



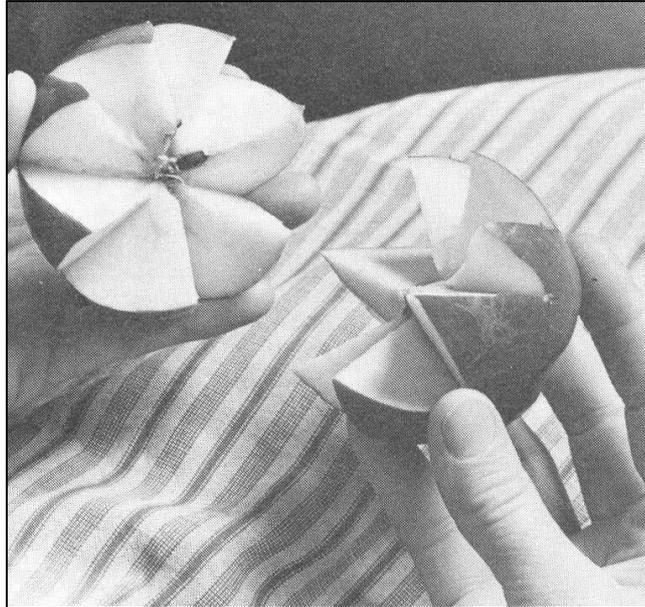
# Königsgeschichte und Znüniplausch

Was	Wo /Was
<p>Kinder und Eltern werden begrüsst. Die Teilnehmenden dürfen sich im Kreis hinsetzen. Die Gruppenleiterin erzählt eine Geschichte aus dem Königsschloss.</p> <p><u>Geschichte:</u>                      In einem Schloss lebte einmal der König Dickbauch mit seiner Tochter Federleicht. Es war ein schönes Schloss. Überall funkelten Gold und Diamanten. Der König sass gerne auf seinem Thron und regierte. Die Prinzessin, seine Tochter, spielte sehr gerne im Garten mit den Blumen, den Tieren und natürlich mit ihrer wunderschönen Krone. Manchmal durfte sie Freunde zu sich ins Schloss einladen. Alle Kinder wollten die Krone doch auch einmal auf dem Kopf tragen. Darum spielten sie ihr Lieblingsspiel.                      Es ging so: Ein Kind setzt sich in die Mitte des Kreises auf den Thron und macht Musik. Es schliesst die Augen, weil die Musik so schön tönt. In dieser Zeit darf jedes Kind der Reihe nach die Krone einmal aufsetzen. Das nächste Kind nimmt die Krone sorgfältig vom Kopf seines Nachbarkindes und setzt sie sich selbst auf. Hört die Musik auf zu spielen, bleibt die Krone bei dem Kind, welches diese gerade auf dem Kopf trägt. Nun steht das Kind vom Thron auf, verbeugt sich vor dem Kind mit der Krone, schenkt ihm die Musikdose und setzt sich auf seinen Platz. Der König gibt die Krone seinem Nachbarskind weiter und setzt sich selbst auf den Thron und spielt die Musik weiter.</p>	<p>5' Im Kreis</p> <p>Krone Spieldose</p> <p>Kleiner Stuhl als Thron</p>
<p><u>Spiel:</u>                      Ich habe eine Idee. Wir haben hier ja auch eine Krone.                      Meint ihr, dass wir dieses Spiel auch spielen können?                      Die Eltern und Kinder probieren dieses Spiel aus.</p>	<p>5' Krone Spieldose</p>
<p><u>Frage:</u>                      Warum meint ihr heisst der König „Dickbauch?“</p>	<p>2'</p>
<p><u>Geschichte:</u>                      Da der König sehr reich war, konnte er sich alles kaufen. Schöne Kleider, Schmuck, ein Himmelbett und ganz viele Geschenke für die Prinzessin. Aber er kaufte auch ganz viele Esswaren, denn er liebte es zu essen. Doch da er auch viel Schokolade, Kekse und Pommes Chips ass, wurde sein Bauch immer dicker und dicker. Darum nannten ihn alle Leute nur noch König Dickbauch.</p>	<p>2'</p>

<p><u>Frage:</u> Warum meint ihr, heisst die Prinzessin „Federleicht?“</p>	<p>2'</p>
<p><u>Geschichte:</u> Die Prinzessin, seine Tochter, wollte nicht so kugelrund wie der König werden. Sie liebte es sich zu bewegen, zu tanzen und sich gesunde Mahlzeiten zu kochen. Darum nannten sie alle Leute Prinzessin Federleicht. Wenn Ihre Freunde bei ihr zu Besuch waren, dachte sie sich immer einen gesunden lustigen Znüni aus. Dieses Mal zeigte sie, wie sie aus einem Apfel eine Krone schnitzt. Die Kinder wollten diese Apfelkrone unbedingt auch ausprobieren und der Apfel schmeckte köstlich.</p>	<p>2'</p>
<p><u>Bewegung:</u> Im Raum sind ganz viele Äpfel versteckt. Ihr dürft euch einen suchen und diesen an euren Platz im Kreis nehmen.</p>	<p>5' So viele Äpfel wie Kinder</p>
<p><u>Apfelkrone schnitzen:</u> Auf verschiedene Arten zusammensetzen.</p>	<p>5' Apfel, Messer</p>
<p><u>Apfelessen:</u> Die eine Hälfte ist für die Eltern, die andere für die Kinder</p>	<p>5'</p>
<p><u>Geschichte:</u> Der Bauch vom König wurde immer dicker und er konnte sich immer weniger gut bewegen. Als er nicht einmal mehr seine Schuhe selber anziehen konnte, rief er den Zauberer. Er verlangte, dass der Zauberer ihm den Bauch wegzaubert. Dem Zauberer gelang dies aber nicht. „Da gibt es nur eine Lösung, eure Majestät. Sie müssen sich jeden Tag viel bewegen, so gesund essen wie die Prinzessin und nur ausnahmsweise Schokolade oder Chips essen.“</p>	<p>3'</p>
<p><u>Bewegung:</u> Ich glaube, wir müssen dem König helfen. Wer kennt eine Bewegung, damit der Bauch vom König kleiner wird? Die Vorschläge der Kinder werden im ganzen Raum ausprobiert. Läutet die Glocke, bleiben die Kinder stehen und schauen den nächsten Vorschlag an. Auch die Eltern werden aufgefordert, Vorschläge zu machen und Bewegungen vorzuzeigen.</p>	<p>5'  Glocke</p>
<p><u>Geschichte:</u> Wenn der König oder die Prinzessin Geburtstag hatten, luden sie gerne ganz viele Leute zu sich ins Schloss ein. Zuerst tanzten Sie den Königstanz. Der war mit schweren Schritten, als ob alle einen dicken Bauch hätten. Dann tanzten sie den Prinzessinentanz. Der war federleicht und luftig. Am Schluss verbeugten sich alle vor dem König Dickbauch und der Prinzessin Federleicht und bedankten sich so für den Tanz.</p>	<p>5' Tamburin Glocke</p>

<p><u>Königstanz:</u>          Wer kann einmal vorzeigen, wie der König mit seinem dicken Bauch getanzt hat? Wer zeigt vor, wie die Prinzessin wie eine Feder herumgetanzt ist?          Nun tanzen alle den Königstanz. Zum Tamburin wie der König – zu der Glocke, wie die Prinzessin.</p> <p>Der Königstanz kann auch zu folgender Musik getanzt werden: Heisse Füsse, Zaubergrüsse (Tanzgeschichten für Kinder von 4-10 Jahren / Reichle-Ernst Susi / Meyerholz Ulrike / Zytglogge-Verlag). Lied: König Dickbauch und Prinzessin Federleicht. Diese CD ist <u>nicht</u> in der Materialbox.</p> <p>Der Königstanz kann mit Materialien ergänzt werden: Ein Ballon (pro Kind) wird vor den Bauch gehalten / Eine Feder (pro Kind) wird in die Luft geworfen.</p>	<p>3'</p> <p>Ev. Musik-CD (siehe Links)</p> <p>Ev. Ballone, Bastelfedern</p>
<p><u>Geschichte:</u>          Nach dem Tanzen hatten alle einen grossen Hunger. Alle hatten gesunde Esswaren mitgebracht, weil sich das die Prinzessin so gewünscht hatte. Jeder bereitete seine Sachen zu, legte diese schön auf einen Teller und diesen auf das grosse Buffet.          Als alle fertig waren, bekam jeder einen Spiess, ging um den Tisch herum und spiesste diese Esswaren auf, die er probieren wollte. Gegessen wurde natürlich im Sitzen. Mmmmmhhhh, war dies ein Genuss!</p>	<p>2'</p>
<p><u>Znüni zubereiten:</u>          Jeder Elternteil bereitet mit seinem Kind den Znüni vor. Z.B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rüebli, Gurken, Peperoni, Tomaten, Radieschen</li> <li>- Äpfel, Birnen, Trauben, Pflaumen, Mandarinen, Beeren</li> <li>- Mandeln, Haselnüsse, Baumnüsse</li> <li>- Vollkornbrot, Knäckebrot, Reiswaffeln</li> <li>- Wasser, ungesüsster Tee, verdünnter Fruchtsaft</li> </ul>	<p>10'</p> <p>Schneidebrett          Teller, Messer^</p> <p><b>Esswaren:          im Voraus ab-          machen, wer          was mitbringt!</b></p>
<p><u>Königessen:</u>          Jeder Gast darf sich einen Spiess nehmen, um das Buffet herumgehen und aufspiessen, was ihm gefällt.          Gegessen wird wieder im Kreis oder im Garten an Tischen usw.</p>	<p>20'</p> <p>Buffet          Holzspiesse</p>
<p><u>Geschichte:</u>          Und weil alle so gesund gegessen hatten, waren sie noch gar nicht müde und fühlten sich federleicht. Darum tanzten sie zum Abschluss gleich nochmals ihren Königstanz. Und alle dachten, zum Glück haben wir eine so gescheite Prinzessin, die uns das gesunde Essen gelehrt hat.</p> <p>Die Leiterin verabschiedet sich von den Kindern und Eltern. Eventuell darf als Andenken ein Ballon oder eine Feder mitgenommen werden.</p>	<p>5'</p>

**Zickzack-Apfel / Krone**



Version 2011-11-16