

WALDEIDECHSE

Zootoca vivipara

Notizen aus dem Wald

Eine heimliche Sonnenanbeterin mit spannenden Tricks!

Folge im Podcast:

Folge 3

Die Waldeidechse

AUF EINEN BLICK



Größe: 5–7 cm
(ohne Schwanz)



Gewicht: ca. 2–5 g



Alter: bis zu 8 Jahre
(in freier Wildbahn)



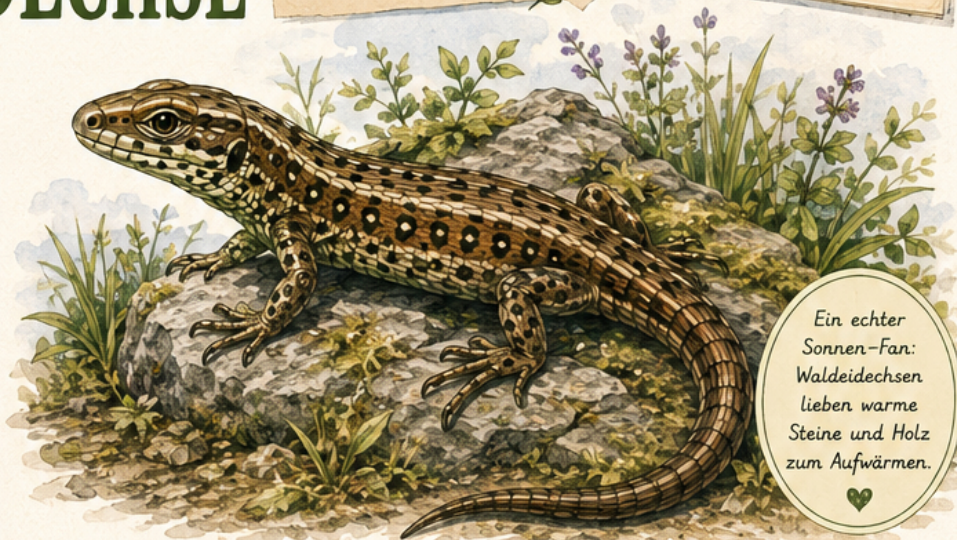
Lebensraum: Wälder, Heiden, Moore, Steinhäufen, Gärten und Waldränder



Verbreitung: Fast ganz Europa
(nördlich bis Südsandinavien, südlich bis Nordspanien)



Aktiv: tagaktiv – besonders sonnig und warm lieben sie



Ein echter Sonnen-Fan: Waldeidechsen lieben warme Steine und Holz zum Aufwärmen.

SO ERKENNST DU SIE

Waldeidechsen haben einen schlanken Körper und einen langen Schwanz. Ihre Färbung ist sehr verschieden: braun, grau, olivgrün oder rötlich – oft mit dunklen Flecken oder Streifen an den Seiten.

Männchen

(meist braun bis rötlich)



Weibchen

(meist braun bis grau)



BESONDERES MERKMAL

Bei Gefahr kann die Waldeidechse ihren Schwanz abwerfen (Autotomie). Er zuckt noch eine Weile – so kann die Eidechse entkommen!



LEBENSRAUM

Waldeidechsen lieben strukturreiche Orte mit Verstecken und Sonnenplätzen: Steinhäufen, Holzstapel, Wurzeln, Hecken, Trockenmauern, Waldränder, Moore und sonnige Lichtungen.



NAHRUNG

Waldeidechsen sind Fleischfresser. Sie fressen vor allem:

- Insekten (z. B. Käfer, Fliegen, Heuschrecken, Ameisen)
- Spinnen
- Asseln
- kleine Würmer



VERHALTEN

- Waldeidechsen sind tagaktiv und sonnen sich gern.
- Sie sind schnell und flink und verstecken sich bei Gefahr blitzschnell.
- Männchen balzen im Frühling mit „Liegestützen“ und Kopfnicken.
- Bei Bedrohung flüchten sie oder werfen den Schwanz ab.



ÜBERWINTERUNG

Von Oktober bis März halten Waldeidechsen Winterruhe. Sie verstecken sich in frost-sicheren Plätzen: unter Steinen, in Wurzeln, in Mauerspaltten oder in alten Mäusegängen.



FORTPFLANZUNG

- Paarungszeit: April bis Juni
- Nach der Paarung entwickeln sich die Eier im Körper des Weibchens.
- Nach ca. 6–8 Wochen werden 3–12 Jungtiere geboren (meist Juli/August).
- Die Jungen sind von Anfang an selbstständig.



SPUREN & LOSUNGEN

Spuren



Losungen



kleine Krallen-abdrücke auf weichem Boden oder Schlamm

feine, dunkle Kotkrümel – oft mit weißen Anteilen (Harnsäure)

GEFAHREN

- Verlust von Lebensräumen durch Bebauung und Aufräumen
- Katzen und andere Beutegreifer
- Verkehr
- Pestizide und giftige Stoffe



SCHON GEWUSST?

Waldeidechsen können ihre Körpertemperatur nicht selbst regulieren. Deshalb wechseln sie zwischen Sonne (warm) und Schatten (kühl) – je nach Bedarf.



BELLAS NOTIZEN

Waldeidechsen sind kleine Wunder der Natur! Wenn wir leise sind und genau hinschauen, können wir sie beim Sonnen und Jagen beobachten. Sie brauchen unsere Hilfe – lasst uns ihre Verstecke schützen!



Ein perfekter Sonnenplatz!

SO KANNST DU HELFEN

- Totholz, Laubhaufen und Steinhäufen im Garten lassen
- Wilde Ecken und Hecken pflanzen
- Keine Pestizide verwenden
- Katzen nachts drinnen halten
- Mit offenen Augen durch die Natur gehen



WALDEIDECHSE

Sonnenplatz

Waldeidechsen lieben warme Sonnenplätze. Wenn du ruhig bist und genau hinsiehst, kannst du sie vielleicht entdecken!



FORSCHER-TIPP

Bleib ruhig, bewege dich langsam und beobachte ein paar Minuten – oft zeigen sie sich dann.

Ein kleiner Sonnenanbeterin mit spannenden Tricks!

Folge 3

Die Waldeidechse

STECKBRIEF

Größe: 5–7 cm (ohne Schwanz)

Gewicht: ca. 2–5 g

Alter: bis zu 8 Jahre

Lebensraum: Wälder, Heide, Moore, Steinhäufen, Gärten, sonnige Waldränder

Nahrung: Insekten, Spinnen, Würmer, Asseln

Aktiv: April bis Oktober (tagaktiv)

Besonderheit: Sehr flink und gut getarnt. Die Jungen sind von Anfang an selbstständig.

1. WO KÖNNTE SIE SEIN?

Waldeidechsen brauchen Wärme. Kreuze an, wo du einen guten Sonnenplatz findest.



☐ Steinhäufen oder Trockenmauer



☐ Baumstumpf in der Sonne



☐ Totholz oder alte Äste



☐ Weg- oder Waldrand



☐ Kahle Bodenstellen mit Pflanzen



☐ Dichtes, dunkles Gebüsch

2. WIE SIEHT SIE AUS?

Beobachte die Waldeidechse genau. Male sie hier ab.



Welche Farben und Muster hat sie? Beschreibe:

3. WAS MACHT SIE?

Beobachte, was die Waldeidechse tut. Kreuze an oder schreibe es auf.

- ☐ Sie sonnt sich.
- ☐ Sie läuft schnell weg.
- ☐ Sie versteckt sich zwischen Steinen oder Pflanzen.
- ☐ Sie frisst etwas.
- ☐ Sie sitzt auf einem Blatt oder Ast.
- ☐ Etwas anderes: _____



4. FINDE SPUREN!

Auch wenn du keine Waldeidechse siehst, kannst du Spuren entdecken. Schau genau hin!

Kreuze an, was du gefunden oder gesehen hast.



☐ Häutungsreste (alte Haut)



☐ Kleine Kotkrümel



☐ Bewegung im Gras



☐ Schneller Schatten oder Flucht

☐ Nichts gefunden



WUSSTEST DU?

Waldeidechsen häuten sich mehrmals im Jahr. Die alte Haut bleibt dann als Hülle zurück.

5. SONNENPLATZ-CHECK

Ein guter Sonnenplatz hat alles, was eine Waldeidechse braucht. Kreuze an, was du an deinem Platz findest.

- ☐ Sonne (mindestens ein paar Stunden)
- ☐ Steine, die Wärme speichern
- ☐ Verstecke (z. B. unter Steinen oder Holz)
- ☐ Pflanzen oder Gras in der Nähe
- ☐ Offene Stellen zum Aufwärmen
- ☐ Nähe zu Gebüsch oder Wald
- ☐ Wasser in der Nähe (z. B. Feuchtestelle)



TIPP: Manche Gärten mit Steinen, Totholz und wilden Ecken sind tolle Orte für Waldeidechsen!

6. MEIN SONNENPLATZ

Hier ist ein guter Ort für Waldeidechsen. Male deinen Lieblings-Sonnenplatz!



Warum gefällt dir dieser Platz?

WALDEIDECHSE

Impulse für Unterricht und Gespräche

Folge 3 – Die Waldeidechse



AUF EINEN BLICK

- Thema: Anpassung, Lebensräume, Gefahren und Schutz heimischer Reptilien
- Zielgruppe: Grundschule (2.-4. Klasse)
- Fächerbezug: Sachunterricht, Deutsch, Kunst, Ethik, Musik
- Dauer: 1-2 Unterrichtseinheiten

Die Waldeidechse ist ein faszinierender Anpassungskünstler. Sie braucht Wärme, Verstecke und vielfältige Lebensräume, um überleben zu können.



LERNZIELE

Die Kinder ...

- kennen Merkmale und Lebensweise der Waldeidechse.
- verstehen, warum Sonnenplätze und Verstecke für sie wichtig sind.
- erkennen Gefahren und wissen, wie sie helfen können.
- fördern Beobachtungsgabe, Verantwortung und Wertschätzung für Natur und Tiere.

SACHINFORMATIONEN FÜR LEHRKRÄFTE

- Die Waldeidechse (*Zootoca vivipara*) ist unsere einzige einheimische Eidechsenart.
- Sie wird 12-20 cm lang (ohne Schwanz).
- Färbung: Weibchen eher braun bis oliv, Männchen in Paarungszeit oft grüner mit schwarzen Flecken.
- Lebensräume: Waldränder, Lichtungen, Heiden, Moore, Trockenmauern, Gärten mit Struktur.
- Nahrung: Insekten, Spinnen, Würmer, Asseln.
- Sonnentiere: Sie brauchen Wärme, um aktiv zu sein und Verdauung und Körperfunktionen zu ermöglichen.
- Fortpflanzung: lebendgebärend. Die Jungen werden im Sommer (Juli-September) geboren.
- Überwinterung: von Oktober bis März in frostsicheren Verstecken (unter Steinen, Wurzeln, Laub, in Mauern).

IMPULSE FÜR GESPRÄCHE

- Warum braucht die Waldeidechse Sonnenplätze? Was würde passieren, wenn es keine gäbe?
- An welchen Orten habt ihr schon einmal eine Waldeidechse gesehen oder vermutet?
- Woran erkennt man ein Männchen und ein Weibchen?
- Warum ist es wichtig, dass es viele Verstecke im Lebensraum gibt?
- Welche Gefahren gibt es für Waldeidechsen? Was können wir tun, um sie zu schützen?
- Wie können wir Gärten, Schulhöfe oder Parks wildfreundlicher und „eidechsenfreundlich“ gestalten?



UNTERRICHTSIDEEN



Sonnenplatz-Experiment

Mit Thermometer messen: Steine in der Sonne vs. im Schatten – wo ist es wärmer? Warum ist das für Waldeidechsen wichtig?



Lebensraum-Bau

Die Kinder bauen in Gruppen ein Mini-Biotop im Kasten oder Schulgarten mit Steinen, Totholz, Pflanzen und Verstecken.



Spurensuche

Spuren, Kotkrümel, Häutungsreste oder Beobachtungen sammeln (wenn vorhanden) und dokumentieren.



Steckbrief gestalten

Einen eigenen Steckbrief oder ein Lapbook zur Waldeidechse erstellen.

FÄCHERÜBERGREIFENDE ANKNÜPFUNG

Deutsch

Waldeidechsen in einer Geschichte oder einem Gedicht beschreiben.



Kunst

Waldeidechsen und ihre Lebensräume zeichnen, malen oder drucken.



Sachunterricht

Lebensräume vergleichen: Wald – Heide – Garten – Stadt – Wer lebt wo?



Ethik

Verantwortung für Tiere und Natur – Was können wir selbst tun?



Musik

Naturklänge aufnehmen oder ein Lied über Tiere in der Natur gestalten.



MÖGLICHE MATERIALIEN

- Bestimmungskarten Reptilien
- Lupen, Becherlupen
- Thermometer
- Naturmaterialien (Steine, Äste, Laub)
- Becher oder Dosen mit Luftlöchern (Beobachtung)
- Arbeitsblätter, Steckbriefvorlagen, Lapbook-Material
- Bücher, Infos und Fotos



BOBACHTUNGS- & FORSCHERAUFGABEN

- Sucht im Schulgelände oder in der Umgebung nach Sonnenplätzen und Verstecken. Dokumentiert eure Funde mit Fotos oder Zeichnungen.
- Beobachtet (wenn möglich aus der Ferne!) eine Waldeidechse: Was macht sie? Wie bewegt sie sich? Wo hält sie sich auf?
- Führt ein Naturtagebuch: Wann und wo habt ihr sie gesehen? Wie war das Wetter?
- Vergleicht verschiedene Lebensräume: Wo fühlt sich die Waldeidechse wohl? Warum?



GEFAHREN FÜR WALDEIDECHSEN

- Verlust von Lebensräumen durch Bebauung, Versiegelung und intensive Nutzung.
- Aufräumen von „wilden Ecken“: Steinhaufen, Totholz und Laubhaufen werden entfernt.
- Pestizide und Chemikalien in Gärten und Feldern.
- Freilaufende Katzen und andere Fressfeinde.
- Klimawandel: Trockenheit und zu heiße Sommer.



SO KÖNNEN WIR HELFEN

- Wertvolle Lebensräume erhalten: Hecken, Steinhaufen, Totholz, Laub und wilde Ecken stehen lassen.
- In Gärten keine Pestizide einsetzen.
- Sonnige Plätze und Verstecke schaffen.
- Katzen in der Dämmerung und im Frühjahr im Blick behalten.
- Andere über die Waldeidechse informieren und sensibilisieren.



MERKE

Waldeidechsen sind wichtige Tiere in unserem Ökosystem. Wenn wir ihre Lebensräume schützen, schützen wir auch viele andere Tiere und Pflanzen – und unsere Zukunft!



„Schütze kleine Tiere, heute für morgen.“



REFLEXIONSFRAGEN FÜR LEHRKRÄFTE

- Was hat die Klasse besonders interessiert?
- Welche Beobachtungen haben die Kinder überrascht?
- Wie können wir das Gelernte im Alltag und im Schulleben weiterführen?
- Welche Projekte oder Kooperationen (z. B. mit Naturschutzorganisationen) sind möglich?





Deine Mission für draußen! NATURMISSION



Sonnenplätze suchen

FOLGE

3 

TIER

waldeidechse

Zootoca vivipara

DAUER

 10

ORT



waldrand, Gartenmauer,
Holzstapel, Stein oder
sonniger wegesrand

Zeichnung



MEIN AUFTRAG

Ich möchte, dass du verstehst, warum Reptilien warme Sonnenplätze brauchen.

Dein Auftrag

1. Suche einen sonnigen Platz mit Steinen, Holz oder trockenem Gras.
2. Bleib ruhig stehen und beobachte eine weile.
3. Überlege: wo könnte sich eine kleine Eidechse verstecken?
4. Achte auf Sonne, Schatten und Fluchtmöglichkeiten.



FORSCHERFRAGE

warum sitzen Eidechsen gern in der Sonne, verschwinden aber blitzschnell bei Gefahr?



So hilfst du der Natur

Sonnige, ungestörte Stellen mit Steinen, Totholz und verstecken erhalten.



WICHTIG

Bitte keine Eidechsen fangen. Sie sind sehr empfindlich und verlieren bei Gefahr manchmal ihren Schwanz.

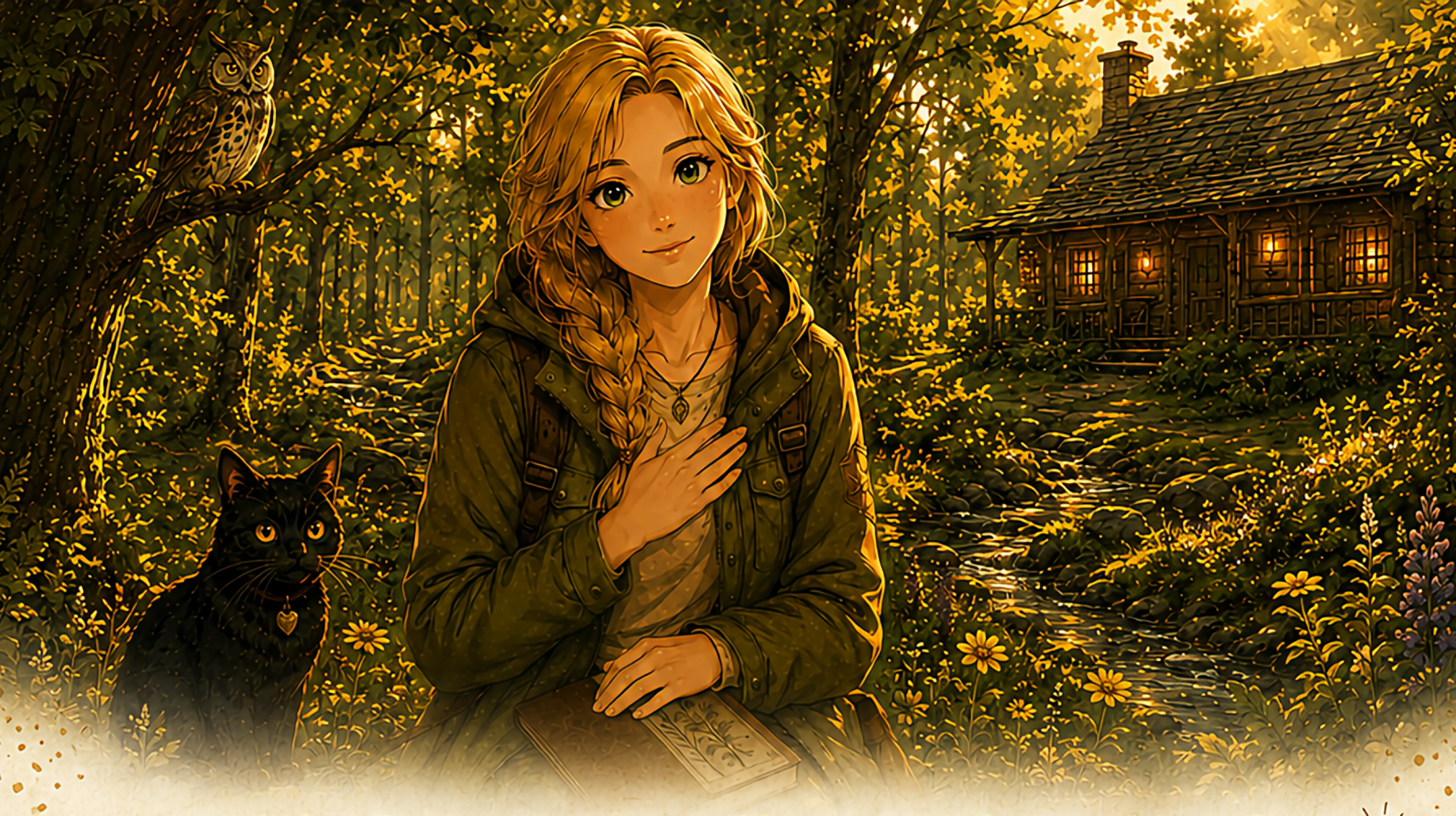
MEINE ENTDECKUNGEN & NOTIZEN



Mehr Naturwissen - Podcast & Materialien findest du auf

www.BellaWildherz.de





So bleibt mein Bella Waldprojekt frei



Liebe Lehrkräfte, liebe pädagogische Fachkräfte, liebe Erwachsene,
danke, dass Sie mein Bella Waldprojekt in Ihre pädagogische Arbeit mitnehmen.

Zu jeder Folge entstehen eine Geschichte, ein Tierlied, ein Tiersteckbrief,
ein Forscherblatt, ein Lernbegleiter und eine Naturmission. Alles soll Kindern
einen einfachen Zugang zu heimischen Waldtieren, genauem Beobachten, Staunen
und einem respektvollen Umgang mit Lebensräumen ermöglichen.

Es braucht nicht viel, um mein Waldprojekt mitzutragen. Schon 1 Euro im Monat hilft,
damit meine Geschichten, Tierlieder, Materialien und Naturmissionen frei für alle
bleiben können. Alle tragen gleich mit.

Ein Euro klingt klein. Aber wenn viele mitmachen, kann daraus sehr viel wachsen:
neue Geschichten, Tierlieder, Lyricsblätter, Materialien und Naturmissionen.
So bleibt mein Bella Waldprojekt unabhängig, ohne Werbung und frei für jedes Kind.

Wer mein Waldprojekt monatlich mit 1 Euro unterstützt, bekommt als Dankeschön
früher Zugang zum aktuellen Staffalalbum. Später wird das Album für alle freigegeben.

Die Unterstützung ist freiwillig. Mein Bella Waldprojekt und alle Materialien
bleiben kostenlos nutzbar.

www.bellawildherz.de/unterstuetzen

Danke, dass Sie Kindern den Wald ein Stück näherbringen.



1 Euro im Monat mittragen

