

Bewegungs-Adventskalender 2016





1. Dezember

Das Eichhörnchen (Bewegungsgeschichte)

Material: Turnmatten

Bei dieser Bewegungsgeschichte erfahren die Kinder, wie das Eichhörnchen den Winter verbringt. Vor Beginn der Geschichte legt sich jedes Kind auf eine Turnmatte. Beginnen Sie nun zu erzählen und lassen Sie den Kindern ausreichend Zeit, damit sie das Verhalten des Eichhörnchens pantomimisch nachahmen können:



Hoch oben im Baum liegt das Eichhörnchen zusammengerollt in seinem gemütlichen Nest aus Blättern, Moos und Zweigen. Das Nest wird Kobel genannt. Das Eichhörnchen hat sich mit seinem buschigen Schwanz zugedeckt. So spürt es die Kälte nicht. Seit mehreren Tagen liegt es bewegungslos im Kobel. Mal schläft es, mal döst es vor sich hin. Plötzlich wird das Eichhörnchen von einem Knurren aus seinem Bauch geweckt. Es hat Hunger. Es reckt und streckt sich. Es hebt den Kopf. Vorsichtig schaut es aus seinem Kobel heraus und blinzelt mit den Augen. Kalter Wind pustet ihm ins Gesicht. Das Eichhörnchen schüttelt sich. Nun ist es richtig wach. Blitzschnell klettert es aus seinem Kobel und den Baum hinunter. Unten angekommen, bleibt es stehen und schaut sich nach allen Seiten um. Wo hat es nur seine Eicheln, Nüsse und Zapfen versteckt? Hungrig läuft das Eichhörnchen los. Es gräbt hier und dort. Wo wären bloß die Verstecke? Es stellt sich auf seine Hinterbeine und macht sich ganz groß. Nun hat es einen viel besseren Überblick. Endlich erinnert sich das Eichhörnchen an ein Versteck. Schnell läuft es zur alten Eiche. Es reckt sich so gut es kann und greift in eine kleine Baumhöhle. Geschafft! Mit beiden Vorderfüßen holt es eine Eichel nach der anderen aus dem Versteck und knabbert sie auf. Endlich ist das Eichhörnchen satt. Allmählich spürt es auch, wie die Kälte durch sein dichtes Fell kriecht. Flink läuft es mit seinen kleinen Füßchen zurück zu seinem Baum. Eilig klettert es hinauf und kriecht in seinen kuscheligen Kobel. Kaum hat es sich mit seinem buschigen Schwanz zugedeckt, ist es auch schon eingeschlafen.

Aus: Sandra Sommerfeld, Dem Winter auf der Spur, Ideen, Materialien und Aktionen



2. Dezember

Weihnachtsduftspiel



Weihnachten ist die Zeit der vielen Düfte.

Lasst die Kinder die unterschiedlichen Düfte erleben und macht daraus ein kleines Ratespiel.

Füllt in kleine Teedosen, Tassen oder andere Gefäße verschiedene Dinge, die mit Weihnachten zu tun haben, z.B. Zimt (Gewürz), Anis (Gewürz), Vanille (Schote), Tannennadeln, Mandarinstückchen und -schale, Orangenstückchen und -schale, Lebkuchen, geknackte Nüsse.

Lasst die Kinder mit geschlossenen Augen riechen und beschreiben, was sie riechen können. Dann sollen sie versuchen, zu erraten, was sich im Gefäß befindet.

Im Anschluss könnt ihr noch ein Duft-Memory machen.

Dazu befüllt ihr lauter gleiche kleine Gefäße, z.B. Filmdöschen mit unterschiedlichen dieser Duftutensilien. Befüllt jedoch jeweils 2 mit dem gleichen Duft.

Nun bekommen die Kinder ein Duftgläschen bzw. -gefäß und riechen mit verschlossenen Augen daran. Sie sollen sich diesen Duft merken.

Danach erhalten sie zwei unterschiedliche Duftgläschen bzw. -gefäße und sollen wiederum blind schnuppern.

Welcher der zwei neuen Düfte ist der gleiche wie der erste?

Wer findet die meisten Paare?



3. Dezember

Weihnachtspunsch

Kochen Sie mit Ihrem Kind mal wieder einen gesunden Punsch und machen Sie einen Spaziergang in den nächstgelegenen Weihnachtswald.

Was es da echt alles zu entdecken gibt?

Zutaten für Punsch:

- 0,5 Liter Früchtetee (wenn möglich nicht künstlich aromatisiert)
- je 1/4 Liter Apfel und Traubensaft (naturtrüb)
- 1 Zimtstange
- 6 Gewürznelken
- 2 Kardamomkapseln

Tee mit Fruchtsäften und Gewürzen erhitzen und ein bis drei Stunden ziehen lassen.





4. Dezember

Mein Lebkuchenmann (Entspannungsgeschichte mit Massage)



Material: Grosse Malerpinsel (langer Stiel z.B. Heizungspinsel)

Vorbereitung: Es werden Paare gebildet. Ein Partner ist der Lebkuchenmann und liegt auf dem Boden, der andere ist der Bäcker und hat den Pinsel.

Spielidee:

Gestern habe ich viele Lebkuchenmänner gebacken und heute möchte ich ihn verzieren. Ohne die leckere Glasur schmeckt er nämlich nur halb so gut. Damit das etwas schnell geht, könnt ihr mir helfen.

Zuerst streichen wir die Glasur mit dem Pinsel vorsichtig über den Kopf. Der Kopf ist immer am schwersten, weil er so empfindlich ist und schnell abbricht. Gebt euch bitte viel Mühe und lässt möglichst keine Stelle aus.

Vom Kopf geht es dann weiter über den Hals auf die rechte Schulter und dann den rechten Arm herunter bis zu den Fingerspitzen der rechten Hand. Denkt daran keinen Finger zu vergessen.

Jetzt geht es weiter am linken Arm. Zunächst bestreichen wir die Schulter, dann den Oberarm, den Ellenbogen, den Unterarm, die Hand und jeden einzelnen Finger der linken Hand.

Als nächstes ist der Oberkörper an der Reihe. Mit ganz langen Pinselstrichen kannst du von oben nach unten und von unten nach oben die Zuckerglasur auftragen. Damit wir keine Stelle übersehen, arbeiten wir lieber etwas langsamer.

Der Po des Lebkuchenmannes ist als nächstes an der Reihe.

Nun bleiben noch die Beine übrig. Zunächst das rechte Bein. Wir fangen am Oberschenkel an, kommen dann an der Kniekehle an, streichen über die Wade und zum Schluss über den Fuss.

Geschafft. Jetzt noch das linke Bein und unserer Lebkuchenmann glänzt in seinem Zuckerkleid. Wir fangen wieder am Oberschenkel an, kommen dann an der Kniekehle an, streichen über die Wade und zum Schluss über den Fuss.

Fertig! Sieht er nicht wunderschön aus unser Lebkuchenmann?



5. Dezember

Fensterengel

Material:

- 3 Fichtenzapfen
- 3 Holzkugeln (durchbohrt, 3,5 cm Durchmesser)
- Juteschnur
- Wickeldraht (geglüht, 0,65 mm Durchmesser)
- Wollkordel in Weiß (75cm)
- Filzstifte in Rot und Schwarz, Lackstift in Weiß
- Schwämmchen, Bohrer (2 mm Durchmesser), Zange



Bastelanleitung:

- In die Fichtenzapfen von oben Löcher (2 mm Ø) bohren.
- Für die Haare die Juteschnur mehrmals um drei Finger wickeln. Einen Faden als Aufhänger länger lassen. Das Bündel aufschneiden, mit Wickeldraht abbinden, diesen gut verdrehen und durch die Holzkugel (Kopf) führen.
- Den Draht etwa drei Zentimeter unterhalb der Kugel abwickeln und mit etwas Holzleim in dem Zapfen fixieren.
- Von der Wollkordel 25 cm abschneiden, zu einer „8“ legen und zusammenkleben. Die liegende „8“ nun von hinten mit einer Juteschnur an den Engel binden, vorne die Schnur zu einer Schleife binden.
- Das Gesicht aufmalen. Zuletzt die roten Wangen mit einem Schwämmchen verwischen. Fertig.



Quelle: Weihnachts-Deko Natur © 2012 Christophorus Verlag GmbH & Co. KG



6. Dezember

Zum Nikolaus (Fingervers)



Auf einem hohen Berg wohnt Muck, der Wichtelzweg.
 Dort trifft sich einmal im Jahr eine ganze Wichtelschar.
 Zuerst kommt Rick, er bringt Kerzen,
 dann kommt Zack mit roten Herzen,
 Back, der vierte Wichtelmann,
 schleppt die Tannenzweige an.
 Pock, der kleinste trägt sehr gerne
 seine vielen bunten Sterne.
 Festlich schmücken sie das Haus
 und warten auf den? Nikolaus

Quelle: Fingerspiel Monika Rieger.

«Auf einem hohen Berg» - hohen Berg mit beiden Händen andeuten.

«wohnt Muck, der Wichtelzweg» - Muck ist der Daumen

«Dort trifft sich einmal im Jahr eine ganze Wichtelschar.» - Wichtelschar mit alle Fingern einer Hand andeuten

«Zuerst kommt Rick, er bringt Kerzen,» - Rick = Zeigefinger, geht den Arm hinauf zum Berg (Schulter)

«dann kommt Zack mit roten Herzen,» Zack = Mittelfinger, steigt zur Schulter hoch, Herzen mit den Händen anzeigen

«Back, der vierte Wichtelmann, schleppt die Tannenzweige an.» - Back = Ringfinger, geht langsam hinauf

«Pock, der kleinste trägt sehr gerne seine vielen bunten Sterne.» - Pock = kleiner Finger, geht schnell hinauf

«Festlich schmücken sie das Haus und warten auf den?» Kinder erraten «Nikolaus», evtl. Nikolaus andeuten: Beide Hände zu Fäusten an eine Schulter legen, so als würde man einen Sack tragen.



7. Dezember

Herbstblättertanz (Bewegungsgeschichte)

Hui! Hörst du, wie laut der Wind pfeift? *(Hand ans Ohr legen)*

Brr! Er pustet und bläst. *(Pusten und sich die Arme um den Körper schlingen)*

Mitten auf der Wiese steht ein Baum. Den hat der Wind auch entdeckt. Pfeifend rüttelt und schüttelt er am Baum. *(Arme seitlich ausstrecken und schütteln)*

Der Wind bläst immer kräftiger – und plötzlich: schau! *(Eine Hand über die Augen legen und nach oben blicken)*

Der Wind hat viele bunte Blätter vom Baum gepflückt. Er bläst und pustet sie wild durch die Luft. *(Durcheinander im Raum herumlaufen)*

Sieh nur, wie die Blätter tanzen: hin und her und her und hin. *(Mit ausgebreiteten Armen durch den Raum tanzen)*

Immer wieder bläst der Wind die Blätter durcheinander. So kann jedes Blatt immer wieder mit einem anderen tanzen. *(Immer 2 oder 3 Kinder nehmen sich an den Händen und tanzen durch den Raum.)*

Der Wind pustet immer kräftiger, und der Tanz der Blätter wird schneller und wilder. *(Jedes Kind tanzt wieder für sich, dreht sich dabei immer schneller.)*

Hui, jetzt schwingen die Blätter weit hin und her. *(Mit ausgebreiteten Arme hin- und herschwingen)*

Sie machen einen Bogen und drehen sich im Kreis. *(Mit den Armen Bogen in der Luft beschreiben und sich dazu langsam im Kreis drehen)*

Oh! Jetzt sind die Blätter unten auf dem Boden angekommen! *(Langsam auf den Boden gleiten lassen und sich hinsetzen)*

Hurra! Was für ein schöner Tanz das war! *(In die Hände klatschen)*

8. Dezember

Nikolaus-Kimspiel

Legt in einen Korb oder eine Kiste verschiedene Dinge, die mit dem Thema Nikolaus zu tun haben z.B. Haselnüsse, Walnüsse, Glocke, Tannenzweig, Mandarine, Apfel, Geschenk, Rupfensäckchen, Handschuh, Nikolausmütze. Deckt den Korb/die Kiste mit einem Tuch ab.

Alle Mitspieler sitzen im Kreis.

Einer beginnt und darf unter dem Tuch einen Gegenstand befühlen, beschreiben und erraten. Diesen legt er danach auf den Boden evtl. auch auf ein Tuch. So kommen alle Mitspieler beim Tastspiel an die Reihe.

Beim zweiten Spielschritt betrachten alle genau die Gegenstände auf den Boden/Tuch. Nun schliesst ein Mitspieler die Augen oder verlässt kurz den Raum. Ein Gegenstand wird im abgedeckten Korb/der Kiste versteckt. Der Mitspieler soll den fehlenden Gegenstand nun erraten.

Hierbei kommen ebenfalls alle Spieler an die Reihe.



9. Dezember

5 klitzekleine Weihnachtsmänner (Fingerspiel)

5 klitzekleine Weihnachtsmänner
gehen in den Wald.
5 Finger zeigen

Sie wollen eine Tanne holen,
denn Weihnachten ist bald.
Aus Händen eine Tanne bilden

Der erste sagt: „Puh, ist die schwer!“
Daumen zeigen

Der Zweite sagt: „Ich kann nicht mehr.“
Zeigefinger zeigen

Der Dritte heult: „Es piekt, oh weh!“
Mittelfinger zeigen

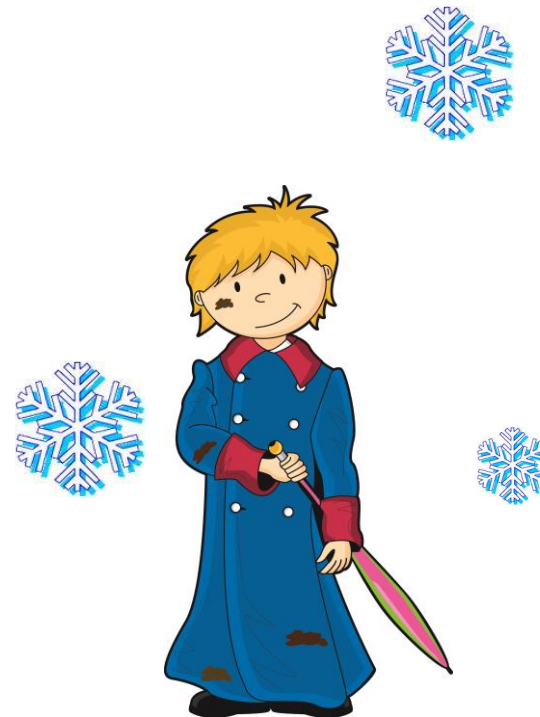
Der Vierte stolpert in den Schnee.
Ringfinger zeigen

Der Fünfte, der Kleinste,
Kleinen Finger zeigen

hat sich stark gemacht
Muskeln zeigen

und hat den Baum nach Haus gebracht.
Baum tragen über der Schulter andeuten

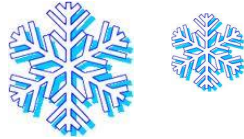
«Purzelbaum» – Ein Projekt für mehr Bewegung und gesunde Ernährung





10. Dezember

Grittibänz



4 Stück

Backpapier für das Backblech

Teig:

- 500 g Mehl, z.B. Zopfmehl
- ½ EL Salz
- 2 TL Zucker
- 75 g Butter, weich
- ½ Würfel Hefe (21 g), zerbröckelt
- 2,75 dl Milch, lauwarm

Verzierungen:

- Haselnüsse, Baumnüsse, Sultaninen, Hagelzucker
- 1 Ei verklopft, zum Bestreichen

Rezept: Swissmilk.ch



- Alle Zutaten bereitstellen.
Für den Teig Mehl, Salz und Zucker mischen, eine Mulde formen. Butter in kleinen Stücken in die Mulde geben. Die Hefe mit 0,5 dl Milch auflösen, mit der restlichen Milch in die Mulde giessen. Alles zu einem Teig zusammenfügen. Teig kneten, bis er weich und elastisch ist, mindestens 10 Minuten. (Beim Aufschneiden mit einem Messer sollen kleine Luftblasen sichtbar sein.) Teig in der Schüssel unter einem aufgeschnittenen Plastikbeutel bei Zimmertemperatur auf das Doppelte aufgehen lassen. Den aufgegangenen Teig nicht mehr kneten. Teig vierteln, wenig davon für die Verzierung beiseitelegen, jeden Viertel zu einer ovalen Form drehen, dabei den Teig einrollen und die Oberfläche glatt ziehen.
- Für den Kopf auf beiden Seiten der Teigrollen mit dem Teighorn je ein Dreieck ausschneiden, für Arme und Beine Teig einschneiden.
- Verzierungen: Sultaninen, Nüsse usw. tief in den Teig drücken, mit restlichem Teig Verzierungen formen wie Halstuch, Mütze, Gurt usw., Verzierungen mit wenig Wasser ankleben, für Haare mit einer Schere Zacken in den Kopf schneiden. Grittibänze auf mit Backpapier belegten Blechrücken legen, mit verklopftem Ei bestreichen, in die untere Hälfte des kalten Ofens schieben, Ofen auf 200 °C einschalten. Backzeit: 30-40 Minuten.

11. Dezember

Nur zu Hause ist es warm

In diesem Winterspiel steht die Veränderung der Bewegungsart im Vordergrund. Hüpfen, krabbeln, schleichen oder rennen werden mit bestimmten Tierbewegungen verknüpft. Dabei helfen „Häuser“ aus Gymnastikreifen.

Material:

- Gymnastikreifen (pro TN 1 Reifen),
- Trommel

Vorbereitung:

Die Reifen liegen im Raum verteilt, es gibt keine bestimmte Anordnung. Die Reifen stellen die Häuser für die Kinder dar. Die Kinder laufen durch den Raum ohne die Häuser zu berühren.

Spielidee:

Während der Übungsleiter folgenden Spruch sagt, bewegen sich die Kinder frei im Raum.

Die *Kinder laufen* durch den Wald
sie frieren – ihnen ist sooo kalt!
Plötzlich hören sie einen Donner (Trommeln).... und rennen schnell nach Haus.
Dort machen sie sich klein wie eine Maus.
Dann machen sie sich richtig groß
und laufen wieder los!

Die kursiv geschriebenen Begriffe werden in jeder Strophe durch andere Wörter ersetzt:

- Hasen hüpfen,
- Elefanten trampeln,
- Schlangen schlängeln...

Die Kinder bewegen sich passend zu dem Begriff.

«Purzelbaum» – Ein Projekt für mehr Bewegung und gesunde Ernährung



12. Dezember

Wichtel Ricky (Autogenes Training für Kinder)

Alle Kinder legen sich gemütlich hin. Wer will darf die Augen schließen. Der Raum sollte angenehm temperiert sein.

Spielidee:

In der Weihnachtswerkstatt ist ein Tag vor dem Heiligen Abend ganz schön viel zu tun. In allen Ecken wird noch gesägt, geschraubt, gemalt, die Geschenke werden sortiert, verpackt und beschriftet. Damit alles funktioniert ist der Chefwichtel Ricky richtig im Stress. Er rennt von den Malern zu den Einpackern und von den Einpackern zu den Bastlern. Eine Pause hat er jetzt überhaupt nicht mehr. Als dann endlich Arbeitsschluss ist, kann der Ricky schon fast nicht mehr laufen, so erschöpft ist er.

Schwereformel:

Ricky ist erschöpft und müde. - Seine Beine sind schwer vom herum Rennen. - Seine Arme sind schwer vom vielen Arbeiten. - Der Wichtel ist müde und erschöpft.

Zu Hause angekommen lässt sich er sich auf das Sofa vor dem Kamin sinken. Zum Glück hat seine Frau das Feuer angemacht und die Flammen tanzen lustig hin und her. Das Zimmer ist warm und es duftet nach Tannenholz und leckeren Keksen.

Wärmeformel:

Den kleinen Wichtel wird warm und wohlig. - Die Wärme breitet sich über dem ganzen Körper aus – sogar die kalten Zehen werden wunderschön warm. - Ricky fühlt sich wohl und geborgen, kuschelt sich an ein Sofakissen und schläft ein.

Dann beginnt er zu träumen.-

Er fliegt mit dem Weihnachtsmann und dem Rentierschlitten vom Nordpol weg. Hinauf zu den Sternen und am Himmel entlang. Sie fliegen über Wälder und Felder – es liegt überall Schnee und die Seen und Flüsse sind vereist. Aus dem Schlitten sieht die Welt ganz verzaubert aus, friedlich und wunderschön.

Ruheformel:

Während der Wichtel alles betrachtet wird er ganz ruhig und entspannt. - Er genießt die Ruhe der Winterlandschaft und fühlt sich sicher und geborgen. - Der Schlitten des Weihnachtsmannes gleitet ruhig dahin – als würde er auf einer Wolke schweben.

Der Weihnachtsmann merkt, dass sein wichtigster Helfer sich richtig wohl fühlt und will ihm eine kleine Freude machen. Unter dem Sitz hat er eine Thermoskanne und zwei Becher versteckt. Die holt er heraus und gießt für den Wichtel und für sich heißen Kakao ein. Der Wichtel schnuppert zunächst am heißen Dampf, der aus dem Becher aufsteigt. Hhmmm, riecht das gut.

Sonnengeflecht:

Dann kostet er und der warme Kakao fließt in seinen Bauch. - Angenehme Wärme breitet sich von seinem Bauch durch den ganzen Körper aus. - Sogar bis in die Fingerspitzen merkt der kleine Wichtel die wohlthuende Wärme.

Der Chefwichtel Ricky träumt noch eine Weile von seinem Ausflug mit dem Weihnachtsmann.

Versuche dir doch auch einmal vorzustellen, wie du mit dem Rentierschlitten herumfliegst.

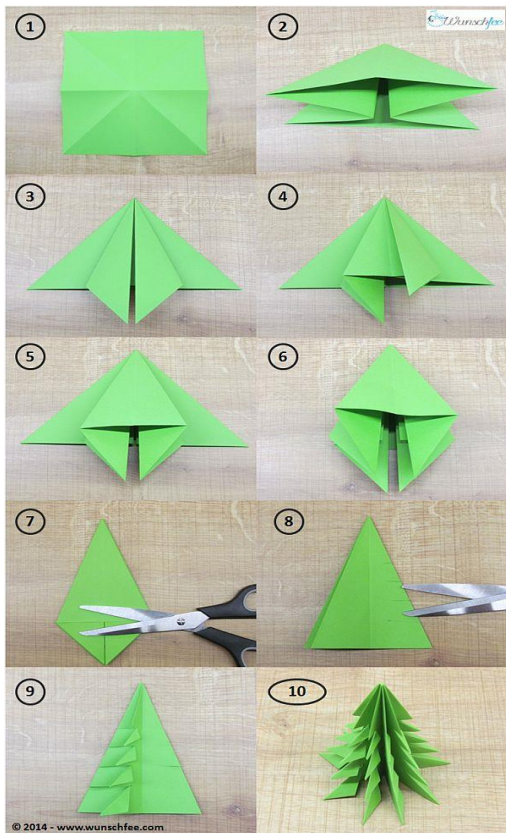
Du kannst in deinen Träumen hinfliegen, wohin du möchtest – lass dir Zeit...Langsam wird es Zeit für dich zurück zu kommen. Ich zähle langsam von 3 rückwärts. Wenn ich bei 0 angekommen bin, bist du hellwach und voller Energie.

Quelle: www.kita-turnen.de/thema/thema-weihnachten

13. Dezember

Tannenbaum falten

Material: Papier und Schere



Quelle: www.wunschfee.com

Das farbige oder weiße Papier soll eine quadratische Form haben. Falten Sie das Papier so, dass das Quadrat vier Falten bekommt: also halbieren und diagonal falten (Bild 1).

Falten Sie die Außenseiten nach innen auf ein übereinanderliegendes Dreieck (Bild 2).

Jetzt die Spitzen nach innen schlagen. Erst eine und dann die andere Seite (Bild 3).

Weiter falten Sie eine „Klappe“ auf der linken Seite (Bild 4) und dann auf der rechten Seite (Bild 5).

Das Ergebnis umdrehen und die Schritte 3 bis 5 wiederholen (Bild 6). Nun das überflüssige Papier unten abschneiden (Bild 7).

Je nach Blattgröße die Seiten mit 3, 4 oder 5 Einschnitten versehen, jedoch nicht bis zur Mitte schneiden (Bild 8).

Es sind nun 8 „Klappen“ mit Einschnitten entstanden. Jetzt wird es etwas fummelig: An jeder der acht Klappen müssen die an den Einschnitten die „Fähnchen“ als Dreieck gefaltet werden (Bild 9).

Schwer zu beschreiben, aber jeder kapiert es schnell. Nun die alle acht Klappen schön ausrichten und fertig sind wir (Bild 10).

Viel Spaß und frohes Fest!

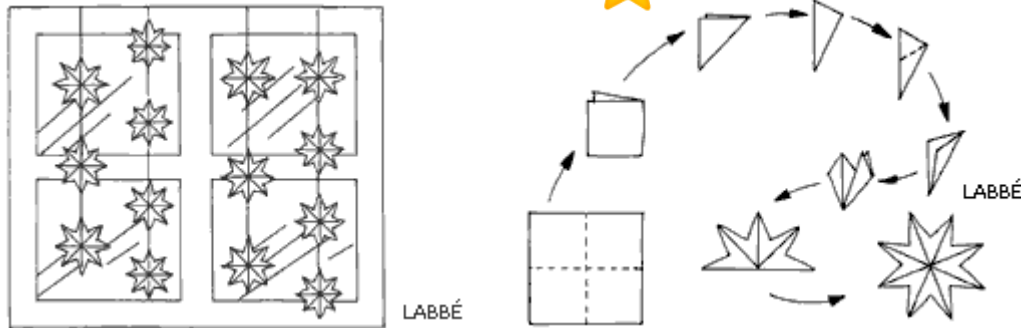


14. Dezember

Sternenregen

Material:

Goldpapier, Schere, Nadel und Faden



Schneidet das Goldpapier in Quadrate von etwa sieben Zentimeter Seitenlänge. Nehmt eines davon, faltet die obere Hälfte über die untere und die rechte Seite über die linke, so dass ein kleineres Quadrat entsteht. Daraus macht man ein Dreieck, und klappt es noch einmal zu einem spitzeren Dreieck zusammen.

Jetzt schneidet mit der Schere die Spitze schräg ab und faltet das Papier auseinander. Siehe da: ein Stern! Und weil's so einfach war, das Gleiche jetzt noch etwa zwanzig Mal – schliesslich soll es ja Sterne regnen.

Nun werden mehrere Sterne zu einer Reihe aneinandergenäht. Zwischen den Sternen werden jeweils ein paar Zentimeter Abstand gelassen. Hängt mehrere solcher baumelnden Sternenfäden ins Fenster. Das ist von drinnen und von draussen ein märchenhafter Anblick!

Quelle: www.labbe.de

15. Dezember

Der kleine Weihnachtsmann (Bewegungsgeschichte)



Die Kinder (bzw. das Kind) müssen in der nachfolgenden Geschichte alle Tätigkeiten des kleinen Weihnachtsmannes nachmachen. Ein Erwachsener liest den Text langsam vor und gibt evtl. kleine Tipps. Am Anfang der Geschichte liegen alle Kinder mit geschlossenen Augen auf dem Boden.

Heute ist Weihnachten und der kleine Weihnachtsmann **liegt** noch im Bett und **schläft**.

Er **lächelt** im Schlaf und **dreht** sich noch einmal um.

"RRRRRRRRRRR!" da klingt der Wecker und der kleine Weihnachtsmann **öffnet** die Augen.

Ist es etwa schon Weihnachten? Ach, er ist doch noch so müde.

Der kleine Weihnachtsmann **gähnt**, dann **reckt** und **streckt** er sich, **strampelt** mit den Beinen die warme Decke weg und **steht auf**.

Damit er endlich richtig wach wird, **wäscht** er sich sein Gesicht. Dann **kämmt** er sich die Haare und zuletzt **putzt** er seine Zähne - *sehr gründlich!*

Jetzt **zieht** er seinen Weihnachtsmannmantel an, **setzt** die Weihnachtsmütze auf den Kopf und **zieht** die Stiefel an - hauruck.

Es gibt ja noch so viel zu tun, bevor er die Geschenke zu den Kindern bringt. Am besten er fängt gleich an, sonst schafft er heute gar nicht alles.

Erst einmal muss er sich um die Rentiere kümmern.

Aber der Weg zum Stall liegt voller Schnee, darum muss der kleine Weihnachtsmann erst einmal **Schnee schaufeln**.

Beim Stall angekommen, **legt** er die Schneeschaufel weg und **nimmt** den schweren Futtersack auf die Schulter und **trägt** ihn zur Futterkrippe - ui ist der schwer!

Er **setzt** den Sack auf den Boden ab und **öffnet** oben die Schleife. Dann **holt** er mit beiden Händen Futter heraus und **legt** es in die Krippe.

So, das sollte wohl genug sein.

«Purzelbaum» – Ein Projekt für mehr Bewegung und gesunde Ernährung

Nun **nimmt** er sich die Bürste und **bürstet** den Rentieren das Fell bis es schön glänzt - schließlich ist heute ein ganz besonderer Tag, da sollen alle hübsch aussehen.

Nun hat er aber auch selbst Hunger bekommen. Er **greift** sich einen Apfel aus der Speisekammer und **beißt** hinein. Ach ist der lecker. Er **kaut** genüsslich und **schmatzt** ein wenig, bevor er **herunterschluckt**.

Gestärkt geht es wieder an die Arbeit. Der kleine Weihnachtsmann muss den schweren Schlitten vor das Haus **schieben**. Hauruck, hauruck - er **zieht** und **schiebt** abwechselnd bis er es geschafft hat.

Jetzt fehlen nur noch die Geschenke. Sie stehen im Schuppen und der kleine Weihnachtsmann muss sie zum Schlitten bringen. Er **stellt** mehrere Geschenke übereinander und **trägt** sie dann hinüber. Er **wirft** er sie hinten auf den Schlitten - schwups, erledigt.

So, nun kann es los gehen. Der kleine Weihnachtsmann **setzt** sich auf den Schlitten und - huch - hat er nicht etwas vergessen? Er **kratzt** sich am Kopf.

Ach ja, die Rentiere!

Er **steigt** wieder ab und **geht** zu den Rentieren. Er **nimmt** eines am Halfter und **führt** es zum Schlitten, die anderen Rentiere folgen von allein. Nun kann er sie am Schlitten mit einem Knoten **festbinden**.

Der kleine Weihnachtsmann **steigt** wieder auf, **setzt** sich auf seinen Sitz und **nimmt** die Zügel.

„Hü!“ **ruft** er und schon geht es los in die Luft und weil unten noch seine kleine Katze steht und im nachschaut, **winkt** er noch einmal, bevor er in den Wolken verschwindet.

Quelle: Barbara Schniebel



16. Dezember

Zwerge und Elfen helfen dem Weihnachtsmann (Spiel)

So kurz vor Weihnachten hat der Weihnachtsmann so viel zu tun. Gut das er seine Zwerge und Elfen zum Helfen hat.

Material:

- Müllbeutel,
- Abwaschschwämme,
- Hindernissparcour aus vorhandenen Materialien (Tische, Bänke, Kisten...)

Vorbereitung:

Ein beliebiger Hindernissparcour wird im Raum erstellt, es sollten möglichst unterschiedlichste Schwierigkeitsstufen (Krabbeln, balancieren, springen) vorhanden sein.

Spielidee:

Der Weihnachtsmann hat vor Weihnachten so viel zu tun, dass er froh ist, dass seine Zwerge und Elfen ihm helfen wollen. Die Weihnachtsgeschenke (Abwaschschwämme) liegen überall am Nordpol verteilt und müssen eingesammelt werden. Dazu bekommt jeder Zwerg und jede Elfe einen Sack (Müllbeutel) und soll möglichst viele Geschenke einsammeln. Dabei müssen sie einen beschwerlichen Weg zurücklegen (Hindernissparcours aus z.B. Tunnel = Tisch, Berg = Stühle, Schlittenfahrt = rutschen auf einer Bank... wird je nach Länge und Schwierigkeit unterschiedlich oft überwunden). Erst wenn alle Geschenke eingesammelt und der weite Weg zurückgelegt ist kommen die Zwerge und Elfen beim Weihnachtsmann an.

Hinweis:

Nach der Bewältigung eines Hindernisses darf man neue Geschenke in den Beutel packen, so dass der Transport mit zunehmender Sackfülle immer beschwerlicher wird

Quelle: www.kita-turnen.de/thema/thema-weihnachten





17. Dezember

Der Weihnachtsmann (Massage-Geschichte)

Der Weihnachtsmann wird früh am Morgen wach, öffnet das Fenster und reibt sich erstaunt seine Augen. *Rücken nach rechts und links ausstreichen, Hände kreisen auf dem Rücken*



Über Nacht sind seine Rentiere von der Koppel verschwunden. Schnell läuft er hinaus.
Hände laufen schnell über den Rücken

Er läuft nach rechts, er läuft nach links, sogar hinter das Haus geht er gucken.
Hände laufen von rechts nach links, über den Po bis zu den Füßen

Aber nirgendwo sieht er seine Rentiere. Da entdeckt es im Schnee eine Spur. Er beugt sich herab und prüft sie – ja, es ist ein Abdruck von einem Rentier.
Rentiertapsen mit dem Finger auf den Rücken malen

Langsam verfolgt er die Spur.
Langsam über den Rücken laufen

Er kommt an einem Baum vorbei, ein Windstoß wackelt an den Ästen und der Schnee rieselt auf den Weihnachtsmann herab.
Finger trommeln schnell über den Rücken

Dann kommt er an einen Bach, der noch nicht zugefroren ist.
Über den Rücken Wellen malen

Der Weihnachtsmann geht nach links und entdeckt plötzlich seine Rentiere. Sie stehen am Bach und saufen. Leise schleicht er sich heran.
Nach links laufen



Er greift nach Rudolf, dem Chefrentier, schwingt sich auf den Rücken und galoppiert zurück zu der Koppel.
Hände galoppieren über den Rücken

Das ist ja gerade noch einmal gut gegangen.



Quelle: www.kita-turnen.de/thema/thema-weihnachten

18. Dezember

Die Rentiere sind frei...

Das Fangspiel Rentiere passt sehr gut in die Weihnachtszeit. Nicht aufgepasst und schon sind die Rentiere ausgebrochen. Auf geht es wir fangen sie wieder ein...

Vorbereitung:

Je nach Gruppengröße werden 1-2 Weihnachtsmannhelferzwerge bestimmt.

Die restliche Gruppe sind die Rentiere.

Ein abgegrenzter Raum wird zur Rentierkoppel bestimmt.

Spielidee:

Die Rentiere werden nachts immer auf einer Koppel eingezäunt. Leider wurde bei der letzten Zauninspektion ein Loch übersehen. Kaum sind die Zwerge im Bett brechen die Rentiere aus ihrer Koppel aus. Die Zwerge erwachen von dem Lärm und versuchen nun alle Rentiere wieder einzufangen und in die Koppel zurückzubringen.

Das Spiel endet, wenn alle Rentiere eingefangen sind.

Quelle: www.kita-turnen.de/thema/thema-weihnachten



19. Dezember

Duftsterne basteln

Material:

Kleber oder eine Nähmaschine, wenn wir ein Hängerli arbeiten wollen, brauchen wir noch ein Stöckchen, Wolle und Herzperlen, für die Sternchen nehmen wir Stoffreste, die aber nicht dehnbar sein sollten, Füllwatte oder Küchenkrepp zum Auspolstern der Sternchen und eine Duftmischung aus Tannennadeln, Nelken, Zimtstangen, getrockneten Schalen von Zitrusfrüchten und Kardamon.

Eine Sternchen-Vorlage wird ausgeschnitten und dann auf Stoff oder Filz übertragen zu werden.

Zuerst werden die beiden halbierten Sternhälften links auf links aufeinander gelegt und an den Linien zusammengenäht oder einfach geklebt.

Dann werden die beiden Sterne links auf links aufeinander gelegt und rundum abgesteppt.

Die Sternchen werden wieder auf rechts gedreht.

Mit Füllwatte oder Küchenkrepp werden die Zacken der Sterne gut gefüllt.

Dann gibt man die Duftmischung in das Sternchen.

Noch ein wenig Füllmaterial drauf und zunähen.

Die Sternchen werden an den gepunkteten Linien nach dem Füllen zugenäht.

Einfach die Duftsternchen und einige dicke Perlen an einen Ast hängen, fertig!

Quelle: www.kidsweb.de



20. Dezember



Cashew-Kipferl

- 1 Tasse (250 ml) Cashewkerne
- 1 Tasse (250 ml) Mandeln
- 60 ml Agavendicksaft oder Honig
- ½ TL Bio-Vanille
- 4 EL Kakaopulver
- 4 EL Kakaobutter
- 1 EL Kokosblütenzucker
- 2 EL Agavendicksaft oder Honig



Die Kerne und Mandeln werden fein gemahlen und mit der Vanille vermischt. Dann werden die Süßungsmittel untergerührt. Der Teig wird mit den Händen geknetet, bis man ihn zu Rollen von etwa 1 cm Durchmesser formen kann.

Die Rollen werden in 4 cm lange Stückchen geschnitten und anschliessend zu kleinen Hörnchen geformt. Diese kommen jetzt in den Backofen, wo man sie über Nacht trocknet (ca. 8 – 10 Stunden).

Am nächsten Tag wird die Kakaobutter im Wasserbad geschmolzen und mit dem Kakaopulver und dem Süßungsmittel gemischt.

Die Enden der Kipferl werden anschliessend in die flüssige Schokolade getaucht und auf ein Kuchengitter zum Trocknen gelegt.

Die Kipferl werden am besten in einer Keksdose gelagert.



21. Dezember



Nuss-Spiele

Wettsortieren

Material:

Es werden zu diesem Spiel Hasel- und Walnüsse, sowie 4 Schälchen oder Schüsselchen benötigt.

Jeder der beiden Mitspieler erhält gleich viele Nüsse.

Diese werden miteinander vermischt.

Auf das Startsignal müssen beide Mitspieler schnellstmöglich ihre Nüsse in die zwei Gefäße sortieren.

Wer ist schneller und wird der Sieger beim Nüsse-Wettsortieren?

Nuss-Verzaubern

Material:

Es braucht dazu einen Teller. Auf diesen legt ihr 5 bis 10 Walnüsse oder Haselnüsse.

Nun beginnt ein Kind das Spiel. Es schließt die Augen oder dreht sich nach hinten um.

In dieser Zeit berührt ein anderer Mitspieler eine der Nüsse auf dem Teller und verzaubert sie dadurch.

Danach kann sich das Kind wieder umdrehen.

Es nimmt jetzt nach und nach jeweils eine Nuss vom Teller.

Wenn es die verzauberte Nuss greift, rufen alle Mitspieler „Stopp“.

Der Spieler darf die ergatterten Nüsse behalten.

Danach werden die fehlenden Nüsse auf dem Teller aus dem Nussvorrat aufgefüllt.

Jetzt ist der nächste Spieler auf gleiche Weise an der Reihe.

Legt vor Spielbeginn fest, wie viele Runden gespielt werden soll.

Wer ergattert die meisten Nüsse und gewinnt dadurch das Spiel?



22. Dezember

Plätzchenmassage

Das Plätzchenbacken als Rückenmassage.

Das Spiel wird als Paar gespielt.

Einer der beiden legt sich auf den Bauch oder setzt sich so auf den Stuhl, dass sein Rücken frei zugänglich ist.

Der andere backt auf seinem Rücken nun Plätzchen.

Dazu wird folgende oder eine ähnliche Geschichte bzw. Backanleitung erzählt, welche durch Bewegungen der Hand/Finger auf dem Rücken pantomimisch und spürbar dargestellt wird:

Zuerst streuen wir das Mehl auf die Backunterlage.

Dann schneiden wir die Butter in Stücke und verteilen sie auf dem Mehl.

Nun Zucker darüber streuen. Ebenso Vanillezucker verteilen.

Eier aufschlagen und auf die Zutaten geben.

Jetzt alles gut verkneten.

Den Teig zu einer Kugel rollen.

Nun alles mit dem Wellholz auswellen.

Jetzt stechen wir die Plätzchen mit unseren Ausstecherformen aus.

Das Backblech mit Backpapier auslegen.

Die Plätzchen auf das Backblech legen.

Den Backofen aufheizen. (Handflächen aneinanderreiben und auf den Rücken legen)

Die Plätzchen in den Ofen schieben und backen lassen.

Nun die Plätzchen aus dem Ofen holen und abkühlen lassen (über den Rücken pusten).

Jetzt sind sie fertig und wir können sie probieren.

Mmmh, lecker!!!

Nach einem Rollenwechsel erhält nun auch der Masseur eine Rückenmassage.



23. Dezember

Sterntaler-Rezept

Es war einmal ein kleines Mädchen, dem war Vater und Mutter gestorben, und es war so arm, dass es kein Kämmerchen mehr hatte, darin zu wohnen, und kein Bettchen mehr hatte, darin zu schlafen, und endlich gar nichts mehr als die Kleider auf dem Leib und ein Stückchen Brot in der Hand, das ihm ein mitleidiges Herz geschenkt hatte. Es war aber gut und fromm. Und weil es so von aller Welt verlassen war, ging es im Vertrauen auf den lieben Gott hinaus ins Feld. Da begegnete ihm ein armer Mann, der sprach: «Ach, gib mir etwas zu essen, ich bin so hungrig.» Es reichte ihm das ganze Stückchen Brot und sagte: «Gott segne dir's» und ging weiter. Da kam ein Kind, das jammerte und sprach: «Es friert mich so an meinem Kopfe, schenk mir etwas, womit ich ihn bedecken kann.» Da tat es seine Mütze ab und gab sie ihm. Und als es noch eine Weile gegangen war, kam wieder ein Kind und hatte kein Leibchen an und fror: da gab es ihm seins; und noch weiter, da bat eins um ein Röcklein, das gab es auch von sich hin. Endlich gelangte es in einen Wald, und es war schon dunkel geworden, da kam noch eins und bat um ein Hemdlein, und das fromme Mädchen dachte: «Es ist dunkle Nacht, da sieht dich niemand, du kannst wohl dein Hemd weggeben,» und zog das Hemd ab und gab es auch noch hin. Und wie es so stand und gar nichts mehr hatte, fielen auf einmal die Sterne vom Himmel, und waren lauter blanke Taler; und ob es gleich sein Hemdlein weggegeben, so hatte es ein neues an, und das war vom allerfeinsten Linnen. Da sammelte es sich die Taler hinein und war reich für sein Lebtag.

Zwar kann man kein Geld kochen, aber so golden, wie die Taler aussehen, erinnern sie sehr stark an die fallenden Sterne.

Zuerst nimmt man einen mittelgrossen Topf und schmilzt Honig, Zucker und Butter darin bei schwacher Hitze. Wenn alles flüssig ist, fügt man Mehl und Haferflocken hinzu und verrührt alles kräftig miteinander. Dann den Topf von der Flamme nehmen und das Ei hinzugeben und wiederrum kräftig umrühren.

Den Ofen auf 150°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Währenddessen ein Blech und Backpapier nehmen und die Teigmasse mittels zweier Löffel auf dem Blech verteilen. Mit einer Gabel den Teig flach drücken. Nun alles in den Ofen schieben und etwa 15 - 20 Minuten goldbraun backen. Dann muss alles nur noch abkühlen und kann danach genascht werden.

Zutaten:

200g Butter
1EL Honig
100g Zucker
50g Haferflocken
175g Mehl
1 Ei



24. Dezember



**Das ganze KIG-Team wünscht frohe Weihnachten
und ein bewegtes neues Jahr!**