



**Ziel der Lektion:** Mut und Geschicklichkeit an Grossgeräten fördern,  
Geschicklichkeit mit Leintücher.

## Einleitung:

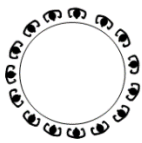
**Ritual:** Muki-Anfangsritual

**Neugierde:**



So viel Schnee hat Johanna schon lange nicht mehr gesehen und beschliesst einen Tag im Schnee zu verbringen. Überall sind viele Leute am Wintersport betreiben, dass weckt die Neugierde von Johanna.

**Finger Vers:**



## Fünf kleine Schneeflocken

Fünf kleine Schneeflocken fallen auf die Erde.

- **An der Kinderhand die fünf Finger bewegen.**

Die erste Flocke macht sich einen riesen Spass und setzt sich gleich auf deine Nase.

- **Mit dem Daumen die Nase des Kindes berühren.**

Das zweite Flöckchen setzt sich aufs Ohr und kommt sich lustig vor.

- **Zeigfinger berührt das Ohr vom Kind.**

Das dritte Schneeflöckchen klettert gleich aufs Köpfchen.

- **Mit Mittelfinger auf Kopf tippen.**

Das Vierte setzt sich auf die Backe und fällt sobald auf die Jacke.

- **Mit Ringfinger über die Wange streichen.**

Und das kleinste Flöckchen schickt zum Schluss Johanna einen dicken Kuss.

- **Eltern geben Kind einen grossen Kuss.**

**Aufwärmen:**



## unter der Schneedecke (6-8 Paare/ Leintuch)

*Draussen hat es geschneit und die ganze Natur liegt unter einer wunderbaren dicken Schneedecke, das freut Johanna.*

- Die Mukis halten sich rundum am Leintuch fest und lassen das Leintuch auf und ab bewegen.
- Diejenigen Kinder die gerne einmal unter der Schneedecke sitzen möchten, dürfen sich unter das Leintuch setzen.



*Johanna läuft schnell unter der Schneedecke durch.*

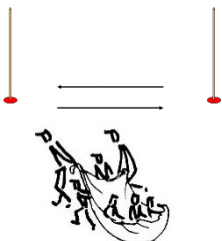
- Immer 2 Mukipaare tauschen miteinander den Platz in dem Moment, wo das Leintuch ganz oben ist.



*doch dann beginnt es zu stürmen und Johanna sucht Schutz unter der Schneedecke.*

- Wir bewegen den Fallschirm wieder auf und ab - auf das Kommando Schneesturm setzen sich alle schnell unter das senkende Leintuch.

**Stafette:**



## **Schlittenhunderennen** (3 Gruppen, pro Gruppe 1 Leintuch/2 Malstäbe)

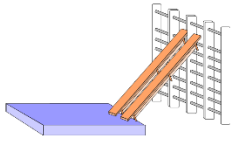
*Da sieht Johanna ein Schlittenhunderennen und ist total fasziniert und möchte auch mal auf einen solchen Gefährt mitfahren. Erwischt sie wohl die Schnellste Gruppe?*

- Immer 1 - 3 Kinder sitzen, knien oder stehen auf dem Leintuch.
- Erwachsene ziehen die Kinder auf die andere Seite um den Malstab rum und wieder zurück und übergeben den Schlitten an die nächsten Mukipaare.
- Welches ist das schnellste Gespann?

**Variante:**

- Die Hälfte der Muki's steht beim gegenüberstehenden Malstab bereit und wird dann abgelöst.
- Zuerst sitzend, nächsten Durchgang knieend und dann stehend laufen lassen.

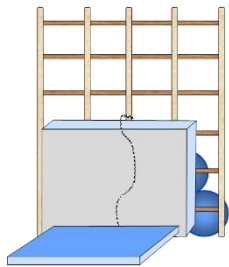
## Hauptteil:



### Skispringen (Sprossenwand, 2 Langbänke, 1 dicke Matte, Teppichresten)

*Johanna sieht gespannt den Skispringern zu - wie waghalsig sie die steile Schanze runterfahren um dann im richtigen Moment abzuspringen und zu fliegen. Das möchte sie auch einmal ausprobieren.*

- Kinder klettern Sprossenwand hoch und setzen sich auf einen Teppichresten.
- Danach rutschen sie auf dem Teppichresten die Langbank runter auf die dicke Matte.
- Erwachsene klettern Sprossenwand hoch und legen sich je einen Teppichrest unter jeden Fuss.
- Danach gleiten sie in Hockstellung die Langbank runter und springen auf die dicke Matte. (Mutprobe).



### Eiswandklettern (Klettergerüst, 1 dicke Matte, 1 16-er Matte, Seil, viel Therapiebälle)

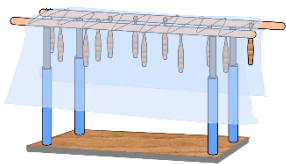
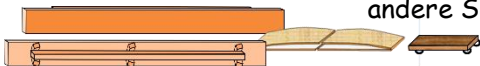
*An einer Eiswand wird fleissig geklettert, dass kann Johanna mit ihren speziellen Zehen mit Saugnäpfen besonders gut.*

- Kind klettert mit Hilfe des Seils und der Erwachsenen die Matte hoch.
- Erwachsene klettern hinterher.
- Gemeinsam springen sie von der Matte runter oder klettern auf die Therapiebälle runter.

### Rodeln (2 Langbänke, 2 Reuterbretter, Rollbretter)

*Waghalsige legen sich auf dem Bauch auf einen Schlitten und flitzen damit Kopf voran einen Eiskanal hinunter.*

- Erwachsene legen sich auf dem Bauch auf das Rollbrett.
- Kinder legen sich auf die Erwachsenen oder legen sich ebenfalls auf ein Rollbrett und halten sich an den Füßen der Erwachsenen fest.
- Erwachsene ziehen sich auf den Hügel (Reuterbretter) und lassen sich dann auf die andere Seite runtergleiten bis zum Ende des Eiskanales.



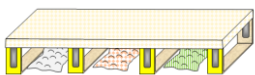
### Eishöhle erforschen (1 Barren, Seile, Keulen, Leintuch, 4 Kasten-Innenteile, Kissenbezüge unterschiedlich gefüllt, 2 Leintücher)

*Johanna entdeckt eine wunderschöne Eishöhle welche sie gerade erforscht.*

- Gemeinsam laufen sie durch die Eishöhle (Barren) mit den herabhängenden Eiszapfen (Keulen).

*Dann wird die Höhle kleiner und wir können sie nur noch kriechend erforschen.*

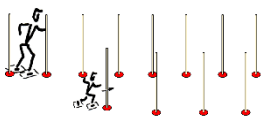
- Alle kriechen durch die Schwedenkasten-Innenteile durch.

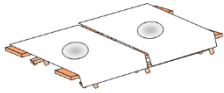


### Langlaufrennen (Malstäbe 1 x 4 / 1 x 8, Teppichfliessen)

*Auch an einem Langlaufrennen möchte Johanna teilnehmen, ob sie da eine Chance hat?*

- Alle nehmen unter jeden Fuss einen Teppichrest.
- Kinder absolvieren die kürzere Distanz, Erwachsene die Längere.
- Wer ist schneller?





**Eislochfischen** (2 Langbänke, Leintuch mit Loch, Magnetfische, Angelrute, Zahlenwürfel)  
*Auf dem gefrorenen See wird nicht nur Schlittschuh gelaufen sondern auch um die Wette gefischt.*

- Kind würfelt mit dem Zahlenwürfel.
- Danach wird die Augenzahl gefischt, dass heisst, die Erwachsenen müssen in der gleichen Zeit doppelt so viele Fische angeln wie Kinder.

## Ausklang:

Spiel:

**Flucht vor dem Schneesturm** (3 Leintuch in der Halle verteilt)

*Da beginnt es wieder heftig zu schneien und Johanna sucht sich eine freie Schneehöhle.*

- Ein Mukipaar ist Schneesturm (mit Spielband gekennzeichnet).
- Die anderen Kinder springen vor dem Schneesturm davon und können sich in einer Schneehöhle Leintuch verstecken.
- Kommt ein anderes Mukipaar unter das Leintuch, müssen sie es jedoch wieder verlassen.
- Erwischt der Schneesturm ein flüchtendes Mukipaar wechselt der Fänger und das Spielband.



Massage Vers:

**Johanna im Schnee**

*Johanna ist müde - nimmt einen tiefen Schnauf und legen sich dann auf den Bauch.*

Jetzt schneit es ganz fein beim allerschönsten Sonnenschein.

- leicht mit den Fingerspitzen auf Rücken tippeln.

Dann schneit es schon ein bisschen mehr - wo ist die Sonne hin?

- mit hohler Hand auf Rücken klopfen.

Jetzt fegt ein grosser Schneesturm und rüttelt und schüttelt.

- Kind leicht hin und her wiegen.

So viel das alles unter der Schneedecke liegt.

- mit flachen Händen von der Mitte nach aussen ausstreichen.

O je, Johanna wird voller Schnee!

- kreisend über den Rücken fahren.

Mit ihren kleinen Füßen befreit sie sich wieder vom vielen Schnee.

- von der Mitte nach aussen den ganzen Körper ausstreichen.

Da kommt ein starker Windstoss,....

- leicht unters T-Shirt blasen.

...lässt die Sonne mit ihren warmen strahlen wieder auf Johanna scheinen.

- Hände aneinander reiben und auf Rücken von Kind legen.

Und weckt den die kleine Echse mit einem warmen Kuss.

- Einen Kuss auf die Backe drücken



Ritual:

Muki-Schlussritual