

# 58 Outdoor Ideen für Kinder im Garten – die große Liste

Bist du auf der Suche nach Ideen, wie du deinen Kindern im eigenen Garten eine tolle Zeit bereiten kannst?

Vielleicht möchtest du sie von den Bildschirmen weglocken oder du willst, dass sie einfach mehr Zeit im Freien verbringen?

**Wir alle wissen, wie wichtig es ist, dass Kinder sich an der frischen Luft bewegen und spielen.**

Aber es kann schwierig sein, immer wieder neue Aktivitäten zu finden, die sie begeistern.

Mach dir keine Sorgen, ich habe die perfekte Lösung für dich - eine große Liste mit 58 Outdoor-Ideen für Kinder im Garten.

Egal, ob deine Kinder kleine Entdecker, Künstler oder Abenteurer sind, es ist für jeden etwas dabei.

In diesem Beitrag werde ich einige Ideen mit dir teilen, die deine Kinder stundenlang unterhalten werden. Los geht's!

## Die Große Liste an Outdoor Ideen für deine Kinder im Garten

1. **Hindernisparcours:** Richte im Garten einen Hindernisparcours ein, indem du Reifen, Hütchen, Seile und andere Gegenstände verwendest, die Kinder klettern, springen und durchkrabbeln müssen.
2. **Verstecken spielen:** Verstecken spielen ist ein Klassiker und eine großartige Möglichkeit für Kinder, ihre Fantasie auszuleben. Du kannst das Spiel noch spannender machen, indem du versteckte Schätze hinzufügst, die sie suchen müssen.
3. **Wasserballonschlachten:** Bei warmem Wetter können Kinder sich mit Wasserballonschlachten abkühlen. Einfach Wasser in Ballons füllen und los geht's!
4. **Malen im Freien:** Stelle Leinwände, Farben und Pinsel zur Verfügung und lass Kinder im Freien malen. Sie können die Natur um sie herum als Inspiration nutzen.
5. **Gartenarbeit:** Kinder können in der Gartenarbeit mithelfen, indem sie Blumen pflanzen oder Gemüse anbauen. Das ist nicht nur lehrreich, sondern auch eine großartige Möglichkeit, Zeit im Freien zu verbringen.
6. **Picknick im Garten:** Richte eine Picknickdecke aus und lade Kinder ein, draußen zu essen. Du kannst ihnen auch beibringen, wie man [Sandwiches](#) und andere einfache Mahlzeiten zubereitet.
7. **Seifenblasen machen:** Kinder lieben Seifenblasen! Du kannst Seifenblasenlösung und Stäbe kaufen oder deine eigene Seifenblasenlösung herstellen.
8. **Tiere beobachten:** Wenn es im Garten viele Vögel, Schmetterlinge oder andere Tiere gibt, können Kinder sie beobachten und mehr über sie lernen.
9. **Spielen im Sandkasten:** Ein Sandkasten im Garten ist ein großartiger Ort für Kinder zum Spielen. Du kannst Sandspielzeug hinzufügen, damit sie Sandburgen bauen und kreativ sein können.
10. **Kunstwerke aus Naturmaterialien erstellen:** Lass Kinder Blätter, Stöcke und Steine sammeln und daraus Kunstwerke erstellen. Das kann von Skulpturen bis zu Collagen reichen.
11. **Eine Schatzsuche organisieren:** Verstecke Gegenstände im Garten und erstelle eine Schatzkarte,

- die Kinder nutzen können, um die versteckten Schätze zu finden.
12. **Ein Lagerfeuer machen:** Wenn es sicher und erlaubt ist, kannst du ein kleines Lagerfeuer im Garten machen, an dem Kinder Marshmallows rösten und Geschichten erzählen können.
  13. **Ein Mini-Olympiade veranstalten:** Richte einen Parcours ein, in dem Kinder verschiedene Herausforderungen absolvieren können, wie z.B. Springen über Hütchen, Slalom laufen und eine Hürde überwinden.
  14. **Eine Pflanzenjagd organisieren:** Schreibe Namen von verschiedenen Pflanzen auf Kärtchen und verstecke sie im Garten. Kinder müssen dann die Kärtchen finden und die passenden Pflanzen identifizieren.
  15. **Eine Hütte bauen:** Mit ein paar Stöcken und Decken können Kinder eine Hütte bauen, in der sie sich verstecken oder spielen können.
  16. **Mit Wasser spielen:** Kinder können mit Wasser in verschiedenen Formen spielen, wie mit einem Wassersprinkler, einem Planschbecken oder einem Wasserstrahl aus dem Gartenschlauch.
  17. **Yoga im Freien:** Mache eine Yogasession im Freien, um Kindern zu helfen, sich zu entspannen und ihre Körperhaltung zu verbessern.
  18. **Mit Tieren im Garten spielen:** Wenn es sicher ist, können Kinder mit einem freundlichen Hund oder einer Katze im Garten spielen.
  19. **Ein Kino im Freien aufbauen:** Hänge eine Leinwand auf und projiziere Filme oder Videos für Kinder, während sie auf Decken oder Stühlen sitzen.
  20. **Eine kleine Gartenparty veranstalten:** Lade ein paar Kinder ein und veranstalte eine kleine Gartenparty mit Musik, Essen und Spielen.
  21. **Ein DIY Vogelhaus bauen:** Baue mit Kindern ein Vogelhaus, das sie im Garten aufhängen können.
  22. **Ein Nestschaukel aufhängen:** Eine Nestschaukel ist eine tolle Ergänzung für den Garten, auf der Kinder stundenlang schaukeln können.
  23. **Mit Farben experimentieren:** Gib Kindern Farben und Leinwände oder Papier, damit sie im Freien kreativ werden und mit Farben experimentieren können.
  24. **Insektenhotel bauen:** Baue ein Insektenhotel, um Kindern die Bedeutung von Insekten und ihre Rolle in der Natur zu erklären.
  25. **Mit Wasserfarben malen:** Lass Kinder mit Wasserfarben auf Steinen oder auf dem Gehweg im Garten malen.
  26. **Ein Minigolf-Set aufbauen:** Baue ein einfaches Minigolf-Set mit PVC-Rohren, Bällen und Schlägern und lass Kinder im Garten spielen.
  27. **Eine Foto-Schnitzeljagd organisieren:** Erstelle eine Liste mit Gegenständen und Situationen im Garten, die Kinder fotografieren sollen, und lass sie die Liste absolvieren.
  28. **Eine Tierbeobachtung durchführen:** Mit einem Fernglas oder einer Lupe können Kinder im Garten verschiedene Tiere beobachten und mehr über sie erfahren.
  29. **Eine Seifenkiste bauen:** Baue mit Kindern eine Seifenkiste, die sie dann im Garten fahren können.
  30. **Eine Blumenkette machen:** Kinder können Blumen im Garten sammeln und daraus eine schöne Blumenkette machen.
  31. **Einen Kürbis schnitzen:** Wenn es Herbst ist, können Kinder im Garten Kürbisse schnitzen.
  32. **Mit einem Fernrohr Sterne beobachten:** Wenn es nachts klar ist, können Kinder im Garten Sterne beobachten und durch ein Fernrohr sehen.
  33. **Eine Strohalm-Rakete bauen:** Kinder können mit Strohhalmen und Papier eine Rakete bauen und sie dann im Garten starten.
  34. **Eine Murelbahn bauen:** Kinder können eine Murelbahn aus Rohren und anderen Gegenständen bauen, um Mureln im Garten zu rollen.
  35. **Ein Outdoor-Lager im Garten aufbauen:** Kinder können ein kleines Camp im Garten aufbauen und darin spielen oder sogar übernachten.

36. **Eine Wasserschlacht veranstalten:** An heißen Tagen können Kinder im Garten eine Wasserschlacht veranstalten.
37. **Eine Stein-Sammlung machen:** Kinder können im Garten nach Steinen suchen und sie dann sammeln und sortieren.
38. **Einen Obstsalat machen:** Kinder können im Garten Obst sammeln und daraus einen leckeren Obstsalat machen.
39. **Eine Blumenpresse machen:** Kinder können im Garten Blumen sammeln und diese dann in einer selbstgemachten Blumenpresse trocknen.
40. **Eine Schatzsuche veranstalten:** Verstecke im Garten kleine Schätze und lass die Kinder diese suchen.
41. **Eine Gemüsegarten anlegen:** Kinder können im Garten ein kleines Gemüsebeet anlegen und sich um die Pflanzen kümmern.
42. **Ein Baumhaus bauen:** Wenn es einen geeigneten Baum im Garten gibt, können Kinder ein Baumhaus bauen und darin spielen.
43. **Eine Höhle bauen:** Lass Kinder im Garten aus Ästen, Blättern und anderen Naturmaterialien eine Höhle bauen.
44. **Eine Vogelbeobachtung durchführen:** Kinder können im Garten Vögel beobachten und diese dann in einem Vogelbuch oder auf einem Plakat zeichnen.
45. **Eine Schmetterlingsbeobachtung durchführen:** Wenn es Schmetterlinge im Garten gibt, können Kinder diese beobachten und mehr über sie lernen.
46. **Ein Farben-Memory-Spiel machen:** Male verschiedene Farben auf Steine oder Karten und spiele mit den Kindern ein Farben-Memory-Spiel im Garten.
47. **Ein Barfußpfad anlegen:** Lasse die Kinder im Garten Barfuß laufen und lege dazu verschiedene Materialien wie Sand, Kieselsteine, Holzscheite und Moos aus.
48. **Ein Outdoor-Theater aufführen:** Kinder können im Garten ein Theaterstück aufführen und dazu eine Bühne und Kostüme gestalten.
49. **Eine Gartendusche bauen:** An heißen Tagen können Kinder im Garten eine erfrischende Gartendusche bauen und sich abkühlen.
50. **Ein Outdoor-Quiz veranstalten:** Stelle den Kindern Fragen zu Themen wie Natur, Tiere oder Pflanzen und veranstalte ein spannendes Outdoor-Quiz.
51. **Eine Vogelscheuche bauen:** Lasse die Kinder im Garten eine Vogelscheuche bauen, um Vögel vom Gemüsebeet fernzuhalten.
52. **Ein Gartenmöbel aus Paletten bauen:** Mit Paletten können Kinder im Garten kreativ werden und ihre eigenen Gartenmöbel bauen.
53. **Eine Blumenwiese anlegen:** Kinder können im Garten eine Blumenwiese anlegen, indem sie Samen säen und sich dann um die Pflanzen kümmern.
54. **Ein Outdoor-Kino veranstalten:** Mach im Garten ein Outdoor-Kino und lade Freunde und Familie ein, gemeinsam einen Film unter freiem Himmel zu schauen.
55. **Eine Blumenkrone machen:** Lasse die Kinder im Garten aus frischen Blumen eine Blumenkrone machen und sich damit schmücken.
56. **Ein Wasserspielplatz einrichten:** Richte im Garten einen Wasserspielplatz ein und lass die Kinder mit Wasserspielen und Wasserspielzeug spielen.
57. **Ein Outdoor-Experiment durchführen:** Lass die Kinder im Garten ein einfaches wissenschaftliches Experiment durchführen, z.B. wie Pflanzen wachsen oder wie man Seife herstellt.
58. **Ein Naturmandala gestalten:** Lasse die Kinder im Garten aus Naturmaterialien wie Blättern, Blumen und Steinen ein Naturmandala gestalten.



Lies auch

[Die 5 besten Schnitzmesser für Kinder - und warum ich keine Opinel-Messer empfehle + Schnitzratgeber für Eltern](#) – Erfahre vom Wildnispädagogen und Wildnis-Mentor, welche Messer am besten für Kinder zum Schnitzen geeignet sind. Sind Opinel Kindermesser wirklich gut?

## **Warum der Garten (Draußenzeit) für die Gesundheit von Kindern so wichtig ist**

Ich kann mich noch gut an den Garten meiner Großeltern erinnern. Dort habe ich am liebsten ein Feuerchen gemacht. Mein Opa fand das zwar nicht so toll, aber meine Oma hat mich dabei unterstützt.

Aber ich habe auch Häuschen gebaut, kleine Dörfer und mit vielen Naturmaterialien gespielt. Meine Großeltern hatten immer gute Impulse.





Hier baue ich einen kleinen Unterstand im Garten meiner Großeltern

Und hast Du Dich schon mal gefragt, warum es so wichtig ist, dass Kinder Zeit im Garten verbringen?

Ich habe mich damit beschäftigt und ich muss sagen, es gibt viele stichhaltige Gründe.

Erstens ist der Garten ein großartiger Ort für körperliche Aktivitäten. Wenn die Kids im Garten toben, herumrennen und ballspielen, **stärken sie ihre Muskeln und Knochen** und bleiben fit und gesund.

Außerdem ist der Garten eine wunderbare **Quelle für Vitamin D**, das unsere Körper brauchen, um zu wachsen und sich zu entwickeln.

Aber es geht nicht nur um körperliche Gesundheit, der Garten kann auch dazu beitragen, dass Kinder **Verantwortung übernehmen** und **Selbstvertrauen aufbauen**. Wenn sie beim Gärtnern mithelfen, [Pflanzen einsetzen und ernten](#), fühlen sie sich wichtig und lernen, dass ihre Arbeit wertvoll ist.





Und hey, es gibt nichts Besseres als die Freude auf den Gesichtern der Kinder zu sehen, wenn sie im Garten spielen und Spaß haben.

Ich denke, dass der Garten ein Ort ist, an dem Kinder ihre Fantasie ausleben und ihre Kreativität entfalten können. Sie können ihre eigenen Projekte durchführen und das Beste ist, dass es im Freien stattfindet und das macht einfach alles noch besser.

Insgesamt gibt es viele Gründe, warum es wichtig ist, dass Kinder Zeit im Garten verbringen – und ich denke, dass wir alle dazu beitragen können, indem wir ihnen diesen Raum zur Verfügung stellen.

Also, schnapp dir deine Kids und raus in den Garten - es wird sich auf jeden Fall lohnen!



Dreckige Füße sind völlig ok und Barfußlaufen tut dem ganzen Körper gut

## Zusammenfassung

Und da hast du sie – 58 tolle Outdoor-Ideen für Kinder im eigenen Garten.

Von lustigen Spielen und kreativen Aktivitäten bis zu Entdeckungsreisen und Abenteuern – es ist für jeden etwas dabei.

Ich hoffe, dass dir diese Liste inspirierende Ideen geliefert hat, um deine Kinder zu motivieren, mehr Zeit draußen zu verbringen und die Natur zu erkunden.

Probier einige der Ideen aus und erlebe, wie viel Freude sie deinen Kindern bereiten können. Lass uns gemeinsam unsere Kinder dazu inspirieren, draußen zu spielen, kreativ zu sein und die Schönheit der Natur zu entdecken!

Und wenn du weitere Ideen hast, die du gerne mit anderen Eltern teilen möchtest, zögere nicht, sie in den Kommentaren unten zu teilen.

*Dieser Ratgeber gehört zur Reihe "Outdoor mit Kindern" und hier findest du noch mehr:*

- [Outdoor-Spaß für die ganze Familie: 33 Ideen und Impulse für dich und deine Kinder](#)
  - [50 Outdoor-Aktivitäten für Kinder im Winter – So wird der Winter zum Erlebnis](#)
  - [Spiele beim Wandern: Diese 36 Spielideen bringen garantiert gute Laune](#)
- 

## Über den Autor des Ratgebers

### Martin Gebhardt



Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine [35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks](#), um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner ["Über mich"-Seite](#).

Besuche ihn auf seiner Website <https://survival-kompass.de>