



Ziel der Lektion: Bilderbuch turnerisch umsetzen und dabei die Grundtätigkeiten, Konzentration und Gleichgewicht schulen.

Einleitung:

Ritual: Muki-Anfangsritual

Neugierde:



Johanna ist ganz aufgeregt - wie Glisglis, hat auch sie bis jetzt den Samichlaus immer verschlafen. Glisglis möchte dieses Jahr unbedingt den Samichlaus sehen und bittet die anderen Tiere, ihm dabei zu helfen.

Bewegungs-Vers:



Glisglis (Text in Bewegung imitieren)

Glisglis lebt alleine unter einer alten Eiche.

- leicht gegrätscht stehen und Arme leicht ausstrecken.

Er schläft den ganzen Tag.

- hinkauern.

Jeden Abend wacht er auf und streckt seine Pfötchen,

- sich strecken und recken.

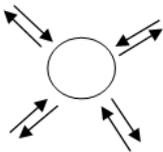
Und kriecht aus seiner Baumhöhle.

- Erwachsene kauern über Kind, dieses kriecht hinaus.

Dick und fett will er werden damit er während dem Winterschlaf nicht verhungert.

- Bauch mit Händen im Uhrzeigersinn massieren.

Stafette:



Futternvorrat sammeln (Wintervorrat Karten, 3 - 4 Gruppen)

Glisglis braucht viel zu fressen, was er nicht mehr fressen kann, trägt er in seine Höhle!

- Jede Gruppe hat eine leere Lottokarte vor sich.
- In der Mitte befinden sich die Lottokärtchen mit den Lebensmitteln.
- Erstes Mukipaar läuft in die Mitte und holt sich ein Lebensmittel und bringt dieses zurück und legt es auf die Lottokarte (Rückseite oben).
- Danach startet das nächste Mukipaar.
- Haben sie alle Vorräte gesammelt entsteht ein Bild.

Variante:

- Um das Ganze zu erschweren, können für Siebenschläfer nicht gute Lebensmittelkärtchen hingelegt werden.

Vitamin Z:

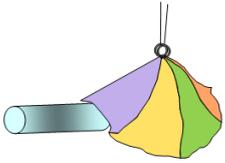


ins Nest kuscheln

Im Herbst wird es kühler und Glisglis kuschelt sich wie alle Siebenschläfer in sein wärmendes Nest um erst im Frühling wieder aufzuwachen. Doch dieses Jahr muss er unbedingt wachbleiben um St. Nikolaus nicht zu verpassen. Doch er wird sehr müde,...

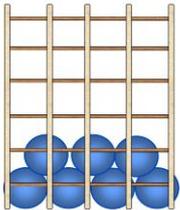
- Und kuschelt sich fest in sein weiches Nest.
 - Kind bei Erwachsenen auf Schoss.
- Legt seine Pfötchen auf den Bauch.
 - Hände aneinander reiben und auf den Bauch legen.
- Kurz die Augen schliessen.
 - Erwachsene bedecken die Augen der Kinder mit ihren Händen.
- Und dann doch im warmen Nest einschlafen - kuscheln.

Hauptteil:



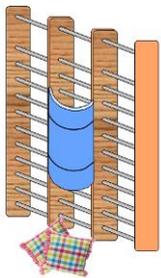
Glisglis in Höhle (IKEA-Tunnel, Schaukelringe, Fallschirm, Seil, 16-Matte, Memorie)
Glisglis ist in seiner warmen Höhle und schläft und träumt vom St. Nikolaus. Er möchte ihn dieses Jahr unbedingt sehen.

- Alle kriechen durch den Tunnel in die Höhle.
- Dort spielen sie ein Memorie.
- Haben sie ein gleiches Paar werden sie wach und gehen wieder weiter.



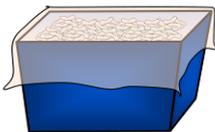
Fuchs stampft durch den Schnee (Klettergerüst mit Therapiebällen)
Der erste Schnee ist gefallen und es ist klirrend kalt. Der Fuchs schleicht durch den Schnee - da sieht er ein Licht. Schnell läuft er hin.

- Alle steigen hinter dem Klettergerüst über die Therapiebälle auf die andere Seite.
- Erwachsene nehmen Kind eine Runde Huckepack



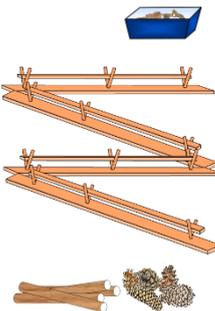
Specht baut an seiner Höhle (Sprossenwand, 1 dünne Matte, Seile, Kissen)
Der Specht ist fleissig und baut an seiner Höhle, dabei wird Glisglis wach - doch St. Niklaus ist noch nicht gekommen.

- Kind klettert die Sprossenwand hoch.
- Erwachsene hinterher.
- Gemeinsam klettern sie in die Höhle hinein bis sie im weichen Nest landen.



Eichhörnchen sucht Futtermittel (Wühlkiste mit Bällen oder Styroporschnipsel, Nüsse)
Oh je, das Eichhörnchen findet seinen Futtermittel nicht mehr und wühlt und wühlt in der Erde. Dabei wird Glisglis wach - ist St. Nikolaus gekommen?

- Kinder suchen in der Wühlkiste nach fünf Nüssen.
- Erwachsene befinden sich in der Zwischenzeit in Brettposition.

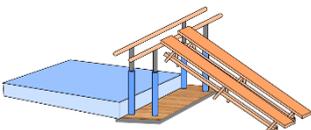


Tanzzapfen und Holz sammeln (4 Langbänke, Kiste, Tanzzapfen und Schlaghölzer)
Glisglis hört Stimmen - ob das wohl St. Nikolaus ist? Nein es ist nur eine Familie die Tanzzapfen und Holz für den Winter sammelt.

- Alle nehmen ein Tanzzapfen oder Schlagholz.
- Balancieren damit über die Langbänke auf die andere Seite.
- Dort legen sie die Tanzzapfen und Schlaghölzer in die Kiste.

Rabe auf Baumwipfel (Barren, 2 Langbänke, 1 dicke Matte)
Der Rabe sitzt auf dem Baumwipfel und hält Ausschau nach St. Nikolaus - sieht er ihn schon?

- Kind und Erwachsene laufen gemeinsam die Langbank hoch und halten Ausschau.
- Erwachsene stellen einen Fuss auf den vorderen Barrenholm und halten Kind am Oberarm fest.
- Kind steht mit beiden Beinen auf vorderen Holm.
- Gemeinsam springen sie auf die dicke Matte runter.



Ausklang:

Versteckspiel:



wer fehlt noch? (1 grosses Tuch)

Endlich ist St. Nikolaus gekommen und alle Tiere gehen schnell zu ihm - doch jemand fehlt doch noch!

- alle sitzen im Kreis und schliessen die Augen.
- Leiterin legt einem Mukipaar das grosse Tuch über.
- Dann öffnen alle wieder die Augen und raten wer noch fehlt.

Uhuu, uhuu, ruft die Eule - Glisglis wach auf, St. Nikolaus ist gekommen. Glisglis kommt verschlafen aus seiner Höhle und sieht das erste Mal St. Nikolaus. In seinem grossen Sack befinden sich ganz viele feine Sachen für die Tiere und jedes erhält etwas von ihm. Da nimmt er Glisglis in seine Hände und....

Vitamin Z:



Glisglis und St. Nikolaus (Kind sitzt vor Erwachsene)

Glisglis ist noch etwas Scheu und kriecht ganz vorsichtig den Rücken hoch, auf die Schultern vom St. Nikolaus.

- **Mit Fingern Rücken hochlaufen.**

Oben angekommen schaut er sich um und entdeckt die vielen Tiere - auf der Schulter ist es wunderschön!

- **Schultern leicht massieren.**

Da hat es Vögel die picken vergnügt die erhaltenen Sonnenblumenkerne.

- **Daumen und Zeigfinger ganz leicht an verschiedenen Stellen des Rückens zusammendrücken.**

Für die Mäuse und Eichhörnchen gibt es feine Nüsse.

- **Mit der Faust leicht kreisförmig massieren.**

Auch die Rehe und die Hasen erhalten etwas - ihnen hat er ganz viel feines Heu gebracht.

- **Mit gespreizten Finger über Rücken fahren.**

Doch da muss St. Nikolaus weiter - er hat noch viele feine Sachen für die Kinder im Sack. Glisglis rutscht schnell von den Schultern runter,.....

- **Mit Händen über die Brust und Bauch runterfahren.**

Und schlüpft in die warme Manteltasche - kuschelt sich ein und schläft weiter.

- **Erwachsene nehmen Kinder in die Arme.**

Ritual:

Muki-Schlussritual

Buch: **Wach auf, Siebenschläfer Sankt Nikolaus ist da.**

Verlag: **Nord-Süd**

ISBN: **3 314 00318 8**