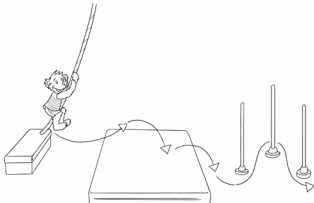

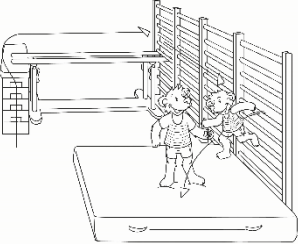


## Lektionsblatt

Thema	Heribert und die Bären	Datum	2023	
		Leiter/in	BA	
Lektionsziel	Die Bilderbuchgeschichte geturnt	Material zum Mitnehmen Bilderbuch, Surli (Kreisel), Leintuch, Download Musik Pips		
Ziel	Inhalt	Organisation / Skizze	Material	Zeit
<b>Einleitung</b>				
	Ritual im Anhang	Stirnkreis		
Rollenspiel	<p>Heribert, der Grashüpfer, schläft in der Hängematte in seinem Zuhause tief im Wald. Die Sonne kitzelt ihn und er erwacht langsam.</p> <p>Paare liegen auf einer M, streckten und recken sich und gähnen. Erw heben die M auf einer Seite an, sodass die Ki runterrollen/-rutschen.</p> <p>Walter der Spatz klopft an Heriberts Fenster und balanciert auf dem Fenstersims.</p> <p>Paare gehen dem Rand ihrer M entlang - 1x Richtungswechsel. Walter kann auch über die M flattern = Paare üben Weitsprung</p>	Freier Betrieb	1 M pro Paar	15'
laufen	<p>Heribert hat heute mit den Bären abgemacht. Er möchte ihnen seine Freunde vorstellen. Nun wird es höchste Zeit, die Bären am Waldrand abzuholen.</p> <p>Sprint an Waldrand = Heribert mit den schnellen Schuhen</p>			
<b>Hauptteil</b>				
	Alle stellen zusammen die Stationen auf. L erzählt die Geschichte weiter, während des Posten-Erklärens.	Stationsbetrieb		35'

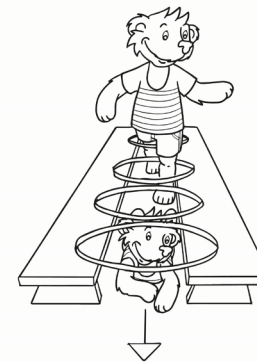
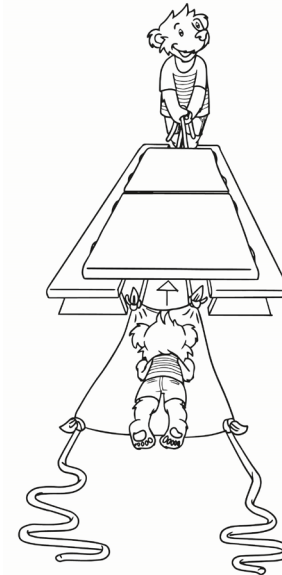
<p>schwingen gehen</p>	<p><b>Waldweg</b>  Der Weg zu Heriberts Haus führt durch einen kalten Fluss, durch Dickicht oder über Baumstämme = Variante.  Die Paare sollen nach jedem Posten wieder diesen Weg gehen.  Paare schwingen sich von SK Deckel mit dem Tau zur M16, Slalom durch die Malstäbe.  <b>Erweiterte Variante:</b> Tau oder Seile am Boden legen und darüber balancieren.</p>		<p>Tau, SK Deckel, M16, 8-10 Malstäbe  Für Variante: Tau oder Seile</p>
<p>balancieren</p>	<p><b>Ameisenhaufen</b>  Die Bären staunen, wie viele Ameisen in diesem Ameisenhaufen herumkrabbeln. Ricci und Nicci, erzählen von der vielen Arbeit, die so ein Ameisenvolk erledigt.  Je 2x2 SK Elemente (ohne Räder) mit je einer reingebogenen M. Der SK Deckel als Brücke dazwischen. Paare kriechen über das Hindernis.</p>		<p>1 SK (Deckel und Elemente, ohne Räder), 2 M</p>
<p>balancieren, klettern</p>	<p><b>Pips</b>  Das Eichhörnchen ist eine geschickte Kletterin und kann auch sehr gut über Äste balancieren.  Über SK und Barren (im Vierfüßler) zur SPW balancieren und seitwärts zur Matte klettern. Von SPW auf Matte springen – Ki lässt dazu eine Hand los. Erw sichern ihre Ki</p>		<p>1 Barren, SPW, 1 SK, 1 M40</p>

schlüpfen  
Turnen für Erw

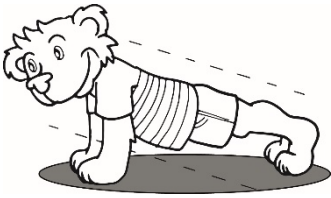
**Willi**

Der Regenwurm gräbt sich Gänge in der Ede und kriecht durch.

- LB + Reifen: Ki schlüpft unter den Reifen durch und Erw steigt über die Reifen und betrachten die Erdenhäufchen.
- LB, M + Tuch mit Seilen: Ki liegt auf dem Tuch und Erw zieht es durch den Tunnel.



2 LB mit Reifen 2 LB mit  
M und Leintuch bei wel-  
chem oben und unten  
ein Seil angeknötet ist

Feinmotorik, Turnen für Erw	<b>Gartenbank bei Heribert's Haus</b> <b>Die Freunde treffen sich vor Heriberts Haus bei der gemütlichen Gartenbank.</b> Den Surli im Reifen drehen und solange dieser in Bewegung ist, ahmen wir mit unseren Körpern eine Gartenbank nach = Liegestützposition		1 Surli, 1 Reifen	
Geschicklichkeit	<b>Karl</b> <b>Der Mistkäfer transportiert seine Essenskugel mit sich herum.</b> Mit Stäben Bälle transportieren und in SK Element deponieren. <b>Erschwerende Variante:</b> Ki und Erw gehen seitwärts über parallel stehende LB.		2 Gymnasikstäbe, Bälle, 1 SK Element, Strecke von etwa 5 Metern Für Variante: 2 LB	
<b>Ausklang</b>				
tanzen	Line Dance von Pips	Reihen, Kolonen	Musik Pips	10
	Ausklang + Ritual	Stirnkreis		

**Bemerkungen / Nachbearbeitung:**

Szenen aus dem Buch sind **rot geschrieben**. Allenfalls eine Kopie beim Posten anbringen oder die Bilder beim Erzählen der Gruppe zeigen.

# Anhang

## Anfangs- und Schlussritual, Lieder, Versli

### Anfangsritual von Andrew Bond

Halli, hallo schön sind ihr cho  
 Halli, hallo mir startet scho:  
 Winked alli so ...  
 Ruefed alli so HEY  
 Turne dalli so ...  
 Gumped alli so ...  
 Halli, Halli, Hallo

### Schlussritual

Zur Melodie von «Jetzt falled Blättli wieder»

Üses Turne isch jetzt ume,  
 drum winked mir änannd.  
 Ich wünsch en guete Heiwäg  
 und säge: adie mitenand!

## Line Dance Pips

### Musik Pips

Auf der Homepage des STV. Logg dich ein oder registriere dich kostenlos.

### Aufstellung

Die Paare stellen sich in 4 Reihen auf, Abstand etwa 2-3 Meter. Hallenlinien als Hilfsmittel nehmen.

Wenn der Tanz das erste Mal geübt wird, nehmen die Erw ihre Ki neben sich und stehen gegenüber einem anderen Paar. Kennen alle den Ablauf bereits gut, können die Erw vis-à-vis vom Ki stehen.

### Zeit Teil Takte Beschrieb

0'00	Intro	8	Paare ( <i>Mehrzahl vorher Einzahl</i> ) gehen aufeinander zu, begrüßen sich individuell und gehen wieder zurück	
0'09	A	8	Mit 4 Schritten aufeinander zugehen, Hände fassen (kleiner Kreis bilden) und nach re drehen,	
		8	dann nach li drehen, Hände loslassen und wieder rückwärts an seinen Platz gehen.	
		2	Sich ausschütteln	
0'31	B1	8+8	Paare tanzen frei zur Musik	
0'50	A	18	Wiederholung von Teil A	
1'12	B2	8+8	Wiederholung von Teil B1	
		4	Paare gehen aufeinander zu, drehen sich in eine Richtung und bilden so 2 Kolonnen	
1'36	B3	18	Jede Kolonne bewegt sich durch die Halle (vorab bestimmt L, wer welche Kolonne anführen soll) Am Schluss treffen sich alle in der Mitte und nehmen beim Schlusston eine grossartige Pose ein	