



Ziel der Lektion: Hampelmann erwerben

Einleitung:

Ritual: Muki-Anfangsritual

Neugierde: Die Wald-Elfen der Taiga sahen aus wie grosse Mensch mit grünen Haaren und Bart aus Efeu. Sie konnten sich in eine Eule oder einen Wolf verwandeln, und lebten in einer Zeit als es noch viele Bären, Wolf, Elch und Reh im Norden gab. Es machte ihnen Spass den Spaziergänger einen falschen Weg zu weisen, und sie zu erschrecken!

Aufwärmen: Wir beobachten wie Wald-Elfen durch den Wald spazieren (Lied Nr. 6)



- Mukis machen Schritte wie im Lied beschrieben



Was machen da die kleinen Wald-Elfen für lustige Bewegungen mit ihren Händen und Füßen (Lied Nr. 3)

- Variante Tanz

Ausklang:

Spiel:

Holder-Elfe

Alle Mukis bilden einen Kreis und halten sich an den Händen. In der Mitte sind die Holder-Elfen (3 Muki-Paare).

- andere Mukis singen zusammen

Ringel, Ringel, Reihe

d' Holder-Elfen säihe

sitzet underem Holderbusch - alle setzen sich hin

und mached alli husch, husch, husch - stehen auf und rennen davon

- die Holder-Elfen versuchen die Kinder zu fangen, diese sind befreit, wenn sie in der oberen oder unteren Hallenhälfte hinter der blauen (Volleyball) Linie sind
- die gefangenen Mukis werden auch zu Holder-Elfen und helfen in der nächsten Runde fangen.

Vitamin Z:

Dä Waldelfe ihri Füessli riibe, d' Füessli riibe—und sie zum lache triibe

S' Wädli chlopfe, s' Wädli chlopfe—und s'T-Shirt i d'Hose stopfe.

Dä Schenkel knete, dä Schenkel knete—und eis uf s' Fudi pöperle

Dä Rugge massiere, dä Rugge massiere—und d' Wirbelsüle ufe marschiere

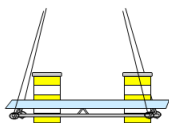
D' Arme drucke, d' Arme drucke—und en Kuss uf d' Bagge drucke

Dä Hals abtupfe, dä Hals abtupfe—und a dä Öhrli zupfe

Mit beidne Händ vo obe nach abe kreise—und na chly a dä chline Waldelfe go schmeichle!



Hauptteil: (mit Würfelstationen in der Mitte)

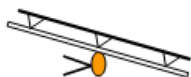


Heulen des Windes (4 Seile, 2 Schwedenkästen, 2 Ringe, 1 Langbank)

In der Taiga heult der Wind den Elfen um die Ohren

- Alle klettern Schwedenkästen hoch und kriechen, rutschen, laufen über die Langbank auf die andere Seite
- Dort klettern wir wieder auf den Schwedenkasten und hinten hinunter

Weg: mit beiden Beinen über ausgelegte Seile springen

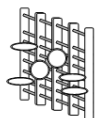


Wald-Elfe (1 Pferdbock, 1 Langbank, 2 Seile)

Die Wald-Elfe balanciert über einen dünnen Ast (Langbank)

- Alle balancieren über die Langbank

Weg: mit beiden Beinen gegrätscht über die Seile springen danach wieder zusammen in die Seile

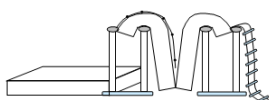


Irreführung der Wanderer (Sprossenwand, Reifhalter und Reifen, 10 Teppichresten)

Elfen führen die Wanderer immer wieder vom Weg ab. Finden sie trotzdem den richtigen Weg?

- Alle klettern an der Sprossenwand durch die horizontalen und vertikalen Reifen auf die andere Seite

Weg: mit gegrätschten Beinen, beidbeinig von Teppichresten zu Teppichresten springen

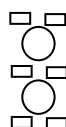


In der Taiga (2 Barren, 2 dicke Matten, 1 halbdicke Matte, 1 Strickleiter, 1 Tauseil, 4 Teppichresten)

In der Taiga gibt es Hügel und Schluchten welche wir überklettern

- wir klettern die Strickleiter hoch, lassen uns in die Schlucht (Mattenspalt) fallen und ziehen uns mit Hilfe des Tauseils wieder hoch
- Von dort springen wir auf die halbdicke Matte runter

Weg: mit beiden Beinen von Teppichrest zu Teppichrest springen

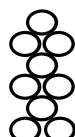


Bärenhöhle (Klettergerüst, 2 dünne Matten, 6 Teppichresten, 2 Reifen)

In der Taiga wohnen auch Bären in einer Bärenhöhle

- wir kriechen durch die Bärenhöhle durch

Weg: mit gegrätschten Beinen auf Teppichresten springen und dann mit geschlossenen Beinen in den Reif, usw.



Wolfhöhle (1 dünne Matte, 2 Reifen, 1 Leintuch, 9 Reifen)

In der Taiga gibt es aber auch Wölfe und wir entdecken eine Wolfhöhle und schlafen ein wenig

- Kind legt sich in die Höhle und wird leicht geschaukelt
- Erw. machen in der Zwischenzeit 10 Liegestützen

Weg: wie ein Hampelmann von Reif zu Reif hüpfen

