Winterwunder im Flüsterwald

Woche 1
Vorräte für den Winter

Hilf Pia, die Wintervorräte zu sammeln!

Pia und ihre Freunde bringen viele Geschenke für den Winter.
Doch nur die Dinge, die sich gut aufbewahren lassen,
gehören in Pias Vorratskorb.

Welche Vorräte passen in den Winter?

Schneide die passenden Bilder unten aus
und klebe sie in den Korb.





Pias Bewegungs-Aufgabe

Kannst du fünf kleine Schätze (z. B. Stofftiere, Säckchen oder Bälle) von einer Seite des Zimmers zur anderen transportieren?

Probiere es ...

- auf Zehenspitzen,
- in der Hocke,
- rückwärts,
- oder balancierend auf einer Linie.

Pias Ruhe-Trick
Der Kürbisatem

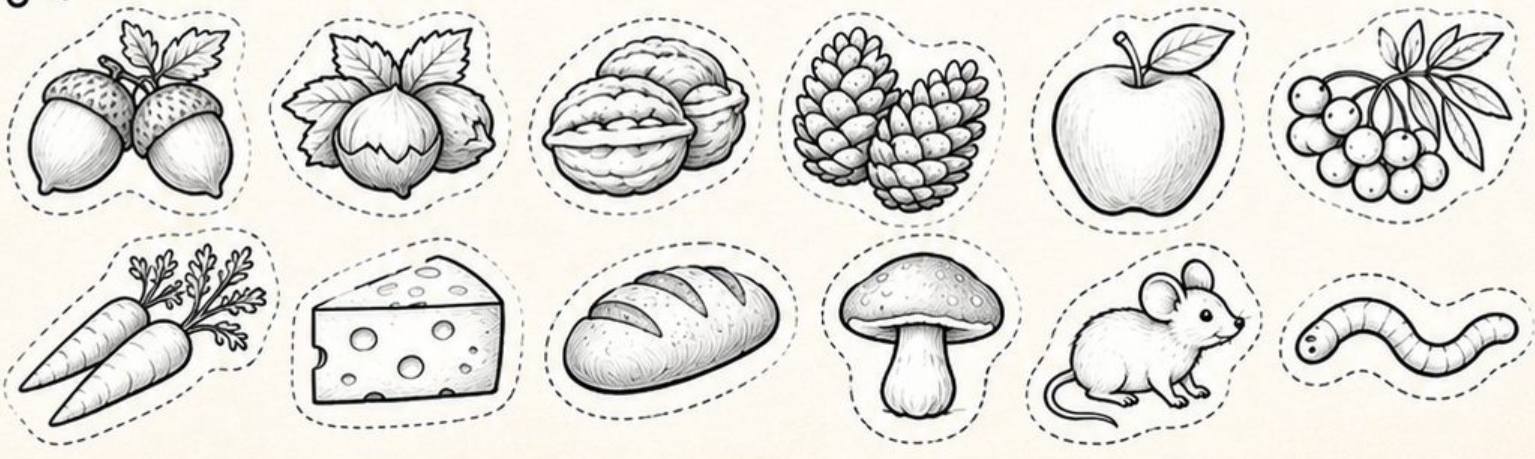


Einatmen –
wie eine Blume,
die aufgeht.



Ausatmen –
wie ein Blatt,
das fällt.

Eins, zwei, drei, Kraft herbei!



Winterwunder im Flüsterwald

Woche 2
Die Waldmeditation

Pias Sommertraum

Pia ist müde. Feen halten keinen Winterschlaf,
deshalb träumt sie sich in Gedanken zurück in den Sommer.
Hilf Pia und gestalte ihren Sommertraum bunt aus!



Pias Kürbisatem



Einatmen –
wie eine Blume,
die aufgeht.



Ausatmen –
wie ein Blatt,
das fällt.

Meine kleine Waldmeditation

1. Suche dir einen ruhigen Platz.
2. Setze dich bequem hin.
3. Schließe die Augen und stelle dir deinen liebsten Sommerort vor.
4. Atme langsam ein und aus – so oft du magst.

Eins, zwei, drei, Kraft herbei!

Winterwunder im Flüsterwald

Woche 3
Das Kürbishaus wird winterfest

Hilf Pia, ihr Kürbishaus winterfest zu machen!

Der Winter kommt bald und Pia möchte, dass ihr Kürbishaus warm, gemütlich und gut geschützt ist. Gestalte das Haus, wie es im Winter aussehen soll!



Pias Bewegungs-Idee

Mach dich winterfest wie die Tiere im Wald!

- Mach dich klein wie ein Igel.
- Strecke dich hoch wie ein Baum.
- Rolle dich wieder gemütlich zusammen und atme ruhig.

So geht's:

1. Male das Kürbishaus bunt aus.
2. Schneide die winterlichen Dekorationen unten aus.
3. Gestalte damit Pias Haus: Klebe die passenden Teile auf und mach es winterfest!



Winterwunder im Flüsterwald

Woche 4
Ophelias Sternenkarte

Entdecke mit Ophelia die Wintersterne!

In einer klaren Winternacht zeigt dir Ophelia, welche Sternbilder du am Himmel entdecken kannst. Verbinde die Sterne mit einem Stift und lass die Sternbilder entstehen!



Die drei Wintersternbilder



Sternen-Suche

Kannst du bei Orion die drei Gürtelsterne finden?

Sie liegen in einer geraden Linie in der Mitte des Sternenbildes.

Kreise sie ein!



Sternen-Bewegung

Werde selbst zum Stern!

1. Stelle dich aufrecht hin.
2. Strecke deine Arme und Beine weit auseinander – wie ein großer Stern.
3. Mach dich ganz klein zu einem kleinen Stern.
4. Wachse langsam wieder zu einem großen Stern.



Eins, zwei, drei, Kraft herbei!

Winterwunder im Flüsterwald

Woche 5
Die kleine Tanne

Schmücke Pias kleine Tanne!

Aus einem kleinen Zweig ist eine junge Tanne gewachsen.
Hilf Pia, sie für den Winter zu schmücken! Male die Dekorationen aus, schneide sie aus und klebe sie an die Tanne.



Pias Bewegungsidee
Wachse wie eine Tanne!

1. Mach dich ganz klein wie ein Samenkorn.
2. Wachse langsam nach oben und strecke deine Arme aus.
3. Stell dich auf die Zehenspitzen und werde eine große Tanne.
4. Schwinge deine Arme sanft wie Zweige im Winterwind.



Mein Schmuck für die Tanne

- ☐ Ausmalen
- ☐ Ausschneiden
- ☐ Auf die Tanne kleben

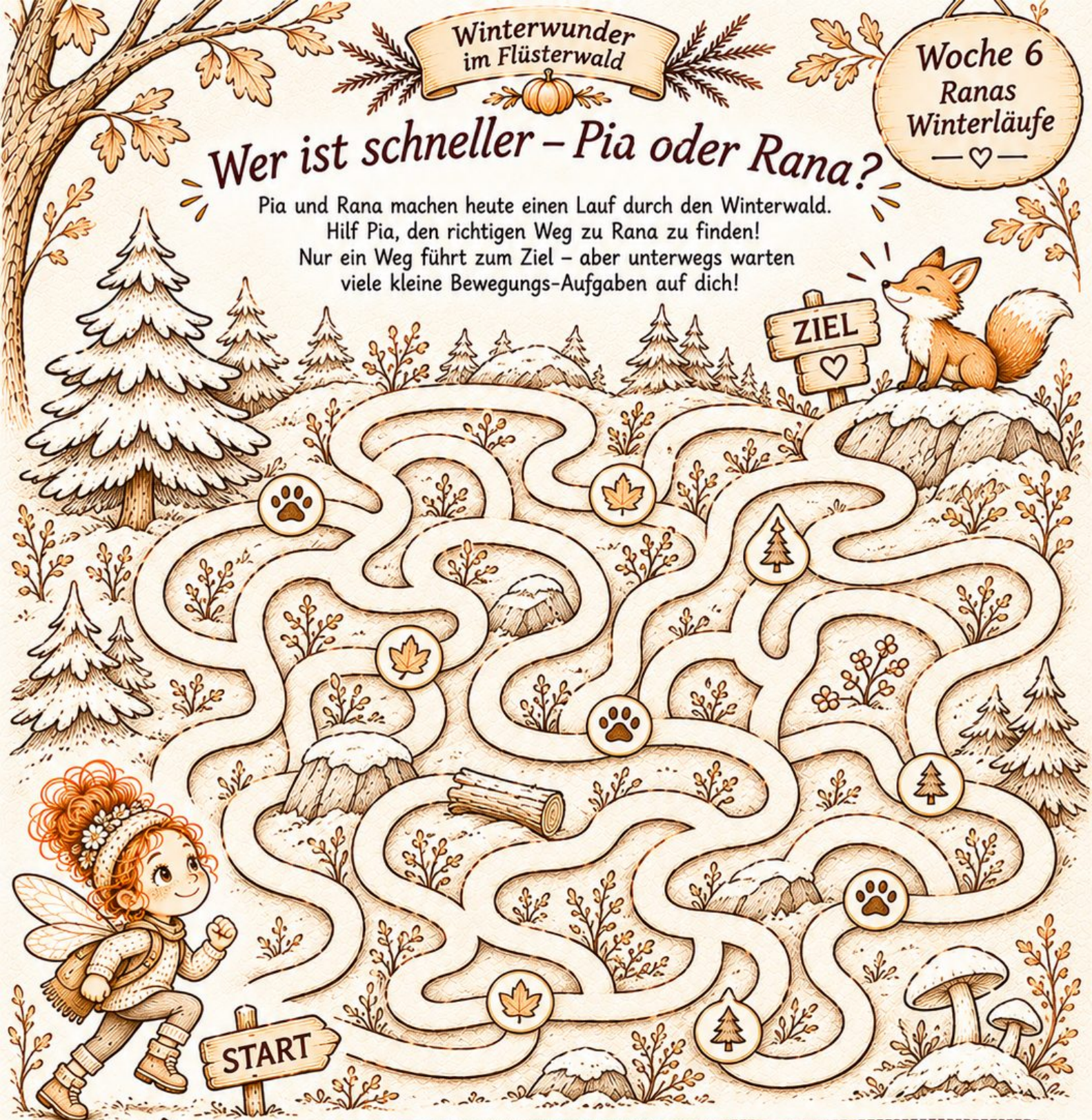


Winterwunder im Flüsterwald

Woche 6
Ranas Winterläufe

Wer ist schneller – Pia oder Rana?

Pia und Rana machen heute einen Lauf durch den Winterwald.
Hilf Pia, den richtigen Weg zu Rana zu finden!
Nur ein Weg führt zum Ziel – aber unterwegs warten viele kleine Bewegungs-Aufgaben auf dich!



Ranas Waldlauf-Challenge

Immer wenn du auf deinem Weg ein Symbol erreichst, mach die passende Bewegung:

Pfoten
Laufe 10-mal auf der Stelle.



Blatt
Springe 5-mal wie ein Fuchs über einen kleinen Ast.



Tanne
Balanciere 10 Sekunden auf einem Bein.



Eins, zwei, drei, Kraft herbei!

Winterwunder im Flüsterwald

Woche 7
Pias Vogelfreunde

Futter für die Wintervögel!

Im Winter finden viele Vögel nur noch wenig Futter.
Hilf Pia und Ivo, eine Futterstation zu gestalten
und lerne ein paar Wintervögel kennen!



Bastel-Idee: Dein Vogelfutter-Anhänger

1. Mische Vogelfutter (z. B. Körner, Haferflocken, Sonnenblumenkerne) mit etwas Kokosfett.
2. Fülle die Mischung in eine Ausstechform.
3. Drücke einen Faden hinein.
4. Lasse alies im Kühlschrank fest werden.

Wer ist wer?
Verbinde die Bilder mit den Namen!







- Blaumeise
- Rotkehlchen
- Kohlmeise

Pias Bewegungs-Idee: Vögel im Winter

1. Breite deine Arme aus und fliege sanft wie ein Vogel.
2. Lande leise und mach dich ganz klein wie ein Vogel auf dem Ast.
3. Strecke dich groß und fliege noch einmal los!



