

# AB: Erste Schritte

Biologie M 5, 6, 7, 8

**Das wichtigste im Nature Journaling ist:  
Einfach machen. Einfach loslegen. Und das machst du genau jetzt!**

Fang an!

- 1) Schnapp dir Stift und Papier und gehe raus!  
Nimm ein loses Stück Papier oder die erste Seite deines Journals. Nutze Bleistift, Fineliner oder Kugelschreiber - ganz, wie du magst.
- 2) Schreibe in eine Ecke folgende Daten: Wochentag, Datum, Temperatur, Wetter und Ort  
Hinweis: Du kannst zusätzlich Icons malen, zum Beispiel ein Thermometer vor die Temperaturanzeige, ein Kalenderblatt vor das Datum, das Wetter gemalt, ... wenn du magst ;)
- 3) Suche dir ein Blatt, das dich anspricht.
- 4) Betrachte das Blatt.  
Fahre mit deinem Blick die Kante nach. Sieh dir die Farben und Adern an, Vorder- und Rückseite.
- 5) Nimm nun Stift und Papier zur Hand. Halte dir das Blatt vor das Gesicht und versuche ohne hinzusehen (!) die Kontur des Blattes zu zeichnen!  
Es geht hier nicht um Schönheit, sondern um das Gefühl und genaue Betrachten!  
Wiederhole diesen Schritt noch einmal, wenn du magst.
- 6) Zeichne nun das Blatt ab, indem du hinsiehst. Du darfst auch, falls es passt, das Blatt auf dein Papier legen und die Kanten mit dem Stift nachfahren.
- 7) Füge Details hinzu.
- 8) Kannst du das Blatt noch weiter mit Worten beschreiben? Wie fühlt es sich an, wie riecht es? Welche Farben hat es? Füge Notizen an.
- 9) Kannst du das Blatt mit Zahlen beschreiben? Kannst du es messen oder etwas am Blatt zählen? Notiere dir auch das.

