



Der Herbst hat viele schöne Facetten: Der frische Wind lockt, die Drachen steigen zu lassen und bunte Wälder laden zu einem ausgiebigen Spaziergang ein. Mit Kastanien, Eicheln und Blättern können Sie mit Ihren Tagesgästen fantasievolle Bastelarbeiten erstellen.

Hoch hinaus!



CHECKLISTE

- 📌 **Schwerpunkte:**
Sinnesaktivierung und Förderung der kognitiven Fähigkeit
- 📌 **Angebotstyp:**
Themenorientierte Rundumaktivierung
- 📌 **Stufe:** mittel
- 📌 **Gruppenangebot:** ja
- 📌 **Einzelbetreuung:** ja
- 📌 **Geeignet für:** jeden
(keine Einschränkungen)
- 📌 **Dauer:** bis 60 Minuten
- 📌 **Materialien:** keine

Einstieg (optischer Reiz): In der Mitte des Stuhlkreises können sich folgende Gegenstände befinden: bunte Chiffontücher, Drachen, Drachenschnur, ausgesägte Drachen aus Holz, Herbstfrüchte.

Hinführung zum Thema

1. Was fällt Ihnen zum Thema „Drachen“ ein?

- Herbst
- Wind
- Drachen flattern im Wind
- Drachenschnur summt im Wind
- basteln
- abgemähte Wiesen
- abgeerntete Felder
- Herbstzeitlose
- Eltern lassen gemeinsam mit ihren Kindern Drachen steigen
- Kinderlachen
- Hundegebell

2. Aus welchen Materialien haben Sie früher Drachen gebastelt?

- Pergamentpapier
- leichter Stoff
- Holzstäbe
- Metallstäbe
- Nylonschnur
- Krepppapierschleifen
- Leim

3. Welche Missgeschicke sind Ihnen beim Drachensteigen passiert?

- Der Drachen konnte nicht hochsteigen, weil er zu schwer war.
- Die Drachenschnur ist gerissen.
- Der Drachen ist davon geflogen.
- Zwei oder mehrere Drachen haben sich mit der Schnur verfangen.
- Der Drachen ist in fremde Gärten geflogen (Ärger).
- Der Drachen hing an einem Hausdach fest.
- Der Drachen hatte sich in Baumkronen verfangen.

4. Kennen Sie Sprichwörter zum Thema Drachen?

- Das ist ein ...alter Drachen.
- Da benötige ich ein gutes ... „Drachenfutter“.



MEHR ZUM THEMA

Weitere Aktivierungsangebote finden Sie in der Ideendatenbank des Portals aktivieren-plus.de

Drachen steigen lassen macht in jedem Alter Spaß.



Fotos: AdobeStock_Halfpoint/AdobeStock_supergrey/AdobeStock_Jürgen Fläche



- Nicht alle ...Drachen speien Feuer.
- Je länger die Schnur, ... desto höher fliegt der Drachen.

5. Zum Drachensteigen braucht man schönes Wetter. Oft regnet es im Herbst. Welche Art von Regen oder Niederschlag haben Sie schon erlebt?

- Nieselregen
- Platzregen
- Dauerregen
- Gewitterregen
- Regenschauer
- wolkenbruchartiger Regen
- Nebel
- Reif
- Tau

- Hagel
- Eisregen
- Schnee

6. Kennen Sie Redewendungen zum Thema „Wind“?

- Die Fahne nach dem ... Wind hängen.
- Wie ein Fähnchen im ... Wind.
- Gegen Windmühlen ... kämpfen.
- Wer Wind säht, ... wird Sturm ernten.
- Sich frischen Wind um ... die Nase wehen lassen.
- Viel Wind um ... nichts.
- Hier weht ein ... scharfer Wind.
- Den Wind aus den ... Segeln nehmen.
- Der hat von der Sache ... Wind bekommen.
- In aller Winde ... zerstreut.

- Vom Winde ... verweht. (Buchtitel, Film)

7. Mit welchen „Fluggeräten“ können wir heute „fliegen“?

- Flugzeug
- Düsenjet
- Motorflugzeug
- Motorsegler
- Segelflieger
- Rakete (zum Mond)
- Hubschrauber
- Gleitschirm
- Fallschirm
- Luftschiff (Zeppelin)
- Heißluftballon (mit dem „fahren“ wir)



Autorin: Maria Metzger, Fachautorin und Dozentin an Altenpflegeschulen für Aktivierung und Stressbewältigung, maria.metzger@web.de

Weitere „Tipps für alle Tage“ zum Thema Herbst stehen für Sie im Download-Bereich von TP zur Verfügung: tp-tagespflege.net/downloads

Körperliche Mobilisation

Dazu passende Aktivitäten
 Drachen aus Tonpapier basteln und aufhängen.
 Einen Herbstspaziergang machen und Kinder beim Drachen steigen lassen zusehen.
 Gemeinsames „Drachenprojekt“ mit einem Kindergarten oder einer Schule organisieren.



Herbstspaziergang

CHECKLISTE

- 🔍 **Schwerpunkte:**
Sinnesaktivierung und Förderung der kognitiven Fähigkeit
- 🔍 **Angebotstyp:**
Themenorientierte Rundumaktivierung
- 🔍 **Stufe:** mittel
- 🔍 **Gruppenangebot:** ja
- 🔍 **Einzelbetreuung:** ja
- 🔍 **Geeignet für:** jeden
(keine Einschränkungen)
- 🔍 **Dauer:** bis 60 Minuten
- 🔍 **Materialien:** keine

Einstieg (optischer Reiz): In der Mitte des Stuhlkreises können sich folgende Gegenstände befinden: bunte Chiffontücher, buntes Herbstlaub, Herbstfrüchte aus der Natur: Kastanien, Eicheln, Hagebutten ... Pilze aus Holz.

Hinführung zum Thema

1. Was fällt Ihnen zum Thema „Herbst“ ein?

- Bunte Blätter
- Herbstzeitlose
- Kartoffelfeuer
- Herbstfrüchte
- Herbststürme
- Weinlese
- kürzere Tage
- längere Nächte
- Tiere bereiten sich auf den Winter vor
- Pilze sammeln

2. Welche „harten Früchte“ fallen jetzt vom Baum oder Strauch?

- Eicheln: von der Eiche,
- Bucheckern: von der Buche,
- Kastanien: von der Kastanie,
- Walnüsse: vom Walnussbaum,
- Haselnüsse: vom Haselnussstrauch

3. Welche essbaren Waldfrüchte (teilweise wachsen sie auch im Sommer) kennen Sie?

- Holunderbeeren
- Felsenbirnen
- Walderdbeeren
- Himbeeren
- Brombeeren
- Heidelbeeren
- Wildkirschen
- Preiselbeeren
- Sanddorn
- Schlehen
- Vogelbeeren (sind für den Menschen nicht giftig)

4. Welche Tiere leben im Wald?

- Rehe
- Hasen
- Hirsche
- Füchse
- Dachse
- Wildschweine

5. Wie bereiten sich die Tiere in der Natur auf den Winter vor?

- Vorratskammer anlegen: Das Eichhörnchen sammelt Nüsse, Tannenzapfen und Samen, um gut über den Winter zu kommen.
- Winterschlaf: Igel legen sich zuerst eine dicke Speckschicht zu und ver-



- Igel
- Waldameisen
- Schnecken
- Kreuzottern
- Ringelnattern
- Regenwürmer
- diverse Käfer
- Mäuse
- Eulen
- Kautz
- Uhu
- Specht

Körperliche Mobilisation Dazu passende Aktivitäten

- Herbstfrüchte (Eicheln, Kastanien, Bucheckern, Hagebutten ...) sammeln und Bastelarbeiten herstellen.
- Bunte Blätter pressen und später Blättercollagen erstellen.
- An einem sonnigen Herbsttag einen „gemütlichen Herbstspaziergang“ unternehmen.

Fotos: AdobeStock...Robert_Kneschke/AdobeStock...supergrey/Andreas_Helminger/Pivello/AdobeStock...Osterland/Fotolia...metka_wanatika



Im Herbst locken buntbesetztes Laub und die wärmenden Sonnenstrahlen raus in die Natur.

9. Welche Gartenarbeiten werden im Herbst vorgenommen?

- Rasen mähen und düngen
- Laub zusammenrechen
- Bäume und Sträucher zurückschneiden
- verblühte Blumen abschneiden
- Garten umgraben
- Blumenzwiebeln für die Frühlingsblumen in die Erde eingraben
- empfindlichen Pflanzen einen „Frostschutz“ umlegen



LESERTIPPS

Haben Sie Ideen, die unsere Leser interessieren könnten? Dann schreiben Sie uns: redaktion@tp-tagespflege.net

kriechen sich dann unter dem Laub (von November - April).

- Flug in den Süden: Viele Singvögel (Störche, Drossel, Schwalben ...) fliegen in großen Gruppen in den sonnigen Süden. Das sind die Zugvögel.
- Standvögel: Das sind die Vogelarten, die nicht in den Süden fliegen (Amsel). Sie ernähren sich von Samen, welche sie an Bäumen und Sträuchern finden oder sammeln sich gern an den von Menschen aufgestellten Futterhäuschen.
- Kältestarre: Fische suchen sich im Wasser eine geschützte Stelle, senken ihre Körpertemperatur ab und „verschlafen“ den Winter.

6. Welche Laubbäume verlieren im Winter ihr Laub?

- Eiche
- Buche

- Ahorn
- Birke
- Esche
- Pappel
- Robinie
- Ulme
- Erle
- Linde
- Weide
- Obstbäume
- Nussbäume
- Ziersträucher wie Flieder, Jasmin ...

7. Welcher Nadelbaum verliert seine Nadeln im Herbst?

- Lärche

8. Kennen Sie Bauernregeln zum Thema Herbst?

- Fällt das Laub recht bald, wird der Herbst nicht alt.
- Hat der Herbst zum Donnern Mut, wird das nächste Jahr wohl gut.
- Ist der Herbst warm und fein, kommt ein scharfer Winter rein.
- Sitzen die Birnen fest am Stiel, bringt der Winter Kälte viel.
- Wenn rau und dick der Hasen Fell, dann sorg für Holz und Kohle schnell.
- Wird das Obst sehr langsam reif, gibt's im Winter statt Eis nur Reif.

- Kübelpflanzen ins Haus zum „Überwintern“ stellen
- Gartengeräte säubern und pflegen
- Gartenmöbel ins Haus bringen
- Vogelhäuschen aufstellen

10. Welche Blumen sind typische Herbstblumen?

- Dahlien
- Astern
- Chrysanthemen
- Herbstanemonen
- Gladiolen
- Erika

Autorin: Autorin: Maria Metzger, Fachautorin und Dozentin an Altenpflege- schulen für Aktivierung und Stressbewältigung, maria.metzger@web.de

Diese vier Seiten „aktiv“ stehen als PDF zum Ausdrucken für Ihr Team immer im Downloadbereich von TP zur Verfügung: tp-tagespflege.net/downloads

