im Zwergenwald

Ziel der Lektion: Turnen mit Chiffontücher, diverse Grundtätigkeiten an Grossgeräten

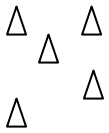
Einleitung:

Ritual: Muki-Anfangsritual

Fingervers:

de dickschti Zwerg rueft: „Der Herbscht isch da!"
De Schlauschti findet: „Öpfel und Pilz sind au scho da"
Der Gröschti seit: „lueged die farbige Blätter aa
Der Schönschti findet: „gömmer sie go faa!"
Und der Chlinschti de stürmt. „wenn chömmer endlich is Muki gaah"

Aufwärmen: Blätter verwandeln sich: (Blätter oder Chiffon-Tücher, grün, gelb und braun)
Wahrnehmungsspiel



Mukis springen frei in der Halle (Wald) herum
Leiterin hält grünes, gelbes oder braunes Tuch hoch und die Mukis müssen die entsprechende Übung dazu turnen

- **Grün:** auf beiden Füssen stehen, Arme hoch gestreckt, gespreizte Finger
- **Gelb:** auf einem Bein stehen, Arme schlapp neben Körper hängen lassen
- **Braun:** Mukis liegen auf den Boden

Aufwärmen: **farbiger Herbstwald** (farbiges Chiffontuch für alle)

Die Zwergen nehmen uns an der Hand und zeigen uns die vielen schönen, farbigen Blätter bei ihnen im Wald

- Alle Mukis erhalten ein Chiffontuch

Mit den Blättern können wir auch spielen und Spass haben

- Chiffontuch in die Höhe werfen und wieder fangen

Da bläst ein leichter Herbstwind

- Chiffontuch auf Hand halten und es leicht nach oben pusten, und es danach auf den Boden fallen lassen

Da kommt ein bisschen mehr Wind auf und bläst die bunten Blätter durcheinander

- Bäuchlings auf Boden liegen und die Chiffontücher hochpusten

die Zwerge nehmen uns an der Hand und führen uns weiter in den Herbstwald hinein

- Um Chiffontücher herumspringen vorwärts, rückwärts, seitwärts

Der nächste Windstoss kommt und wirbelt alle Blätter wild durcheinander

- Alle Mukis springen mit Chiffontuch in der Hand, kreuz und quer durch die Halle

Dann kommt ein kleiner Wirbelsturm und die Blätter drehen sich im Kreis

- Auf Gesäss sitzen, Chiffontuch in die Füsse klemmen und sich im Kreis drehen

Nun liegt so viel Laub am Boden, dass wir einen grossen Laubhaufen machen

- Alle Chiffontücher mit den Füssen in die Mitte zu einem Haufen bewegen

Nun werfen wir die bunten Blätter hoch und stellen uns unter den Blätterregen

- Erwachsene bilden einen Kreis, Kinder stehen im Kreis
- Erwachsene werfen nun alle Chiffontücher hoch und die Kinder lassen sich mit den Blättern beregnen

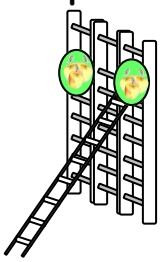
Doch eigentlich sollten die Zwerge Vorräte für den Winter sammeln, schnell helfen wir ihnen dabei

- Alle Chiffontücher versorgen und Stationen aufstellen

im Zwergenwald

Hauptteil:

(Stationen)



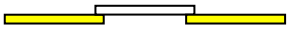
Apfelernte: (Sprossenwand, Leiter, Äpfel und Baum)

Die Äpfel sind reif und die Zwerge sollten sie für den Wintervorrat pflücken

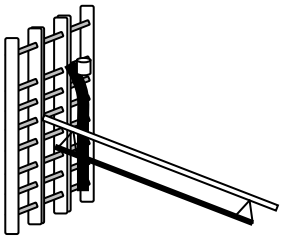
- Kind klettert Leiter hoch und pflückt einen Apfel vom Baum und steigt dann die Sprossenwand wieder runter
- Erw. können dabei ihr Kind sichern und ihre Wadenmuskulatur kräftigen

Pilze sammeln: (3 Schwedenkasten-Innenteile, Pilze)

Im Wald wachsen feine Pilze, die suchen wir um sie für den Winter zu trocknen



- Über die Schwedenkastenteile steigen und einen Pilz sammeln



Baumnüsse: (Sprossenwand, 1 Langbank, Schlauch, Nüsse, Körbli)

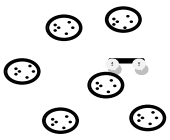
Feine Baumnüsse wachsen am grossen Nussbaum, diese fallen auf die Erde und wir lesen sie auf

- Kind klettert Sprossenwand hoch, setzt sich auf die Langbank, nimmt eine Nuss aus dem Korb und lässt diese das Rohr runter
- Anschliessend rutscht es die Langbank hinunter
- Erw. fangen unten die Nuss auf

Kürbisse: (2 Malstäbe, Kürbisse, braunes Tuch)

Auf dem Acker sind die Kürbisse reif um herein genommen zu werden!

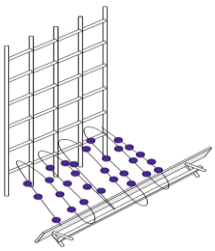
- Von Malstab zum Kürbisacker springen einen Kürbis nehmen und diesen im Krebsgang rückwärts wieder zum Malstab bringen
- Wer ist schneller, der grosse oder kleine Indianer?



Waldkräuter: (6 Reifen, laminierte Bilder, 2 Rollbretter)

Da die Zwerge gerne mit Waldkräuter kochen, müssen diese noch vor Wintereinbruch gepflückt werden

- Erwachsene liegen auf Rollbrett, Kinder liegen auf Erwachsenen
- Zusammen fahren sie durch den Wald und ernten Waldkräuter



Brombeeren plücken: (Klettergerüst, Langbank, Seile, Pompons und Klämmerli)

Feine Brombeeren wachsen noch an den Brombeerranken, das gibt im Winter bestimmt einen feinen Dessert!

- Alle kriechen oder steigen über die Brombeerranken (Seile) und ernten Brombeeren (Pompons)

im Zwergenwald

Ernte ins Zwergenlager bringen

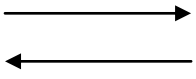
Nach jedem Posten muss die Ware ins Zwergenlager gebracht werden

- Kinder dürfen eine Runde Huckepack reiten

Ausklang: **Nebel zieht auf:** (Müsli, Müsli was machsch im Garte?)

Reaktionsspiel

Spiel:



Alle Mukis (Spaziergänger) befinden sich auf einer Seite und werden von einer Nebelschwade (Leiterin) überrascht

- Die Leiterin ruft: „Achtung Nebel zieht auf!"
- Alle Mukis laufen schnell auf die andere Hallenseite, wer von der Nebelschwade berührt wird, bleibt versteinert stehen
- Jetzt können die Spaziergänger vom Nebel und von den versteinerten Spaziergänger berührt werden

Vitamin Z: **Massageversli „im Herbstwind"** (Kind liegt auf dem Bauch)

Wir sehen einen wunderschönen Herbstwald
- mit flachen Händen auf dem Rücken streichen

Manchmal scheint die Sonne warm und lässt die Blätter goldig scheinen
- Hände aneinander reiben und auf Rücken legen

Wenn es windet tanzen die Blätter ganz wild
- auf Rücken kreisen

Da kommt ein starker Herbststurm
- unter T-Shirt blasen

Und es beginnt zu regnen
- mit Fingerspitzen auf Rücken tippeln

Dann regnet es schon mehr
- mit hohler Hand auf Rücken schlagen

Schnell suchen wir Schutz in unseren Waldhäusern
- Erwachsene legen sich leicht auf Kinder

Und warten bis alles wieder vorbei ist

Ritual: Muki-Schlussritual