingende Kita-Wanderungen haben wir die folgenden Tipps für Sie zusammengestellt. Viel Spaß beim Wandern!

Tipp 1 Easy going

Machen Sie es sich einfach. Planen Sie für die erste Kita-Wanderung gut 2 Stunden ein. Eine Strecke von 3-4 km ist ein guter Anfang.

Mit Wanderungen tun Sie sich und den Kindern etwas Gutes. Wandern ist Gesundheitsförderung für Kinder wie für Erwachsene. Es verbindet Naturerlebnis, Bewegungsförderung und Entspannung.

Wandern macht Spaß!

Tipp 2 Abwechslungsreiche Wege

Kinder lieben abwechslungsreiche Wege und Pfade. Wald, Wiese, bergauf, bergab, Blätter, Pfützen... Ein Wanderweg, der zum Spielen einlädt, macht die Kita-Wanderung zum Erlebnis. Passen Sie die Weglänge an das Alter der Kinder an und planen Sie genügend Zeit ein, damit unterwegs gespielt und entdeckt werden kann. Machen Sie möglichst eine Vorwanderung.

Übrigens: Es muss nicht jedes Mal eine andere Strecke sein. Abwechslung entsteht beim Wandern auch durch den Wechsel der Jahreszeiten, das Wetter und spontane Entdeckungen am Wegesrand.

Tipp 3 Passende Ausrüstung

Das Schöne am Wandern: Man braucht keine teure Spezialausrüstung. Das Wichtigste sind feste, gut passende Schuhe. Nicht geeignet sind Sandalen oder Gummistiefel – damit wird Wandern anstrengend! Die restliche Kleidung sollte bequem sein, dem Wetter entsprechen und Matsch vertragen können. Wechselkleidung ist bei längeren Wanderungen, bei Regen oder Besuchen von beispielbaren Gewässern sinnvoll.

Ein Wanderrucksack gehört einfach dazu. Bereits kleine Kinder können und wollen schon etwas tragen: Die Trinkflasche, die auf jede Wanderung mit muss, den Apfel und das Butterbrot. Vielleicht ist auch noch Platz für ein kleines Fernglas oder die Becherlupe.

Tipp 4 Vor der Tür starten

Direkt vor der Haustür gibt es meist schon so viel zu entdecken, dass eine Anfahrt gar nicht nötig ist. Soll die Wanderung doch einmal weiter weg starten, sollten zum Schutz der Umwelt Busse und Bahnen genutzt werden.

Bedenken Sie: Wer vor der Haustür startet, hat mehr Zeit zum Wandern.

Tipp 5 Picknick einplanen

Ein Picknick ist immer der Hit. Denn Bewegung macht hungrig und draußen schmeckt es gleich doppelt so gut. Also: Brotdosen packen, Obst und Gemüse im Rucksack verstauen und die Wasserflaschen nicht vergessen. Eine Picknickdecke sorgt für eine gemütliche Pause unter freiem Himmel. Einfach mal nach hinten fallen lassen und in die Wolken schauen!

Tipp 6 Familien einbeziehen

Nachhaltige Bewegungsförderung bezieht die ganze Familie ein. Kinder lassen sich schnell vom Wandern begeistern. Mit Familienwanderungen erreichen Sie die ganze Familie.

Gemeinsam raus – Bewegen – Entdecken

Kinder, Eltern und Erzieher*innen machen sich gemeinsam auf den Weg. Die Kinder als Wanderprofis zeigen ihren Eltern und Geschwistern, was es unterwegs alles zu entdecken gibt. Zum Abschluss gibt es ein großes Picknick, zu dem jeder etwas beiträgt. Eine Familienwanderung bietet die Gelegenheit, unkompliziert mit Eltern ins Gespräch zu kommen. Auch untereinander lernen sich die Eltern besser kennen.

Tipp 7 Gute Begleitung

Die Experten für Wanderungen finden sich in den Wandervereinen. Zertifizierte DWV-Wanderführer*innen® und die Wanderexperten aus den DWV-Mitgliedsvereinen sind die ideale Begleitung für gelungene Kita-Wanderungen. Suchen Sie den Kontakt zu einem Wanderverein vor Ort. Hier finden Sie Menschen, die ihr Wanderwissen gerne weitergeben.

Tipp 8 Fortbildungen nutzen

Sie suchen nach guten Ideen für gelungene Wanderungen? Sie wollen mehr zur Wanderplanung, zu Orientierung, Wanderleitung und geeigneten Spielen für Kita-Wanderungen lernen? Dann nutzen Sie die Fortbildungsmöglichkeiten beim Deutschen Wanderverband. Weitere Infos erhalten Sie bei unserer Fachreferentin Familie Anne-Christine Elsner unter c.elsner@wanderverband.de

**Wir kommen auch gerne zu Ihnen!
Sprechen Sie uns einfach an.**