



Ziel der Lektion: Turnen mit Teppichresten & Tierspuren lesen lernen

Einleitung:

Ritual: Muki-Anfangsritual



Neugierde: (Tierspuren unter Tuch)



Wer weiss welches Tier zu welcher Tierspur gehört?

Fingerversli:



s' Wildschwein Babettli

lyt gärn i weiche Laubblattli.

S' gwundrige Eichhörnli

schlaft i sim Kobel ii

Der Schneehas Oli

schwups isch er i der Höhli

Der schlaui Fuchs

stellt sini Ohre nöd umesuscht

s' Bambi euses chline Reh

stah uf sine dünne Bei im Schnee

Aufwärmen:

Rowanne — die Fährtenleserin (Teppichresten)

Die beste Spurenleserin im Lager der Geächteten ist Rowanne. Sie ist ruhig, mutig und kennt alle Tiere des Waldes. Rowanne streift häufig allein im Wald umher, beobachtet die Tiere und informiert die Geächteten über alles, was im Sherwood passiert.



Wir streifen mit ihr durch den Wald sind dabei ganz leise

- Auf Zehenspitzen gehen

Wir sehen Schneeschuhe, ziehen diese an und laufen mit den Schneeschuhen durch den verschneiten Wald

- Auf Teppichresten stehen und vorwärts rutschen
- Mit Teppichresten rückwärts rutschen
- Mit Teppichresten seitwärts rutschen

Wauh, da hat es einen Hügel, da wollen wir aber runterrutschen und eine schöne Spur im Schnee legen

- Auf Teppichresten sitzen versuchen vorwärts zu rutschen, dabei dürfen die Hände nicht benutzt werden

Ups wir haben uns verletzt und werden von den starken Mami's und Papi's ins Lager zurück geschoben!

- Kind steht auf Teppichresten, Erw. halten es unter der Achseln und schieben es nach vorne
- Kind steht auf Teppichresten, Erw. halten es unter der Achsel und ziehen es rückwärts



Beine nicht zu weit öffnen!





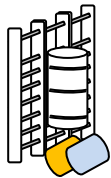
Hauptteil:

Stationen: Würfel, 5 Malstäbe mit Tierspuren, viele Teppichresten um zu den Posten zu gelangen



Wildschwein Geburt eines Frischlings: (Sprossenwand, 1 dünne Matte, Seile Kissen, Wildschweinspur)

- Im Kriechgang Rücklings mit den Teppichresten vorwärts rutschen, dabei mit dem Gesäss den Boden nie berühren!



Frischling wird geboren

- Kind klettert Sprossenwand hoch, steigt in den Geburtskanal (Mattentunnel) und klettert die Sprossenwand runter auf die Kissen
- Erw. sichern Kinder und warten dann in Brettposition bis ihr Frischling geboren wird

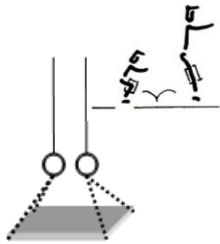


Reh: (4 dünne Matten, 1 halbdicke Matte, viele Bälle)

- Im Vierfüßler wie eine Raupe mit den Händen die Teppichresten vorwärtsrutschen (bis Liegestützposition) danach mit den Füßen nachrutschen

Für ein Reh auf seinen dünnen Beinen ist es nicht einfach im tiefen Schnee

- Alle Mukis balancieren auf der halbdicken Matte

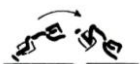


Eichhörnchen: (Schaukelringe, Schaukelbrett)

- Teppichresten zwischen die Knie klemmen und mit geschlossenen Beinen vorwärts rutschen

Die Eichhörnchen sitzen in ihrem Kobel und schaukeln im Wind

- Kind sitzt auf Schaukelbrett
- Erw. geben an und kräftigen danach ihre Bauchmuskeln

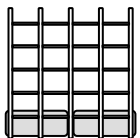


Schneehase: (Klettergerüst, 2 dünne Matten)

- Teppichresten zwischen die Knie klemmen und wie ein Hase auf die Hände springen und die Füße nachziehen

Schneehasen verkriechen sich in ihre Höhle

- Alle Mukis kriechen durch den Mattentunnel durch



Fuchs: (2 dünne Matten, 4 Reifen, 2 Leintücher)

- In Liegestützposition, Teppichresten unter die Füße und mit den Händen vorwärtslaufen, gleichzeitig mit den Füßen in Schlangenbewegung

Kleine Füchse haben kalt und liegen in ihre Höhle

- Kinder liegen in Mattenhöhle und schaukeln leicht hin und her
- Erw. kräftigen in der Zwischenzeit ihre Oberschenkel in dem sie an der Wand sitzen





Ausklang:

Spiel:

Fuchs du kannst den Hasen nicht fangen (Leiterin ist Fuchs, Kinder sind Hasen, Erw. sind die Hasenhöhle und stehen mit gegrätschten Beinen im kleinen Spielfeld)

- Die kleinen, jungen, mutigen Hasen haben keine Angst und necken den Fuchs indem sie vor im Herspringen
- Der Fuchs (Leiterin) versucht einen kleinen Hasen zu erwischen
- Die kleinen Hasen sind gerettet, wenn sie in der Höhle (Erw. in Grätschposition) sind

Einige Hasen sind bestimmt mutiger als die anderen

Fingerversli:



s' Wildschwein Babettli
S' gwundrige Eichhörnli
Der Schneehas Oli
Der schlaui Fuchs
s' Bambi euses chline Reh

lyt gärn i weiche Laubblettli.
schläft i sim Kobel ii
schwups isch er i der Höhli
stellt sini Ohre nöd umesuscht
stahd uf sine dünne Bei im Schnee

Vitamin Z:



Massageversli Wildschwein Babettli

S'Wildschwein Babettli gumped uf im Wald umenand

- mit flachen Händen auf Rücken hin und her

Öppedie schient d'Sunnä - Hände aneinander reiben und auf Rücken legen

Und öppedie regnets

- mit Fingerspitzen auf Rücken tippen und immer schneller werden

S'Babettli findets glatt und leit sich in Matsch

- mit flachen Händen auf Rücken patschen

Und wenn denn d'Sunnä de Matsch tröchnet, gits chlini Erdklümpli

- mit dem Daumen sachte auf den Rücken drücken

Jetzt mömmer halt s' Babettli sträähle

- mit gespreizten Fingern auf dem Rücken von oben nach unten fahren

Suber isch's aber nanig, also müend mers halt na wäsche

- kreisende Bewegungen auf Rücken

Seife abspüühle - mit flachen Händen den Rücken runterfahren

Na s'Felli tröchne - wir pusten ganz fest auf den Rücken

Mmh, jetzt schmöckets aber wieder richtig guet - riechen und kuscheln