



Ziel der Lektion: eine geführte Lektion mit dem Fallschirm und vielen unkonventionellen Handgeräten zum erleben

Einleitung:

Ritual: Muki-Anfangsritual



Neugierde: Heute stürmt es richtig im Sherwood Forest, es tobt ein richtiger Herbststurm.

Bewegungsversli: Z'erscht blaast de Wind ganz fin,
bim schönschte Sunneschiin!
Denn blaast er scho chli meh,
wo isch denn d'Sunne hii?
Z'letscht chunnt de wildi Sturm,
und rühert eus alli um!



Aufwärmen: Seewellen (Fallschirm)



- Alle halten ringsherum den Rand fest. Kleine und grosse Wellen machen

Seestürme

- Zwei Muki's legen sich in den See (Mitte des Fallschirmes). Alle machen einen leichten Wind, der sich steigert bis zum Sturm, dann wieder langsam verebbt. Wechseln.

Flaute und Sturm

- Wie oben, jedoch liegt niemand auf dem Fallschirm, sondern alle halten ihn ganz ruhig, so dass sich dieser nicht bewegt und topfeben ist. Dann steigert sich langsam der Wind zum Sturm bis zum Orkan.

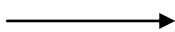
Ebbe und Flut

- Eine Welle von einer Seite auf die andere Seite schicken.

Flucht vor dem Sturm

- Alle halten sich am Rand und laufen, rennen, hüpfen, rückwärts ect. im Kreis

Hauptteil:



Durch das Haus rennen

- Die Erw. halten den Fallschirm, auf 1, 2 und 3 ganz hoch hinauf halten und die Kinder können auf die andere Seite unter dem Fallschirm durch rennen



Wir sitzen alle in das Haus

- Denn Fallschirm nach oben schwingen und auf drei die Arme hinter dem Rücken zu Boden sinken lassen und hinsetzen. Die ganze Muki-Gruppe befindet sich im Haus.



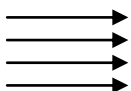
Blätter fliegen von den Bäumen (viele Kissen)

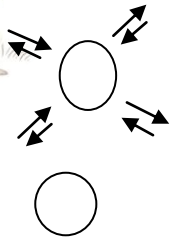
- Wir machen eine Blätterschlacht



Die Sonne scheint für kurze Zeit (Sonnen, gelbe Wäscheklammern)

- In 4 Gruppen werden die Sonnenstrahlen an die Sonne geklemmt





Herbstbilder (Herbstpuzzle)

- In 4 Gruppen werden die Teile gesammelt bis das Puzzle fertig ist

Rollerball (Fallschirm, Ball)

- Ein Ball wird versucht im Kreis rollen zu lassen

Fallschirmgolf (Fallschirm, Ping-Pong-Bälle)

- Versuchen, den Ball in das Loch zu putten

Katapult (Fallschirm, Ball)

- Ein auf dem Fallschirm liegender Ball wird versucht so hoch wie möglich katapultieren zu lassen



Der Bär schnappt zu

- Alle sitzen am Boden und halten den Fallschirm am Rand. Die Füße sind gestreckt unter dem Fallschirm. Die Leiterin ist ein Bär und befindet sich unter dem Fallschirm. Der Bär zieht nun an den Füßen eines Sitzenden zu sich hinein ...

Der Sturm fängt wieder an

- Reihum geht die LaOlawelle indem die Hände samt Fallschirm angehoben und gesenkt werden

Grosser Sturm

- Ein Muki-Paar sitzt in der Mitte des Fallschirmes, die anderen halten den Fallschirm sehr tief und gehen damit im Kreis. Der Fallschirm wird dabei aufgewickelt. Wenn alle auf Kommando nach aussen ziehen, dreht sich das Muki-Paar einige Male um sich selbst, wechseln

Ausklang:

Wer guckt da raus?

- Alle Mukis setzen sich unter den Fallschirm und strecken nur ihre Füße raus. Können die Erw. ihre Kinder finden, wechseln

Fragen

- alle halten den Fallschirm auf Bauchhöhe fest. Die Leiterin stellt eine Frage, z.B. wer blonde Haare hat, die Muki's, welche betroffen sind laufen unter dem Fallschirm durch und wechseln den Platz.

Vitamin Z:



Massageversli „Herbscht“

D'Blettli falled, d'Bletti falled liis im Wind.

Dure laufe, dure laufe, mängisch gmüetlech und mängisch gschwind.

Zäme wüsche, zäme wüsche und zumene grosse Huufe büschele.

Da chunnt de Wind, es isch en richtige Wirbelwind.

Aha, jetz fanged mer halt nomol vo vorne aa.

Zäme wüsche, zäme wüsche und zumene grosse Huufe büschele.

Mit de Schufle zäme bäsele, alles ganz guet zäme läse.

In Sack ine stecke, in Sack ine stecke und am Schluss no go der Strasse-wüscher wecke.