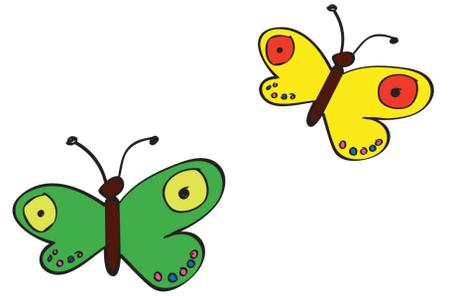


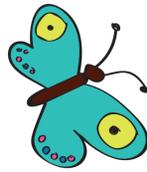
Schritt für Schritt mit „Fitto Fit“



DAS GROSSE SUCHEN: Viele tolle Materialien und spannende Gegenstände in der Natur findest du nur, wenn du ganz genau hinschaust. Entdecke auf deiner Sinn-Expedition einige Geheimnisse. Die Suchliste soll dir dabei helfen:

Finde doch ...

- ein Samenkorn
- fünf Farben
- ein Laubblatt
- etwas, das zu dir passt
- ein Dreieck
- etwas, das für die Jahreszeit typisch ist

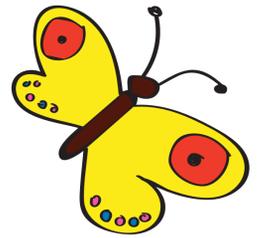


Bestimmt hast du auch selbst gute Ideen, was du noch alles suchen kannst. Probiere deine eigene Suchliste aus und schaue beim nächsten Mal, ob du alles noch einmal findest ...



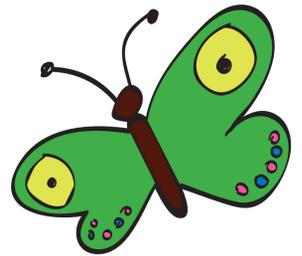


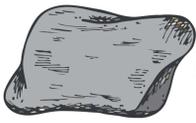
Schritt für Schritt mit „Fito Fit“

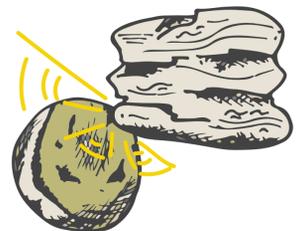


MEIN STEIN:

Sammele auf deinem Spaziergang einen Stein, der dir besonders gut gefällt. Betrachte ihn genau, fühle, ob er glatt oder rau ist.



1. Ist er eher rund , kantig  oder flach  ?
2. Wie würdest du seine Farbe beschreiben?
3. Riecht er?
4. Kannst du auch Geräusche mit ihm machen?



Sammele bei jedem deiner Spaziergänge einen Stein und bewahre alle in einem Gefäß oder Sackerl auf.





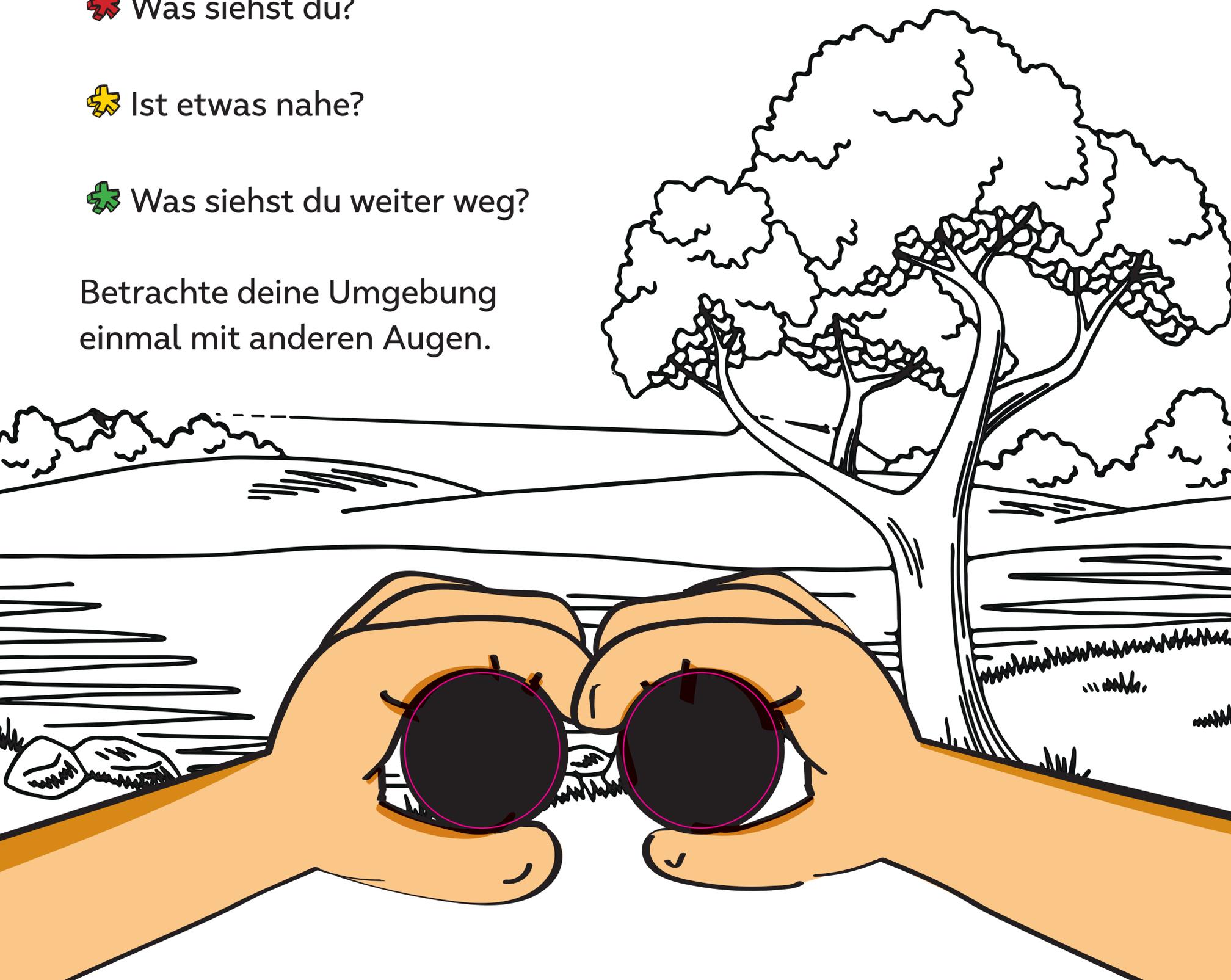
Schritt für Schritt mit „Fito Fit“

BEOBACHTE DEINE UMGEBUNG

*„Das Leben ist bezaubernd,
man muss es nur durch die
richtige Brille sehen.“*
Alexandre Dumas

- ✿ Was siehst du?
- ✿ Ist etwas nahe?
- ✿ Was siehst du weiter weg?

Betrachte deine Umgebung
einmal mit anderen Augen.



gesund.leben.tut.gut



www.noetutgut.at



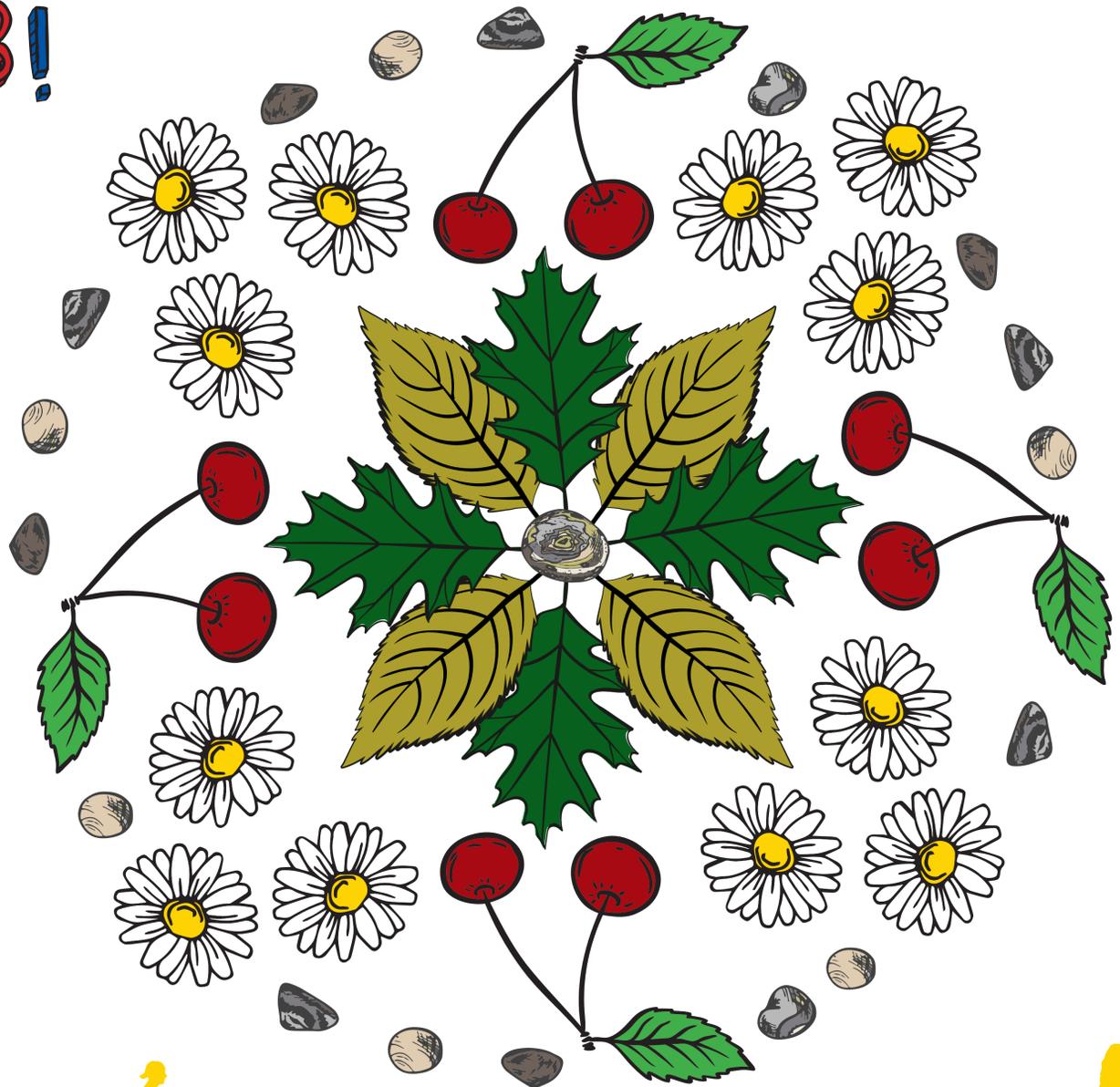
Schritt für Schritt mit „Fito Fit“



MANDALA MIT NATURMATERIALIEN

Sammele alle Schätze, die du rund um dich finden kannst (Blätter, Steine, Früchte ...), und lege sie als Kreismuster (Mandala = Kreis) auf den Boden. Deiner Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt.

Viel Spaß!



gesund.leben.tut.gut



www.noetutgut.at