



Fuss-Detektive im Wald

Eine kleine Entdeckungstour für neugierige Füße



Fall 1: finde etwas Weiches

☐



Fall 2: finde etwas Hartes

☐



Fall 3: finde etwas das raschelt

☐



Fall 4: finde etwas Kühles

☐



Fall 5: Finde etwas, das sich für dich angenehm anfühlt

☐



Fall 6: hebe einen kleinen Ast hoch

☐



Die Steine-Prüfung

Schnapp dir 5 kleine Steine mit den Zehen.
Wie schnell schaffst du das?







Die Balancier-Prüfung

Balanciere auf einem Stamm oder einer Linie – Fuß genau vor Fuß.

☐

GESCHAFFT!

ANLEITUNG FÜR ELTERN: SO WERDET IHR ZUM DETEKTIV-TEAM

- 1. Auf die Plätze, fertig, los!** Nehmt das gedruckte Blatt und einen Stift mit auf euren nächsten Wald- oder Parkspaziergang.
- 2. Schuhe aus!** Die Tour ist barfuß am schönsten! Lasst euer Kind selbst entscheiden, wann und wo es die Schuhe ausziehen möchte. **Safety first:** Achtet gemeinsam auf spitze Gegenstände oder Scherben. Wenn es die Gegebenheiten nicht erlauben, teilt dies eurem Kind genau so mit.
- 3. ertasten, notieren & abhaken** Geht die 6 Fälle und 2 Prüfungen Schritt für Schritt durch. Wenn dein Kind eine Textur gespürt oder eine Aufgabe gemeistert hat, wird das Feld abgehakt. Ihr oder euer Kind könnt direkt im Feld notieren, was genau als „weich“, „hart“ etc. ertastet wurde – dafür ist extra Platz gelassen.
- 4. Eigene Ideen & kein Zwang** Lasst euer Kind super gerne eigene neue Aufgaben oder Fälle erfinden. Es macht auch gar nichts, wenn ihr nicht alle Stationen an einem Tag schafft. Der Spaß an der Bewegung steht an erster Stelle.

Welches Detektiv-Level passt zu eurer Altersgruppe?

Nutzt diese Übersicht, um die Tour perfekt an das Alter eures Kindes anzupassen:

Altersgruppe	Schwerpunkt	Rolle der Eltern
2 – 4 Jahre	Reine Wahrnehmung & Fühlen	Enges Begleiten & Erkunden
5 – 7 Jahre	Aktivieren & Greifaufgaben	Ablauf anleiten & Mitmachen
8 – 10 Jahre	Blind-Erfühlen & Parcours	Challenge-Master / Zeit stoppen

 *Habt ihr Fragen zur Tour oder zu den Aufgaben? Schreibt mir jederzeit gerne eine Nachricht!*

Teilt eure Detektiv-Momente!

Ich würde mich riesig freuen zu sehen, wie euer kleines Detektiv-Team die Prüfungen meistert. Macht gerne ein Foto oder Video von eurer Tour, teilt es auf Instagram und markiert mich **@melmaierphysio**. So kann ich eure Entdeckungen mitfeiern und in meiner Story reposten.

Lust auf mehr Fuß-Wissen & Spielideen?

In meinem Fußworkshop zeige ich euch, wie ihr Kinderfüße im Alltag spielerisch stärkt.

 **Alle Infos & Termine:** www.melaniemaier.at/workshops