



Frühling 2010

NaturCoach – die sieben Grundmodule

I. Das Wunder der Natur

Wir entdecken die Natur um uns herum

Wie unsere Sinne funktionieren – Reizleitung und Reizüberflutung

Spaziergänge durch Garten, Park, Feld, Wiese, Wald

Naturelemente mit harmonisierender, aufheiternder, beruhigender Wirkung

Natur und Landschaften aktiv erkunden und erleben statt passiv vorgeführt bekommen

Schärfen aller Sinne – Kontakte knüpfen – Gefühle entwickeln – Freude haben

Vom Klang der Natur – Naturgeräusche

Wahrnehmungsübungen wie Barfußlaufen, Kräuterverkostung, Pfad der Stille usw.

Vertrauensübungen

Vertraut machen mit der Natur – Naturentfremdung entgegen wirken

Musische Erlebnisse voller Harmonie

Führen von Gruppen, Begeisterung wecken, Spaß und Freude vermitteln

Das Staunen ist der Anfang der Erkenntnis.

Platon



2. Natur im Takt

Wir erleben die Natur der Jahreszeiten

Wie uns die Natur mitspielt – Wetterfähigkeit, Hitzeaggression und Winterblues

Vom Rhythmus der Natur: Tag-Nacht-Wechsel, Vegetations- und Ruhezeiten

Wachsen und Gedeihen, Reifen und Vergehen

Rituale schaffen Vertrauen, geben Sicherheit

Phänologische Aspekte als Wegweiser und Haltgeber durch die Zeit

Naturverbundenes Brauchtum im Jahreslauf, Märchen und Mythen

Koordinationstraining durch Gärtnern: Säen – Pflanzen – Ernten

Angewandtes Brauchtum; Erzähltechniken, Rhetorik

Planen von Erlebnistagen in verschiedenen Jahreszeiten

Umgang mit Senioren

*Man kann einem Menschen nichts lehren.
Man kann ihm nur helfen, es in sich selbst zu entdecken.
Galileo Galilei*



3. *Natur kreativ*

Wir erfahren Natur spielerisch und künstlerisch

Wie wir unser Gedächtnis trainieren – learning by doing, doing by learning

Kognitive Prozesse

Neuronale Verbindungen schaffen und stabilisieren durch aktives Lernen mit allen Sinnen

Natur kreativ und künstlerisch erleben

Naturverbundene Spieltherapie und Kunsttherapie

Ökologische Kompetenz:

Die Natur gibt dir, gib du der Natur Wir brauchen die Natur, die Natur braucht uns nicht

Kunstwerke aus Fundstücken der Natur, in der Natur, für die Natur

Flow Learning, Sozialverhaltenstraining, Feinmotorisches Training

Naturpädagogische Spiele, Kooperationsspiele, Abenteuerspiele

Spiel- und Bastelmaterialien aus der Natur, Land-Art

Umgang mit Kindern

*Liebe zur Natur ist die einzige Liebe,
die menschliche Hoffnungen nicht enttäuscht.*

Honoré de Balzac



4. Natur erlebt

Wir begegnen der Natur auf unterschiedlichen Pfaden

Bedeutung der Pflanzen- und Tierwelt für den Menschen

Spiritualität der Natur – Übersinnliches und Erdverbundenes

Symbolik, Mutter Erde und Vater Himmel

Naturverbundenes Brauchtum im Jahreslauf, Märchen und Mythen

Kulturlandschaft – Naturlandschaft: verlorene Träume – Suche nach dem Paradies

Spirituelle Erfahrungen – die Natur als Lehrerin

Angewandtes Brauchtum; Erzähltechniken, Rhetorik

Naturmeditation, Mentaltraining

Natur gesammelt – Fundstücke und Suchspiele

*Tiere sind die besten Freunde.
Sie stellen keine Fragen und kritisieren nicht.
Mark Twain*



5. Natürlich gesund

Wir stärken Körper, Geist und Seele in der Natur

Das Wechselspiel zwischen Körper und Psyche – Nervenkostüm und Seelenheil

Urängste und Sehnsüchte verbunden mit der Natur

Grün beruhigt: Die Wirkung von Farben der Natur

Körperliches Wohlbefinden und inneren Halt finden in der Natur

Stärkung des Immunsystems und der Fitness

Natürlich ernähren aus der Natur, mit Wildpflanzen

Entspannungstherapien wie Meditation, Methoden der Entschleunigung, Fantasiereisen

Wildkräuter und Wildgemüse sammeln und zubereiten

Richtiges Verhalten in der Natur / First Aid Outdoor

*In der Natur fühlen wir uns so wohl,
weil sie kein Urteil über uns hat.*

Friedrich Wilhelm Nietzsche



6. Reine Natur

Wir lernen die Natur lieben und respektieren

Die Natur des Menschen – der Mensch in der Natur: Ökologie

Naturgeschichte, Naturforschung, Naturschutz

Die vier Elemente und ihre Rolle in der Natur

Evolution des Lebens, Flora und Fauna, Biodiversität

Aktiver und passiver Naturschutz

Naturexperimente

Boden-Erfahrungen, Wald- und Wiesen-Fühlungen, Wasser-Erkundungen u.a.

Rucksackschule, Umweltbildung, Outdoor-Programme

*Um etwas Großes zu erreichen,
darf man nicht vergessen,
den kleinen Dingen sein Herz zu schenken.
Unbekannt*



7. Prüfung

Zur Erlangung des Zertifikats **NaturCoach**

ist eine Prüfung erfolgreich zu absolvieren, bestehend aus

- a. einem schriftlichen Teil
(Grundlagen Flora und Fauna, Grundzüge einer erlebnisorientierten, therapeutischen Arbeit in der Natur)
- b. einem praktischen Teil
(Naturspaziergang, Naturexperiment, Naturspiel o.ä. für eine Gruppe)
- c. einer Projektarbeit
(Selbstdarstellung der zukünftigen Tätigkeit, Vorführung einer selbst entwickelten Naturerlebnis-Aktion bzw. Hilfsmittel, Konzept für Naturerlebnisse für eine Zielgruppe)