

NACHTS

*Eine musikalische Reise für
Nachtschwärmer*
von Henner Kallmeyer und Tanja Spinner



MATERIALMAPPE

STADT THEATER
BREMERHAVEN

INHALTSVERZEICHNIS

Besetzung	2
Theaterknigge	3
HINTERGRUNDINFORMATIONEN	4
Inhalt	4
Im Gespräch mit dem Produktionsteam über <i>Nachts</i>	4
Die wichtigsten Fakten über die Inszenierung	8
WO spielt <i>Nachts</i> ?	8
WER kommt vor?	8
WELCHE Themen werden in der Geschichte behandelt?	8
Tiere in der Nacht	9
Wie schlafen Tiere?	11
Zu Bett gehen	13
Zähneputzen	16
Angst in der Nacht	16
Monster im Kinderzimmer – wenn Kinder nachts nicht schlafen können	18
Fantasie bei Kindern	21
Wie Fantasie das Lernen beflügelt	22
PRAKTISCHE ANREGUNGEN FÜR DIE VOR- ODER NACHBEREITUNG	25
Übung 1: Nacht-Assoziationskette (Sprach- und Impulsspiel)	25
Übung 2: Theater-Stopptanz (Bewegungsspiel)	25
Übung 3: Nachtgeräusche (Sprachspiel)	26
Gespräch 1: Wovor habt ihr Angst?	27
Übung 4: Scharade (Biografische Übung)	27
Übung 5: Zaubern (Bewegungsspiel)	27
Übung 6: Fantasie-Sprache (Sprachspiel)	28
Übung 7: Monster bauen (Szenische Übung)	29
Übung 8: Ausschnitt aus dem Müde-Song (Sprachspiel)	29
Nachtwanderung	30
Anregungen für ein Nachgespräch	31
Malaufgabe	32
Literaturempfehlungen	32
Liederliste und Songtexte aus dem Stück	33
Gestaltungsideen unserer Expertenkitas	36
Monster basteln	37
Ausmalbild Zorro	39

IMPRESSUM:

JUB! – Junges Theater Bremerhaven / Redaktion: Katharina Dürr, Mitarbeit: Neele Schensar

Adresse: Stadttheater Bremerhaven, Am Alten Hafen 25, 27568 Bremerhaven

Mail: jub@stadttheaterbremerhaven.de/ Tel.: 0471-48 206-272, www.stadttheaterbremerhaven.de

«NACHTS»

Eine musikalische Reise für Nachtschwärmer

Von Henner Kallmeyer und Tanja Spinger, Premiere: 23. September 2018

BESETZUNG

Pyjamaheldin.....Lisa Marie Liebler
Pyjamaheld.....Leon Wieferich
Nachtvogel.....Felix Reisel

Inszenierung.....Henner Kallmeyer
Bühne & Kostüme.....Silke Rekort
Mitarbeit Bühne.....Franziska Gebhardt
Musikalische Leitung.....Felix Reisel
Dramaturgie.....Tanja Spinger
Theaterpädagogik.....Katharina Dürr
Regieassistentz.....Valeska Fuchs
Bühnentechnik.....Steffen Karall
Lichtdesign.....Frauke Richter

Hinweis: Im Sinne einer besseren Lesbarkeit der Texte wurde von uns entweder die männliche oder weibliche Form von personenbezogenen Hauptwörtern gewählt. Dies impliziert keinesfalls eine Benachteiligung des jeweils anderen Geschlechts. Frauen und Männer mögen sich von den Inhalten unserer Materialmappe gleichermaßen angesprochen fühlen.

Fotos: Manja Herrmann

THEATERKNIGGE

Besprechen Sie mit Ihrer Klasse die Regeln für einen gelungenen Theaterbesuch

E wie Essen: Im Theater ist das Essen während der Vorstellung grundsätzlich nicht erlaubt. Laut knisternde Chipstüten oder andere Verpackungen stören die anderen Zuschauer. Außerdem ist das auch ungerecht gegenüber den Künstlern auf der Bühne. Die spielen euch was vor und arbeiten, während ihr schmatzend esst.

F wie Fotografieren: Auch das Fotografieren ist grundsätzlich nicht erlaubt. Weder mit einer Kamera, noch mit dem Handy oder Tablet usw. Wenn ihr schöne Bilder von dem Stück haben wollt, fragt doch mal im Theater nach. Auf unserer Internetseite gibt es Fotos aller Produktionen. Nach Rücksprache ist oft auch ein Foto mit den Schauspielern im Anschluss an die Vorstellung möglich.

G wie Garderobe: Vor dem Betreten des Theatersaals werden grundsätzlich alle Jacken an der Garderobe aufgehängt sowie alle größeren Taschen wie Rucksäcke dort abgestellt. Die Garderoben im JUB! sind kostenlos.

H wie Handy: Natürlich ist wichtig, dass eure Freunde erfahren, dass ihr gerade im Theater seid, aber bitte nicht während der Vorstellung. Wie sollen sich denn die Schauspieler an ihren Text erinnern, wenn ständig jemand dazwischen quatscht? Außerdem stören die Handysignale unsere Tontechnik. Also schaltet das Handy bitte vor der Vorstellung ganz aus. Nach der Vorstellung könnt ihr gerne eure Eindrücke in die sozialen Netzwerke

schreiben. Das Junge Theater Bremerhaven gibt es auch auf Instagram und auf Facebook – folgt gerne den Seiten!

K wie Klatschen: Nachdem ein Stück vorbei ist, kommen die Künstler auf die Bühne und alle können heftig applaudieren. Je besser einem das Stück gefallen hat, desto lauter kann der Applaus sein.

N wie Nachgespräch: Im Anschluss an jede Vormittagsvorstellung im JUB! gibt es ein Nachgespräch mit den Schauspielern. Planen Sie hierzu bitte zusätzlich ca. 35 Minuten nach Vorstellungsende ein. Im Gespräch können Eindrücke und Fragen zu dem Theaterstück und der Inszenierung besprochen werden. Darüber hinaus kann man über den Probenprozess und den Schauspielberuf informiert werden.

T wie Toilettengang: Für jedes unserer Stücke geben wir vorab die Spieldauer bekannt. Bitte geht vor der Vorstellung auf die Toilette. Denn wenn ständig rein- und rausgerannt wird und dabei die Türen immer auf und zu gehen, stört das nicht nur die Künstler auf der Bühne, sondern auch die anderen Zuschauer.

U wie Unterhalten: Vermeidet es bitte, euch während der Vorstellung zu unterhalten. Die Künstler können euch, anders als im Kino, hören! Merkt euch eure Anmerkungen und Gedanken einfach, bis das Stück zu Ende ist. Im Nachgespräch habt ihr die Möglichkeit, alle Fragen zu stellen und Gedanken zu sagen!

HINTERGRUNDINFORMATIONEN

zusammengestellt von Katharina Dürr

INHALT

Nachts ist alles anders. Da wirkt die Welt ganz verlassen, es gibt keine Farben, überall lauern Geheimnisse und jedes Geräusch erzählt eine Geschichte. Zwei Pyjamahelden schleichen durch die Schatten, die die Nacht wirft. In der Nacht herrschen eigene Gesetze. Denn hier vermischen sich Realität und Fantasie untrennbar miteinander und wundersame Wesen können erscheinen. Bei Bo und Bo fliegt ein großer Nachtvogel durchs offene Fenster hinein. Er bringt Bo und Bo ganz zauberhafte Musik mit. Mit ihm können sie sich auf eine Reise voller Abenteuer begeben. An Schlafen ist nun partout nicht mehr zu denken. Brüllt da nicht ein müder Löwe in der Ferne? Brodelt da nicht ein Hexenkessel unterm Bett? Bo und Bo, zwei Pyjamahelden, die die Nacht zum Tag machen, kämpfen mit schlafenden Löwen, segeln als Piraten über Weltenmeere und bringen der alten Moorhexe das Fürchten bei.

IM GESPRÄCH MIT DEM PRODUKTIONSTEAM ÜBER NACHTS

Von was handelt das Stück Nachts?

Henner Kallmeyer (HK): Die Nacht ist für Kinder ein großes Thema, weil sie sie ja nicht erleben, nicht kennen. Was passiert nach dem Moment, wenn man schlafen geht? Was ist nachts los? Was passiert nachts, wenn das Licht weg ist? Verändern sich die Menschen? Verändern sich die Dinge?

Tanja Spinger (TS): Es ist erst einmal ein geheimnisvoller Raum, den es zu erkunden gilt und in dem auch alles möglich ist, weil die Wahrnehmung und Fantasie plötzlich viel lebendiger ist. Wir haben auch viele poetische Momente eingefügt, weil auch die Gedanken auf eine Reise gehen.

HK: Man denkt über Sachen ganz anders nach. Auf was für Ideen und Gedanken kommt man nachts und wo trägt es einen hin?

TS: Und man hat natürlich ein schönes dramaturgisches Setting. Eigentlich ist die Nacht zum Schlafen da, aber man kann einfach nicht schlafen und dabei passiert ganz viel.

Welche Themen werden in dem Stück behandelt?

TS: Es geht viel um die Ängste in der Nacht. Das ist ein Ansatz. Wovor hat man Angst? Welche unheimlichen Wesen oder Geräusche gibt es? Wir haben Ideen entwickelt aus verschiedenen Kinderbüchern, aus Geschichten, die es gibt.

HK: *Der kleine Häwelmann* ist so eine Grundlage. Aber nicht die Handlung, sondern der kleine Junge, der nachts in seinem Bett durch die Nacht segelt. Das sind hier bei uns zwei kleine Kinder, die in ihrem Bettmobil Sachen erleben. Aber es geht auch um Assoziationen, um Quatsch reden und darum, welches Wort was bedeutet und woher es kommt.

TS: Für mich geht es auch um Philosophie für Kinder. Wir hatten schon mal ein solches Stück gemacht, wo wir mit Kindern philosophiert haben und das steckt auch mit drin. Eine philosophische Ebene von Kindergedanken.

HK: Warum ist die Erde rund? Warum ist die Nacht nachts? Was ist mein Job darin, was machen die Eltern nachts?

TS: Warum kann man dem Mond nicht «Guten Tag» sagen?

HK: Die Geschichte läuft auch nicht nur über Sprache, sondern über fantasievolle Geschichten.

Wir haben zum Beispiel ein Bett, das sich in alles Mögliche verwandelt. Das Bett kann man umbauen, in eine Disko, in ein Schiff, in einen Keller. Man kann hineinklettern. Wir müssen jetzt in den Proben extrem aufpassen, dass die Schauspieler nicht die ganze Zeit in den Keller gehen, weil es so einen Spaß macht.

TS: Im Grunde ist es so, dass man sich aus dem Kinderzimmer heraus in verschiedene Welten begibt. Dass der Raum sich daher verwandelt. Das Kinderzimmer ist über dieses riesige Bett angedeutet als Rückzugsort und der Rest ist dann assoziativ. Das Stück ist ein Meer der Fantasie.



Wie war der Entstehungsprozess des Stücks?

TS: Wir haben im April angefangen nachzudenken und uns ausgetauscht.

HK: Und uns dann gegenseitig Szenen geschickt und uns erst einmal darüber verständigt, was der Rahmen des Ganzen ist.

TS: Der Rahmen war sozusagen eine große Reise. Nur der Titel, der saß gleich. (lacht).

HK: Ich war der, der ganz logisch sein wollte. Ich wollte sagen, wir haben eine Mutter und ein Kind. Oder ein Vater und ein Kind, je nach Rollenaufteilung und danach orientiert sich das Stück. Aber Tanja hat gesagt, das Thema ist größer als das. Das wäre so festgenagelt. Eine spielt die Mutter und einer das Kind und die Mutter darf dann auch die anderen Rollen noch spielen. Aber was würde passieren, wenn man mehr auf die Reise setzt, die die beiden unternehmen? Dann kann man das Thema viel weiter fassen und kommt auch zu der Frage, was interessiert einen an der Nacht und was für Fragen stellt man sich und wie verhandeln die Figuren das miteinander.

TS: Das geht eben auch von den beiden aus. Sie sind gleichzeitig Kinder, Bo und Bo, und aber auch die Schauspieler, die sich erinnern, wie es bei ihnen selbst als Kind war, das fließt mit hinein. Dann bleiben diese Ebenen im Raum auch spürbar und man verbiegt sich nicht so. Und jeder Erwachsene war mal Kind oder hat jetzt Kinder. Es entsteht ein gemeinsamer, größerer Raum dadurch. Und wir können uns aller Mittel bedienen. Wir können einen offenen Umzug haben, und mal zum Elefanten werden oder man kann mal mit Objekten arbeiten.

Für wen ist das Stück geeignet?

TS: *Nachts* haben wir geschrieben für Menschen ab vier Jahren. Oft ist es das allererste Theatererlebnis für viele Kinder. Das ist spannend, da es zwischen Fantasie und Wirklichkeit noch keine Trennung gibt. Man muss mit einem Stück für die Altersgruppe sehr sensibel umgehen. Die Welt ist so ein großer unbekannter Ball und da lauern noch so viele Ängste und Geheimnisse und man kann sich nicht einfach in einem Löwenkostüm hinstellen und Brüllen. Das geht nach hinten los. Wichtig ist uns, bei dem Erfahrungshorizont, bei der Erfahrungswelt der Kinder anzusetzen. Es ist gut zu zeigen, wie Theater entsteht. Man muss die Kinder mit auf die Reise nehmen in die Entstehung des Theatermoments.

HK: Man kann nicht davon ausgehen, dass sie die Theatermittel kennen, aber man kann sie ihnen zeigen. Das ist, glaube ich, gar nicht so weit entfernt davon, wie Kinder tatsächlich spielen.

TS: Genau, oder vom epischen Theater.

HK: Es gibt keine Entzauberung. In dem Moment, wo man etwas ist, ist man das auch.

Welche Schwerpunkte werden in der Inszenierung gelegt?

TS: Mir war es schon lange ein großer Wunsch, eine Produktion mit musikalischem Schwerpunkt für die Altersgruppe ab vier Jahren zu machen und die Musik in den Vordergrund zu stellen. Dafür war es wichtig, dass wir zum ersten Mal einen Musiker live auf der Bühne mit dabei haben und die Schauspieler nicht nur zu eingespielter Musik singen. Sondern, dass jetzt erlebbar wird, wie live mit vielen Instrumenten Musik gemacht werden kann und Musik entsteht. Felix Reisel ist als Jugendlicher Rapper gewesen und hat dann Kulturwissenschaften studiert. Er hat ein Musikstudio, ist Musikproduzent und kann in allen Genres unterwegs sein, arbeitet als Theatermusiker, entwickelt Atmosphären, je nachdem, was man gerade braucht.

Welche Instrumente werden gespielt?

HK: Klavier, Gitarre, E-Gitarre, Schlagzeug, Zitter, Glöckchen, Klangstäbe, Boomwhackers. Eigentlich alles, was Geräusche macht wie Gläser oder Flaschen. Das ist alles noch im Wachsen, die Schauspieler spielen teils auch Instrumente, teilweise singen oder rappen sie. Wir entwickeln die Musik gemeinsam und Felix guckt dann, wie wir das musikalisch umsetzen und übt mit den Schauspielern.

TS: Und wichtig ist uns, viele verschiedene Stimmungen, Emotionen und Farben über die Musik anzusprechen. Es gibt moderne Übersetzungen als auch klassisches Kinderlied-Repertoire.

DIE WICHTIGSTEN FAKTEN ÜBER DIE INSZENIERUNG

WO spielt *Nachts*?

Die Inszenierung von Henner Kallmeyer spielt in einem großen Bett, welches sich mal in ein Piratenschiff und in eine Höhle verwandelt. Bühnenbildnerin Silke Rekort entwarf ein Bühnenbild, das multifunktional bespielt werden kann. Durch die veränderbaren Pfosten und die verschiedenen Türen ist es unterschiedlich bespielbar und führt die Zuschauer somit in verschiedene Welten.

WER kommt vor?

Die Geschichte *Nachts* wird von Bo und Bo und dem Nachtvogel erzählt. Bo und Bo sind Geschwister, die nicht einschlafen wollen und sich mit fantasievollen Geschichten wachhalten. Lisa Marie Liebler und Leon Wieferich schlüpfen dabei in unterschiedliche Figuren wie beispielsweise in eine Hexe, einen Pirat oder Drachen. Musikalisch begleitet wird ihre Reise durch die Nacht vom Nachtvogel. Der Nachtvogel ist eine magische Figur, der geheime Freund, der zusammen mit Bo und Bo die Abenteuer der Nacht erkundet.



WELCHE Themen werden in der Geschichte behandelt?

Nachts ist ein Kinderliederstück welches sich mit den Vorstellungen, Ängsten und Fantasien der Kinder in der Nacht auseinandersetzt. Die Ausgangssituation ist wie folgt: Bo und Bo

möchten partout ins Bett gehen, da sie noch nicht müde sind. Das Thema «ins Bett gehen» wird von den Darstellern spielerisch aufgegriffen.

«Was passiert in der Nacht? Welche Personen oder Tiere könnten einem begegnen? Und wovor hat man Angst?» sind wichtige Fragestellungen, die in der Inszenierung behandelt werden. Ein weiterer Themenschwerpunkt der Inszenierung liegt in der Verschmelzung von Realität und Fantasie.

Fantasie ist eine Gabe, die Kinder bereits früh entwickeln. Mit ihrer Vorstellungskraft erschaffen sie ganze Welten. Die Grenzen zwischen Wirklichkeit und Erdachtem fließen dabei nahezu nahtlos ineinander über. Stofftiere werden lebendig und haben menschliche Gefühle. Unsichtbare Freunde begleiten den Alltag und helfen



in schwierigen Lagen. Gute Feen bewachen den Schlaf oder Monster lauern unterm Bett. Mit der Kraft der Fantasie können Raum und Zeit vergessen und hemmende Grenzen von Logik und Wirklichkeit mühelos überschritten werden. Die Abenteuer, die in Fantasiewelten bestritten werden, helfen dem Kind, über sich selbst hinauszuwachsen und seine Stärken zu entwickeln, um so den Herausforderungen des Alltags zunehmend gewachsen zu sein.

Quelle: <https://www.real.de/meine-familie/kinder-oeffnen-mit-fantasie-die-tuer-zu-fremden-welten/>

TIERE IN DER NACHT

Wenn es dunkel wird, gehen viele Tiere im Wald schlafen. Aber nicht alle. Was ist los im Wald bei Nacht?

Warum die Vögel nachts nicht vom Baum fallen

Wenn es Nacht wird, suchen sich die Singvögel ein sicheres Plätzchen in den Bäumen. Sie setzen sich auf einen Ast, stecken den Kopf unter die Flügel und schlummern. Für uns wäre das unmöglich: Sobald wir schlafen, erschlaffen die Muskeln und wir würden vom Ast kippen. Die Vögel dagegen sitzen da die ganze Nacht – ohne sich anstrengen zu müssen. Das

können sie, weil sie ihr Körpergewicht zum Schlafen so verlagern, dass die Sehnen in ihren Krallen automatisch gespannt bleiben. So sitzen sie die ganze Nacht fest auf ihrem Schlafplatz. Übrigens haben Singvögel ein zusätzliches Gleichgewichtsorgan im Becken. Das sorgt dafür, dass sie im Schlaf nicht umkippen und kopfüber vom Ast hängen. So richtig sicher können sich die Vögel auf ihrem Ast aber nicht fühlen, denn: Wenn es Nacht wird im Wald, dann werden die Eulen munter. Lautlos gleiten sie durch die Luft und jagen Mäuse und schlafende Singvögel. Eulen fliegen fast völlig geräuschlos, weil ihre Federn an den Rändern winzig kleine Zacken haben. So verursacht die Luft kaum einen Laut, wenn sie durch die Flügel hindurchstreicht. Für die Beutetiere der Eulen ist das schlecht, denn sie bemerken den Vogel meistens erst, wenn sie schon zwischen seinen Fängen hängen. Besonders geschickt darin, schlafende Singvögel vom Baum zu pflücken, ist der Waldkauz.

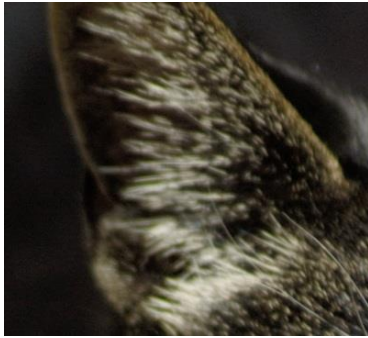
Lautlos durch die Baumkronen zischen – das können nicht nur Eulen, sondern auch Fledermäuse. Die Bechstein-Fledermaus ist die einzige Fledermaus, die im Wald lebt. Erst, wenn es stockdunkel ist, fliegt sie los. Bechstein-Fledermäuse haben ein sehr gutes Gehör. Ihre Ohren sind besonders groß, so dass sie noch die allerleisesten Töne wahrnehmen können. Fledermäuse jagen mit Echo-Ortung. Beim Fliegen stoßen sie ständig ganz hohe Töne aus. Diese werden von den Dingen in ihrer Umgebung zurückgeworfen. Das funktioniert auch im Stockdunklen. So «sieht» die Fledermaus jedes Hindernis mit dem Ohren. Die Bechstein-Fledermaus ist darin so gut, dass sie fliegende Insekten aus der Luft fangen kann.

Und was machen die Säugetiere nachts im Wald?

Normalerweise schlafen Rehe nachts. Dazu machen sie sich eine Kuhle ins Laub und legen sich hinein. Richtig tief schlafen Rehe aber nur wenige Stunden. Wenn in ihrem Revier viele Menschen unterwegs sind und sie häufig gestört werden, dann bleiben die Rehe lieber tagsüber in ihrem Versteck und trauen sich erst in der Dämmerung heraus, um ungestört zu fressen. Dachse gehen nachts auf Streife, denn sie sind sehr scheu und wachsam. Bevor ein Dachs nachts loszieht, streckt er zuerst seine Nase aus dem Bau und sichert. Ist kein Feind in der Nähe, kann es losgehen. Dachse fressen Pilze, Früchte und Nüsse, aber auch Würmer und Käfer. Auch Wildschweine verbringen den Tag ruhend an ihren Schlafplätzen im dichten Unterholz des Waldes. Erst in der Nacht gehen sie auf Futtersuche. Dazu wühlen sie im Boden, um Würmer, Schnecken, Nüsse, Kastanien und Eicheln zu fressen.

Quelle: <https://naturdetektive.bfn.de/lexikon/lebensraeume/land/wald-nachts-im-wald.html>

Nacht-Tiere haben:



GROSSE OHREN:

Diese Tiere können gut hören.



GUTE NASEN:

Diese Tiere können gut riechen.



GUTE AUGEN:

Diese Tiere können gut sehen.



LANGE HAARE:

Diese Tiere können gut tasten.

UND DU?

Bist du in der Nacht lange wach? Dann bist du eine «Nacht-Eule».

Quelle: <http://www.lingonetz.de/kids/wissen/Tiere-der-Nacht>

WIE SCHLAFEN TIERE?

Es gibt Fische, die beim Schlafen einen Schlafanzug anziehen. Vögel, die im Flug schlafen. Affen, die Betten bauen. Und einer im Tierreich schläft nie, weil er es sich nicht leisten kann. Einblicke in die verrückte Welt des tierischen Schlafs vom Karlsruher Biologen Dr. Mario Ludwig.

Wer schläft am längsten?

Es ist nicht – wie man vermuten könnte – das Faultier. Obwohl es 17 Stunden täglich schläft. Die größten Langschläfer sind Koalabären und Fledermäuse. Sie verpennen bis zu 20 Stunden pro Tag. Warum das so ist, ist für die Wissenschaft immer noch ein Rätsel. Absoluter Schlaf-Weltrekordler ist allerdings der australische Schlafbeutler, ein mausgroßes Beuteltier. Der Schlafbeutler kann über 360 Tage am Stück schlafen.

Schlafen eigentlich auch Fische?

Die meisten Fische schlafen und das sogar ziemlich lang. Man kann das nur nicht erkennen, weil Fische keine Augenlider haben, die sie schließen könnten. Zum Schlafen verstecken sie sich Spalten, wo sie vor Fressfeinden geschützt sind. Während der Nachtruhe fahren Fische ihren Stoffwechsel deutlich nach unten. Atmung und Herzschlag werden reduziert. Das spart Energie. Fische sind bei ihrem Nickerchen aber nicht völlig weggetreten. Sie reduzieren ihre Aufmerksamkeit, verfallen aber niemals in eine Tiefschlafphase.

Es gibt sogar Fische, die beim Schlafen eine Art «Schlafanzug» an-ziehen: Papageifische umhüllen ihren Körper mit einem Schleimmantel, der alle ihre Geruchsstoffe absorbiert und sie so vor Angreifern - wie zum Beispiel Haien, die sehr gut riechen können - schützt.



Auch Paviane lieben die «Löffelstellung» beim Schlafen. Einkuscheln und Weiterschlafen ist auch bei Pavianen – wie bei uns Menschen – ein probates Mittel um dem Mistwetter die kalte Schulter zu zeigen.

Gibt es Tiere, die überhaupt nicht schlafen?

Ja, Einzeller und Haie. Haie können es sich einfach nicht leisten zu schlafen, da sie ständig schwimmen müssen. Würden sie das nicht tun, fließt kein Sauerstoff durch ihre Kiemenspalten und sie müssten jämmerlich ersticken.



Was ist die ungewöhnlichste Art des Schlafes im Tierreich?

Mauersegler schlafen im Flug. Sie lassen – ähnlich wie Delfine – ihre Hirnhälften abwechselnd schlafen, so dass immer nur eine Hirnhemisphäre aktiv ist, während die andere sich erholen kann. Dabei achtet die aktive Hirnhälfte auf Hindernisse, mögliche Feinde und erhält die Atmung aufrecht. Sie sichert der schlafenden Hirnhälfte so ihre Ruhe und Entspannung. Nach rund zwei Stunden wechseln sich dann die Hirnhälften ab. Mauersegler verbringen die Nacht in Höhen zwischen 400 und 3.600 Metern. In diesen Höhen ist die Gefahr, auf ein Hindernis zu stoßen, erfahrungsgemäß geringer.

Warum fallen eigentlich Vögel beim Schlafen nicht vom Ast?

Viele Vögel haben einen ganz speziellen Trick auf Lager: Vögel suchen sich zum Schlafen nicht etwa einen dicken, sondern einen dünnen Ast. Einen Ast, der so dünn ist, dass sie ihn mit ihren Fußkrallen umschließen können. Dann senken sie einfach ihren Körper ab – und durch dieses Absenken des Körperschwerpunkts wird durch eine äußerst raffinierte Sehnenanordnung bewirkt, dass sich die Fußkrallen fest um den Ast schließen. Ein Mechanismus, den man sich so wie bei einer Wäscheklammer vorstellen muss. Erst wenn sich der Vogel nach seinem Schläfchen wieder erhebt, entspannt sich die Sehne durch die Gewichtsentslastung und die Krallensperre wird aufgehoben.

Gibt es Tiere, die sich zum Schlafen Betten bauen?

Ja, die gibt es. Orang-Utans zum Beispiel sind hervorragende Bettenbauer. Orang-Utans schlafen zum Schutz vor Fressfeinden hoch in den Bäumen. Weil sie es gerne gemütlich haben, bauen sie sich dort ein Bett. Jeden Tag ein Neues, um zu verhindern, dass sich im Bett lästige Parasiten ansammeln. Die Betten der Orang-Utans müssen sehr stabil sein, da ein ausgewachsenes Orang-Utan-Männchen immerhin bis zu 100 Kilogramm auf die Waage bringen kann. Deshalb bauen sich die Affen zunächst einmal aus Ästen einen stabilen Lattenrost. Dieser wird mit Blättern gepolstert. Auch die Decke und das Kopfkissen fertigen die Orang-Utans aus Blattmaterial.

Quelle: <https://www.swr.de/swr4/bw/programm/die-wundersame-welt-der-schlafenden-tiere/-/id=258008/did=17636640/nid=258008/hza0mu/index.html>

ZU BETT GEHEN

Warum Kinder nicht ins Bett gehen wollen

Für viele Eltern ist der Abend die schwierigste Zeit des Tages: Die Kinder sollen ins Bett – und wollen einfach nicht. Oder können nicht einschlafen.

Das Kind sagt: «Ich bin eben kein Schnellschläfer, Mama!» Und wälzt sich im Bett, ruft nach einer Streicheleinheit vom Papa, dreht sich hin und her, will unbedingt noch vom Streit auf dem Schulhof erzählen. Der schöne Plan, dass es am nächsten Morgen gut erholt aufsteht – kurz vor 21 Uhr ist er ausgeträumt. Und irgendwann sagt man nur noch: «Jetzt schlaf endlich ein!» und fragt sich, warum das Kind nicht in den Schlummer findet.

Viele Grundschüler schlafen schlecht ein

Prof. Angelika Schlarb kennt das. Die Psychologin von der Universität Bielefeld forscht seit vielen Jahren über den Kinderschlaf. «Etwa 14 Prozent der Grundschüler haben Einschlaf-Probleme», erzählt sie. Während Durchschlafen in dieser Altersgruppe fast kein Thema mehr sei, hätten viele Eltern Schwierigkeiten, ihr Kind ins Bett zu kriegen. Das kann verschiedene Gründe haben: «Je älter Kinder werden, umso mehr Sorgen und Gedanken machen sie sich», erklärt Schlarb. Negative Gefühle und Diskussionen des Tages nehmen sie oft mit ins Bett, vor allem wenn zuvor keine Zeit für Gespräche war. «Häufig sind es auch verhaltensbedingte Einschlafstörungen», sagt Dr. Claus Doerfel, Kinderarzt und Leiter der Schlafambulanz des Universitätsklinikums Jena. Die Kinder haben etwa nicht gelernt, alleine einzuschlafen, weil Mama oder Papa jeden Abend neben ihnen liegen und sie in den Schlaf begleiten. Oder sie reagieren auf jedes Ablenkungsmanöver der Kleinen («Ich habe Durst», «Ich muss Pipi», «Ich bin gar nicht müde»), und der Einschlafzeitpunkt verschiebt sich immer weiter. Falsche oder unregelmäßige Bettgehzeiten und eine schlechte Schlaf-Umgebung behindern das Schlummern ebenso. «Mehr als 20 bis 30 Minuten sollte ein Kind zum Einschlafen nicht brauchen», sagt Schlarb.

Ausreichend Schlaf ist wichtig

Der abendliche Marathon zehrt nicht nur an den Nerven der Eltern. Er kann auch Folgen für das Kind haben, wenn er zur Regel wird und der Nachwuchs deshalb zu wenig schläft. «Ausreichend Schlaf ist wichtig für die Erholung und das Lernen», erklärt Doerfel. Im Schnitt brauchen Siebenjährige gut zehn Stunden Schlaf, aber die Abweichungen sind groß: Manche Kinder sind nach neun Stunden erholt, andere brauchen 14 Stunden. Und: «Auch bei Kindern kann der Chronotyp schon ausgeprägt sein», sagt Schlarb. Während kleine Lerchen also früh morgens fit sind, erleben Eulen abends ihr Hoch. Ob ein Kind genug schläft, erkennt man daran, wie gut es morgens aufsteht: Muss man es mehrfach wecken? Kommt es schnell in die Gänge? Gerade kleine Eulen tun sich mit dem Einschlafen oft schwer. Dennoch sollten auch sie rechtzeitig schlummern. Denn der Unterricht beginnt für alle Kinder gleich früh. Schlafmangel führt dazu, dass das Kind tagsüber unausgeglichen, reizbar, unkonzentriert ist. «Die Kinder klagen weniger über Tagesmüdigkeit, viel häufiger zeigen sie ein hyperaktives Verhalten», sagt Doerfel. Etwa zehn Prozent der kleinen ADHS-Patienten litten eigentlich an Schlafmangel, vermutet Schlarb. Sie hibbeln tagsüber herum, weil sie sich so wach halten.

Bewegung am Nachmittag macht müde

Damit das Einschlafen gelingt, raten beide Experten zu einem bewegteren Nachmittag. «Bewegen sich Kinder tagsüber zu wenig, sind sie abends nicht müde genug», sagt Doerfel. Ideal sei es, vor den Hausaufgaben und dem Lernen bewusst Bewegungszeit einzuplanen. Denn vor dem Einschlafen sollte es ruhig werden.

«Ein häufiges Problem sind die aktiv spielenden Väter nach Feierabend», ergänzt er. Wenn sie mit ihren Kindern Wettrennen oder Saltos veranstalten, führe das dazu, dass die «aufgedreht werden, obwohl bereits die abendliche Routine beginnen sollte», so Doerfel. Genauso aufwühlend sei die zu lange Beschäftigung mit elektronischen Medien. «Zwischen Fernsehen und Einschlafen sollte eine längere Pause liegen», rät Schlarb. Schulkinder sollten mindestens eine Stunde abschalten.

Rituale helfen beim Einschlafen

Auch großen Kindern tut noch ein festes Zu-Bett-geh-Ritual mit einer Geschichte, einem Lied oder einer Kuschelrunde gut. «Vielen hilft es, die Ereignisse des Tages gemeinsam durchzugehen und zu besprechen», sagt Doerfel. Bei kleinen Grüblern rät Expertin Schlarb, dies schon am späten Nachmittag zu machen. «Auch wenn ein Kind ernste Sorgen oder Fragen hat, sollte man das unabhängig vom Schlafengehen bereden. Sonst lernt das Kind, dass das Bett der Ort ist, wo man Sorgen bespricht», erklärt Schlarb. Belastungen und Streit in der Familie führen ebenfalls dazu, dass Kinder nicht zur Ruhe kommen. «Wichtig ist, dass die Eltern Geborgenheit und Sicherheit vermitteln», so die Schlafforscherin.

Oft ist das zu-Bett-gehen ein Machtkampf

Manchmal ist das Einschlafproblem Teil eines Machtkampfes, und das Kind will seine Grenzen austesten. In dem Fall raten beide Experten zu Konsequenz, festen Schlafenszeiten und Geduld. Häufig ist die Einschlafsituation für Eltern und Kind dann schon länger negativ besetzt, und Ermahnungen wie «Schlaf endlich ein!» sind die Regel. «Die funktionieren nicht und können es auch gar nicht», sagt Schlarb. «Durch Druck kommt kein Schlaf. Einschlafen funktioniert nur, wenn das Kind loslassen kann.» Entspannungsübungen helfen hier mehr.

Quelle: <https://www.baby-und-familie.de/Erziehung/Warum-Kinder-nicht-ins-Bett-gehen-wollen-225839.htm>

ZÄHNEPUTZEN

Das passiert, wenn man sich abends nicht die Zähne putzt

Die Augen werden schwer, der Fernseher verschwimmt und die Gedanken werden zu Träumen. Schnell ist man auf dem Sofa weggeratzt. Was die wenigsten bis dahin getan haben: die Zähne gewissenhaft zu reinigen.

Manch einer denkt: Halb so wild, am nächsten Morgen putze ich doppelt so gründlich. Aber gilt «Einmal ist keinmal» auch für die Zahnhygiene? Wie schlimm ist es, mit dem Zähneputzen abends zu schludern?

Experten warnen: Wer seine Zähne nur morgens putzt, der riskiert nicht nur unangenehmen Mundgeruch. Auf Dauer drohen Löcher in den Zähnen, Zahnfleischbluten und Zahnverlust. Denn «durch den stark reduzierten Speichelfluss können sich Bakterien nachts besonders stark ausbreiten. Deshalb sollte auf das abendliche Zähneputzen möglichst niemals verzichtet werden», erklärt Dr. Jochen Schmidt MSc, Zahnarzt in Köln.

Quelle: <https://www.berliner-kurier.de/ratgeber/gesundheit/pfui-das-passiert--wenn-sie-sich-abends-nicht-die-zaehne-putzen-26781934>

ANGST IN DER NACHT

Nächtliche Ängste: Warum sie auftreten und was man dagegen tun kann

Nächtliche Ängste – vor der Dunkelheit, Monstern unter dem Bett und dem Alleinsein im Bett – sind bei Zwei- bis Vierjährigen weit verbreitet. Dies sind die Jahre, in denen die Vorstellungskraft bei dem Kind geradezu explodiert. Das bedeutet, dass es sich nun nicht nur schöne, sondern leider auch sehr beängstigende Dinge vorstellen kann – auch wenn diese nicht real sind.

Einen größeren Teil des Tages verbringt es damit, sich in fantasievolle Spiele von Drachen, Dinosauriern und den Kampf von Gut gegen Bösen zu vertiefen. Abends ist es schwer für das Kind, seine Fantasie herunterzufahren und einzuschlafen. Selbst vertraute Dinge, die niemals vorher furchterregend waren, wie zum Beispiel sein abgedunkeltes Zimmer, scheinen plötzlich angsteinflößend zu sein. Und da das Kind noch lernt, die Fantasie von der Realität zu unterscheiden, erscheint ihm die Möglichkeit von unsichtbaren Kreaturen unter seinem Bett ziemlich real.

Nächtliche Ängste – vor der Dunkelheit, vor der Trennung von den Eltern, vor Geräuschen, vor bösen Menschen – sind ein normales Entwicklungsstadium, das viel länger anhält als Eltern vermuten. Sie beginnen ungefähr im Alter von zwei Jahren und dauern bis zum achten

oder neunten Lebensjahr an. Abgesehen davon, dass Kindergartenkinder eine lebhaftere Fantasie haben, beginnen sie zu verstehen, dass es Dinge (und Menschen) auf der Welt gibt, die sie verletzen können.



Wie kann ich meinem Kind helfen, seine nächtlichen Ängste zu überwinden?

Sie können ihm vielleicht nicht helfen, seine Ängste gleich vollständig los zu werden (da dies überwiegend eine Phase ist, über die es hinauswachsen wird). Aber Sie können eine Menge dazu beitragen, mit seinen Ängsten fertig zu werden und leichter einzuschlafen.

In den letzten Stunden vor dem Schlafengehen sollten Sie Ihr Kind mit fröhlichen, gewaltfreien Geschichten oder kurzen, harmlosen Videofilmen unterhalten (Sie haben zweifellos bemerkt, wie düster einige Märchen und Zeichentrickfilme sein können). Abends sollten Sie eine ruhige Routine einführen, die Sie jeden Abend anwenden können - zum Beispiel ein warmes Bad, eine nette Geschichte oder ein ruhiges Lied. Es gibt sogar Bücher, die es von seinen Ängsten kurieren können. Versuchen Sie es mit *Die kleine Eule* von Jill Tomlinson. Ein oder zwei Nachtlichter geben Ihrem Kind vielleicht auch das Gefühl von mehr Sicherheit. Es kann auch helfen, wenn Sie die Zimmertür ein wenig offen lassen, Geschichten oder Kinderlieder abspielen und Ihr Kind ermuntern, mit einem Lieblingsspielzeug oder einer Kuscheldecke zu schlafen. Wenn Ihr Kind noch einen Bruder oder eine Schwester hat, lassen Sie beide in einem Zimmer schlafen. Dies kann helfen, die nächtlichen Ängste so schnell verschwinden zu lassen wie sie gekommen sind.

Quelle: <https://www.babycenter.de/a27841/n%C3%A4chtliche-%C3%A4ngste-warum-sie-auftreten-und-was-man-dagegen-tun-kann>

MONSTER IM KINDERZIMMER - WENN KINDER NACHTS NICHT SCHLAFEN KÖNNEN

von Dr. Andreas Busse

Eines Nachts war es plötzlich da, das Monster in ihrem Kinderzimmer. Mia (3 Jahre) möchte seitdem nicht mehr alleine dort schlafen. Fast jede Nacht wacht sie auf, weint und ruft nach Mama und Papa. Ihre Eltern machen sich Sorgen, ob irgendetwas vorgefallen sein könnte, und sind zunehmend gestresst, weil sie selber nicht mehr zum Schlafen kommen. Zum Glück konnte ich sie beruhigen. Monster unter dem Bett sind in diesem Alter etwas völlig Normales. Leider ist es aber manchmal gar nicht so einfach, die nächtlichen Störenfriede wieder loszuwerden!

Wichtig: Kinderängste ernst nehmen

Es gibt zwar Kinder, die das Monster nur als Ausrede benutzen, um nicht ins Bett zu müssen. Das ist aber eher die Ausnahme. Sie kennen Ihr Kind am besten und merken sicher genau, ob es tatsächlich verängstigt ist. Bitte nehmen Sie es dann unbedingt ernst und tun Sie das nicht

einfach ab mit «Monster gibt's doch gar nicht». Sonst fühlt es sich von Ihnen im Stich gelassen, denn für Ihr Kind sind sie nämlich völlig real. Lachen Sie Ihr Kind deshalb auch niemals aus. Es ist wichtig, dass Sie ihm jetzt viel Nähe geben und nachts, wenn es Angst hat, zur Stelle sind. Auf diese Weise wird das Vertrauen gestärkt und das Monster verschwindet vielleicht ganz von alleine wieder. Und falls nicht, ist es völlig in Ordnung, sich auf «Monsterjagd» zu begeben.

Woher kommen die Monster?

«Monster» entstehen aufgrund entwicklungsbedingter Ängste. Oft treten sie auch in Gestalt von Gespenstern, Drachen, Räubern, Hexen, Wölfen oder wilden Bären auf. Mit etwa zwei bis drei Jahren ist diese Phase ganz typisch: Ihr Kind erkennt, dass es größer und stärker geworden ist, aber auch, dass andere noch stärker sind und es eventuell verletzen könnten. Psychologen bezeichnen das als «Vernichtungsangst». Gleichzeitig entwickelt sich in dieser Zeit die Fantasie und Kinder tun sich dann oft schwer, zwischen Realität und Einbildung zu unterscheiden. Für Eltern, die unter Schlafmangel leiden, kann diese Zeit ganz schön anstrengend sein. Es hilft die Gewissheit, dass die Monster spätestens dann wieder verschwinden, wenn Ihr Kind dieser Phase entwachsen ist.

Wie wird man hartnäckige Monster wieder los?

Keine Frage, das Monster muss vertrieben werden. Schauen Sie vor dem Schlafen gründlich unter dem Bett und im Schrank nach, dass sich dort nichts und niemand versteckt hat.

Geben Sie Ihrem Kind einen Beschützer mit ins Bett, z.B. einen großen Teddy oder ein anderes Kuscheltier. Lassen Sie ein Nachtlicht im Kinderzimmer brennen – Monster bevorzugen bekanntermaßen die Dunkelheit! – und lassen sie die Kinderzimmertür auf.

Vielleicht hilft ein Traumfänger über dem Kinderbett. Den können Sie mit Ihrem Kind selber basteln. Anleitungen gibt's im Internet.

Sprechen Sie mit Ihrem Kind und lassen Sie sich das Monster beschreiben. Größere Kinder können es eventuell auch schon malen. Eventuell hat ihr Kind ja selber eine gute Idee, was das Monster will und wie man es loswerden könnte. Wenn Sie ihm helfen, seine Angst zu überwinden und selber eine Lösung zu finden, machen Sie es stärker.

Ängste können auch durch nicht altersgerechte Fernsehsendungen oder Geschichten ausgelöst werden. Einige Kinder reagieren sogar auf die klassischen Grimm-Märchen, die teilweise ganz schön grausam sind. Wenn Ihr Kind sehr sensibel ist, sollten Sie genau

aufpassen, welche Sendungen es anschaut und auch auf eine harmlose und beruhigende Gute-Nacht-Geschichte achten.

Kinder fühlen sich sicherer, wenn sie nicht allein schlafen müssen. Vielleicht können Geschwister zusammen schlafen oder das Haustier darf mit ins Kinderzimmer. Monster haben nämlich eine Riesenangst vor Hunden und Katzen! In Extremfällen, bevor Sie wochenlang kein Auge mehr zumachen, sollten Sie Ihr Kind einfach eine Zeitlang mit im Elternschlafzimmer schlafen lassen.



Unkonventionelle Maßnahmen zur Monsterbekämpfung

Zum Schluss möchte ich Ihnen gerne noch ein paar Tipps weitergeben, mit denen es anderen Eltern gelungen ist, die Monster erfolgreich zu vertreiben.

- Ein Schild «Eintritt Verboten für Monster» basteln und an die Kinderzimmertür hängen.
- Vor dem Schlafen einen Zauberspruch oder einen «Monsterbannspruch» aufsagen.
- Der Monstersauger als Geheimwaffe: Gehen Sie abends mit dem Staubsauger einmal kurz unterm Bett durch, in jede Ecke des Kinderzimmers und in den Schrank. Da bleibt garantiert kein Monster übrig!
- Das Monster-Abwehr-Spray: Füllen Sie einen Pflanzenbestäuber mit Wasser. Monster sind nämlich wasserscheu!

- Ist das Monster vielleicht hungrig? Stellen Sie abends einen Teller mit Keksen im Flur vor dem Kinderzimmer auf und nehmen Sie immer ein paar Stückchen weg. Satte Monster werden nämlich müde und lassen die Kinder dann in Ruhe schlafen.
- Eine Monsterfalle bauen: Stellen Sie einen großen Karton mit ein paar Keksen darin im Zimmer auf. Deckel drauf und Monster einfangen!

Buchtipps zur Monsterbekämpfung

- *Lotte und die Monster* (von Doris Dörrie): Hier werden die Monster mit sauren Gurken gezähmt.
- *Wo die wilden Kerle wohnen* (von Maurice Sendak): Max zähmt die wildesten Monster und wird Ihr Anführer.
- *Die Monster AG* (als Buch und Film): Alle Monster im Kinderzimmer haben vor den Kindern eine Heidenangst!

Quelle: <https://www.rund-ums-baby.de/gesundheit/monster-im-kinderzimmer-wenn-kinder-nachts-nicht-schlafen-koennen.htm>

FANTASIE BEI KINDERN

Eltern, die die Fantasie ihrer Kinder fördern und sie in ihren Tagträumen ernst nehmen, erleben Fantasie als Bereicherung für die gesamte Familie. Die Fähigkeit, fantastische Wesen auferstehen zu lassen, ist meist mit Eintritt in das Schulalter verflogen.

Fantasie und Kleinkinder – das ist eine ganz interessante Sache: Viele Psychologen sind sich darüber einig, dass ein Kind bis ins Vorschulalter kaum trennen kann zwischen dem, was wirklich ist, und dem, was es in seiner Fantasie erlebt. Das ist ein ganz wichtiger Unterschied zwischen kindlicher und erwachsener Fantasie. Die Vermischung von Fantasie und Realität kann bei Erwachsenen den Eindruck entstehen lassen, dass ein Kind nicht bei der Wahrheit bleibt und lügt. In Wirklichkeit haben Fantasiebilder jedoch für das Kind dieselbe Bedeutung wie die Wirklichkeitsbilder. Erst mit vier Jahren wächst langsam das Bewusstsein, dass die wirkliche Welt und die Fantasiewelt nicht identisch sind. Man nimmt an, dass ein Kind mit ungefähr sieben Jahren ein Gefühl für den Unterschied von Realität und Fantasie entwickelt hat.

Kinder, deren Fantasie keine Grenzen gesetzt wird, durchleben eine wunderbare Kindheit. Raum und Zeit vergessen zu können, entspannt und hilft, in die Herausforderungen des

Alltags langsam hineinzuwachsen. Die positiven Erfahrungen der Kindheit prägen nachhaltig und ermöglichen eine individuelle Entwicklung.

Fantasie oder Wirklichkeit

Fantasie spielt im Leben von Kleinkindern eine größere Rolle als im Leben von Erwachsenen – und sie brauchen sie mehr als Erwachsene bis sie die Gesetzmäßigkeiten von Ursache und Wirkung klarer durchschauen können. Führen Sie sich nur einmal vor Augen, auf wie viele unerklärliche Erscheinungen ein Kleinkind im Alltag stößt. Ein einfaches Beispiel ist der Staubsauger. Mit großem Getöse lässt er alles, was auf dem Boden liegt, verschwinden. Alles? Nein, Tische, Stühle und Spielsachen bleiben an ihrem Platz. Warum? Das Kind weiß ja noch nicht, dass der Durchmesser des Saugrohres etwas damit zu tun hat. Also fantasiert es eine Erklärung zusammen. Vielleicht isst der Staubsauger nur das, was ihm schmeckt. Aber kann man denn wissen, ob dem Staubsauger kleine Kinder nicht auch ganz gut schmecken? So verschwindet es halt lieber, wenn die Mutter anfängt Staub zu saugen. Kinder können deshalb auch Angst vor ihren eigenen Fantasien bekommen. Im Vorschulalter ist es andauernd damit beschäftigt, sich zu fragen, ob etwas wirklich so ist oder nicht: Wie funktioniert das? Wodurch kommt das? Ist das wirklich so? Ich habe immer noch die hartnäckigen Fragen meiner kleinen Tochter im Ohr: «Papa, ist das erfunden oder wirklich so?» Besonders wenn wir uns zusammen einen Film angeschaut haben.

Quellen: <https://www.real.de/meine-familie/kinder-oeffnen-mit-fantasie-die-tuer-zu-fremden-welten/>;
https://muehlan-mediendienst.de/f_shop/a_pdf/a1375344094.pdf

WIE FANTASIE DAS LERNEN BEFLÜGELT

Beim Spielen versinken Kinder gerne in Fantasiewelten. Lange sahen Psychologen darin keinen tieferen Sinn. Doch die Faszination für Fabelwesen kann das Lernen beflügeln.

Von Deena Weisberg

In James Matthew Barries klassischem Theaterstück *Peter Pan* stürzen sich die Kinder der Familie Darling in ein Abenteuer mit Peter, einem Lausbuben, der sich weigert, erwachsen zu werden. Im magischen Nimmerland treffen sie auf Feen, kämpfen gegen Piraten und begegnen mystischen Kreaturen. Die Geschichte hat ganze Generationen von Kindern zu fantasievollen Spielen inspiriert. Ihre Botschaft: Wer tief in die Welt der Fantasie eintaucht, bleibt im Herzen ewig jung.



Fast alle Kinder verlieren sich gerne in fiktiven Welten. Warum sie das tun, ist eine Frage, die Wissenschaftler schon seit Jahrzehnten beschäftigt. Anfang des 20. Jahrhunderts gingen Psychologen davon aus, unser Vorstellungsvermögen diene allein unserer eigenen Unterhaltung und berge keinen tieferen Sinn. Kinder müssten ihre Fantasiewelt hinter sich lassen, um zu mündigen

Erwachsenen zu werden. Diese Sichtweise hat sich inzwischen grundlegend gewandelt: Kindliche Spiele werden nicht mehr als nutzlos, sondern ganz im Gegenteil als essenziell für die Entwicklung angesehen. Beispielsweise stellen Heranwachsende Ereignisse, die ihnen Angst machen oder sie verwirren, beim freien Spielen nach, um sie besser verstehen und verarbeiten zu können. Verfechter des freien Spielens vertreten heute die Ansicht, es vermöge Kinder glücklicher, kreativer und kontaktfreudiger zu machen.

[...]

Fantasiegeschichten mehren den Wortschatz

Alle Kinder hatten nach den zwei Wochen neue Wörter gelernt. In einem Test, bei dem sie zu den Begriffen jeweils das entsprechende Bild auswählen sollten, schnitten beide Gruppen gleich gut ab. Denjenigen, die Fantasiegeschichten gehört hatten, gelang es jedoch besser, die Bedeutung der Wörter zu erklären, und ihr aktiver Wortschatz war insgesamt größer. Allerdings haben wir den beiden Gruppen unterschiedliche Begriffe beigebracht. Daher können wir nicht ausschließen, dass das Vokabular in den Fantasiebüchern interessanter war als das in den realistischen Geschichten.

Begeistern sich Kinder für Fantasiefiguren, fällt es ihnen leichter, sich in andere hineinzusetzen. Das beobachteten Psychologinnen von der University of Virginia in Charlottesville bei Dreijährigen. Jene unter ihren kleinen Probanden, die besonders gerne in fantastische Welten abtauchten, an Fabelwesen glaubten oder sich für Fantasyfilme und -spiele begeisterten, konnten die Gedanken, Absichten und Wahrnehmungen ihrer Mitmenschen besser verstehen als Altersgenossen, auf die das nicht zutraf. Diese für das soziale Miteinander entscheidende Fähigkeit wird «Theory of Mind» genannt und entwickelt

sich im Kleinkindalter. Eine mögliche Erklärung: Um uns eine Fantasiewelt auszumalen und um die Welt aus der Perspektive eines anderen Menschen zu betrachten, brauchen wir womöglich ähnliche Fähigkeiten. Durch Fantasiereisen könnten Vorschulkinder daher auch lernen, sich in andere einzufühlen. Allerdings ist noch unklar, ob die Beschäftigung mit Feen und anderen Fabelwesen die «TheoryofMind» tatsächlich fördert oder ob der Zusammenhang andere Ursachen hat.

[...] Wenn fantastische Elemente tatsächlich das Lernen beflügeln – und darauf weisen unsere Ergebnisse hin –, dann ist es sinnvoll, Kinder im fantasievollen Spielen zu bestärken. Eltern und Lehrer könnten zudem gezielt Geschichten erzählen, die gegen die Gesetzmäßigkeiten der Realität verstoßen. Außerdem mag es hilfreich sein, gemeinsam mit den Kindern zu überlegen, inwieweit diese Fantasiewelten denkbar wären, etwa «Könnten Drachen wirklich existieren?» oder «Was würde passieren, wenn du unsichtbar wärst?».

Ob die Fantasie auch das Lernen von älteren Kindern und Erwachsenen zu beflügeln vermag, können wir bisher noch nicht sagen. Wir nehmen aber an, dass der Fantasiebonus zu einem gewissen Grad im Alter erhalten bleibt. Bücher, die in erfundenen Universen spielen, vermögen es, uns zum Nachdenken über unsere eigene Welt anzuregen. Sciencefiction-Werke wie *Die linke Hand der Dunkelheit* von Ursula K. Le Guin über einen Planeten ohne Geschlechter bringen uns möglicherweise dazu, unsere Vorstellungen über Frauen und Männern zu überdenken. Und utopische Romane lassen uns vielleicht aktuelle Geschehnisse hinterfragen und in einem anderen Licht betrachten. So kann uns die Fiktion zu neuen Einsichten und Lösungen verhelfen. Ein wenig Fantasie könnte uns letztlich allen guttun.

Quelle: <https://www.spektrum.de/news/wie-fantasie-kindern-beim-lernen-hilft/1431798>

PRAKTISCHE ANREGUNGEN FÜR DIE VOR- ODER NACHBEREITUNG

von Katharina Dürr

Die folgenden Übungen dienen zur Vorbereitung oder nachbereitenden Vertiefung im Anschluss an die Vorstellung der Inszenierung *Nachts*. Sie sind als Impulsgeber für die weitere Auseinandersetzung mit Kindern ab vier Jahren zu den inhaltlichen Thematiken von *Nachts* gedacht. Es ist nicht notwendig, alle Übungen durchzuführen, des Weiteren ist die Reihenfolge der Übungen beliebig wählbar und sollte entsprechend der unterschiedlichen Entwicklungsstände und Gruppenzusammensetzungen der Kinder ausgesucht werden.

ÜBUNG 1: NACHT-ASSOZIATIONSKETTE (SPRACH- UND IMPULSSPIEL)

Eine Assoziationskette kann zu verschiedenen Themen entstehen. Passend zum Stück soll in dieser Übung zum Thema «Nacht» assoziiert werden. Hilfreiche Fragestellungen könnten sein:

- Was gibt es in der Nacht? Wer ist nachts wach?
- Wie fühlst du dich in der Nacht?
- Welche Geräusche hörst du in der Nacht?

Gemeinsam mit den Kindern soll überlegt werden, was ihnen zu dem Thema einfällt. Dazu stellen sich alle Kinder in einen Kreis. Jedes Kind ist der Reihe nach einmal dran und darf die eigene Assoziation zum Thema vortragen. Dabei soll es laut und deutlich sprechen und einen Schritt in die Mitte treten. Es kann der Satz «In der Nacht gibt es/ ist es...» zur Hilfe genommen werden. Bei diesem Spiel gibt es kein richtig oder falsch, denn es geht um die erste Assoziation des Kindes, nicht um die Logik der gesamten Assoziationskette!

ÜBUNG 2: THEATER-STOPPTANZ (BEWEGUNGSSPIEL)

Bei diesem Spiel geht es um Reaktion und Körperbeherrschung. Zu Beginn kündigt der Spielleiter an, dass bei jedem Stopp alle Kinder verschiedene Aufgaben gestellt bekommen. Sobald die Musik anfängt zu spielen, dürfen alle Kinder tanzen. Es ist nicht ausschlaggebend welche Musik hierfür verwendet wird, jedoch ist eine etwas schwungvollere und schnellere Musik von Vorteil. Der Spielleiter drückt nach einer Zeit die Pausentaste und alle Kinder frieren ein (Freeze), müssen also ganz still stehen bleiben, egal in welcher Position sie sich

gerade befinden. Nun gibt der Spielleiter verschiedene Bewegungsaufgaben passend zum Thema und zum Stück hinein wie z.B. «Jetzt ziehen wir uns alle unsere Schlafanzüge an». Die Kinder spielen nun pantomimisch nach wie sie ihre Schlafanzüge anziehen. Nachdem die Kinder die Aufgabe umgesetzt haben, wird die Musik wieder weitergespielt und alle Kinder verwandeln sich wieder und tanzen zur Musik. Beim nächsten Stopp gibt es eine neue Aufgabe für die Kinder. Besonders wirkungsvoll ist es, wenn dabei die Figuren oder Handlungen, die im Stück von Relevanz sind, einmal von den Kindern nachgespielt werden.

Weitere Beispielaufgaben:

- Zähne putzen
- Haare kämmen
- Gesicht waschen
- in Lieblingsposition zum Schlafen legen
- in den Nachtvogel verwandeln
- in eine Hexe verwandeln
- eine coole Piratenpose machen
- in einen dicken Drachen verwandeln



ÜBUNG 3: NACHTGERÄUSCHE (SPRACHSPIEL)

In dieser Übung sollen die Kinder sich in einen Kreis setzen, die Augen schließen und darüber nachdenken welche Geräusche nachts zu hören sind. Jedes Kind darf daraufhin einmal sein eigenes Nachtgeräusch machen. Danach wird die Gruppe geteilt. Gruppe 1 verwandelt sich nun in einen Garten in der Nacht und positioniert sich als Baum, Busch, Gras, Vogel, Wind, Blätter etc. im Raum und friert in einer Pose ein. Gruppe 2 darf daraufhin leise durch den

Garten gehen und sich die Geräusche in der Nacht anhören. Im Anschluss positioniert sich Gruppe 2 zum Geräuschgarten und Gruppe 1 darf hindurchlaufen.

GESPRÄCH 1: WOVOR HABT IHR ANGST?

Als Bo seinen Kuschelhasen Zorro verliert bekommt er Angst. Er stellt sich vor, dass der Nachtnurmler unter seinem Bett ihn holen kommt und mitnimmt. Der Nachtnurmler ist jedoch gar nicht böse, sondern hat selbst große Angst vor Zorro. Die beiden freunden sich an und Bo verliert seine Angst. In einem Gespräch, kann der Spielleiter zusammen mit den Kindern über ihre Ängste in der Nacht sprechen. Hilfreiche Fragestellungen könnten sein: «Wovor habt ihr Angst in der Nacht? Wann bekommt ihr Angst? Was hilft euch mit der Angst umzugehen? Wie verschwindet die Angst wieder? Oder was macht ihr wenn ihr nicht einschlafen könnt?»

ÜBUNG 4: SCHARADE (KREATIVE ÜBUNG)

Bo und Bo spielen Scharade in der Nacht. Bo versucht erst *ein Wolf mit Höhenangst* dann *eine Maus die zu viel gelogen hat*, *ein wasserscheues Nilpferd*, *ein Einhorn in der Nacht* und *ein letztes Blatt im Herbst was herunter fällt* vorzuspielen. Gemeinsam dürfen die Kinder versuchen die verschiedenen Begriffe pantomimisch nachzuspielen.

Variation: Die Gruppe wird in fünf Kleingruppen geteilt und jede Gruppe bekommt einen Begriff als Aufgabe. Die Gruppe darf dann fünf Minuten überlegen wie sie den Begriff umsetzen möchten. Im Anschluss präsentiert jede Gruppe seinen Begriff und die anderen dürfen raten, um welchen Begriff es sich handelt.

ÜBUNG 5: ZAUBERN (BEWEGUNGSSPIEL)

In dem Stück *Nachts* taucht der Nachtvogel als magische Figur auf, die auch zaubern kann. Für die nächste Übung sucht sich jedes Kind einen Partner. Ein Kind nimmt die Rolle des Zauberers ein, das andere Kind ist die Marionette. Zeigt der Zauberer auf die Hand, den Fuß, Bauch, Kopf oder einen anderen Körperteil, darf die Marionette diesen Körperteil bewegen. Der Zauberer darf die Marionette jedoch nicht berühren. Dadurch sie es aus, als würde die Marionette sich wie aus Zauberhand bewegen. Nach einer kurzen Zeit werden die Rollen getauscht. Diese Übung kann mit, aber auch ohne Musik durchgeführt werden.

ÜBUNG 6: FANTASIE-SPRACHE (SPRACH-ÜBUNG)

In der Inszenierung werden einige Lieder auch auf Englisch oder anderen Sprachen gesungen. Das Lied *The Lion sleeps tonight* wird strophenweise auf Schwedisch, Spanisch, Türkisch, Russisch und Französisch gesungen. Bo denkt sich daraufhin eine eigene Sprache aus und sing: «Ya la minti wo ka». Gemeinsam kann mit den Kindern darüber gesprochen werden welche Sprachen sie sprechen oder kennen. Im nächsten Schritt darf sich jedes Kind ein neues Wort ausdenken. Einmal im Kreis herum werden die ausgedachten Wörter vorgetragen.

Variation: In Zweier-Teams dürfen die Kinder sich auf Fantasiensprache unterhalten. Alles ist erlaubt, nur eine existierende Sprache darf nicht gesprochen werden.



ÜBUNG 7: MONSTER BAUEN (SZENISCHE ÜBUNG)

In der nächsten Übung wird gemeinsam mit allen Kindern ein gruseliges Monster «entwickelt», welches alle anderen Monster in der Nacht in die Flucht jagt. Dafür überlegt sich jedes Kind still eine Geste/Pose mit oder ohne Geräusch. Danach betritt ein Kind die Bühne und macht die erste Monsterpose/-geste/-geräusch. Daraufhin positionieren sich alle Kinder nach und nach zu dem Kind, wodurch ein riesiges Monster entsteht.

ÜBUNG 8: AUSSCHNITT AUS DEM MÜDE-SONG (SPRACHSPIEL)

Der folgende Song ist in der Inszenierung von *Nachts* enthalten. Gemeinsam mit der Gruppe soll nun untenstehender Songtext gesungen/gesprochen werden. Die Aufteilung kann wie folgt vorgenommen werden: Der Spielleiter beginnt mit «Es ist acht Uhr dreißig» und die Gruppe antwortet mit «Wir sind gar nicht müde». Die Aufteilung kann dann für das ganze Lied so gelten.

Variation: Die Gruppe wird in zwei Kleingruppen geteilt. Beide Gruppen bekommt jeweils eine Strophe und haben zehn Minuten Zeit, die Strophe zu erarbeiten. Wie die Schüler dann den Song präsentieren, sollen sie sich selbst erarbeiten. Sie können das gesamte Lied gemeinsam chorisch sprechen oder teilen sie versweise auf einzelne Sprecher auf. Eine weitere Variante wäre auch, dass sich in den einzelnen Gruppen noch kleine Untergruppen für die einzelnen Verse bilden. Bei der Bearbeitung sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt.

Es ist acht Uhr dreißig. – **Wir sind gar nicht müde.**
So langsam wird es Zeit. – **Wir sind gar nicht müde.**
Ihr wart doch heut schon fleißig. – **Wir sind gar nicht müde.**
Und jetzt ist es halt soweit. – **Wir sind gar nicht müde.**
Hände waschen. – **Nein!**
Zähne putzen. – **Nein!**
Pippi machen. Schlaaaafen gehen! – **Nein!**
Wir sind gar nicht müde.
Jetzt ist es schon halb zehn. – **Wir sind gar nicht müde.**
Immer die gleiche Leier. – **Wir sind gar nicht müde.**
Ich seh doch, dass ihr gähnt. – **Wir sind gar nicht müde.**
Kinder, ab in die Heia. – **Wir sind gar nicht müde.**
Hände waschen. – **Nein!**
Zähne putzen. – **Nein!**



NACHTWANDERUNG

Bist du schon einmal nachts draußen gewesen und hast deine Umgebung beobachtet? Zugegeben, das ist ein bisschen unheimlich. Aber auch ganz schön spannend. Frag doch mal deine Eltern, ob sie mit dir nach Anbruch der Dunkelheit zusammen mit dir in den Wald oder in den Park gehen. Vielleicht habt ihr auch einen Garten, in den ihr gehen könnt. Nehmt auf jeden Fall eine Taschenlampe mit. Denn auch im Dunkeln gibt es ganz schön viel zu sehen. Zum Beispiel Tiere, die tagsüber schlafen und in der Dunkelheit unterwegs sind.

Dazu gehören viele kleine Tiere wie Schnecken, Nachtfalter und Regenwürmer. Aber auch größere Tiere wie Eulen, Marder, Waschbären, Rehe, Wildschweine und Füchse. Aber warum schlafen diese Tiere tagsüber und sind nachts wach? Mäuse und Igel zum Beispiel sind im Dunkeln besser geschützt. Viele Tiere, die sie gerne fressen würden, schlafen nachts. Ganz sicher sind sie trotzdem nicht: Die Eule hat sich auf kleine nachtaktive Tiere spezialisiert. Sie sieht in der Dunkelheit hervorragend. Vor allem aber hört sie sehr gut und kann genau ausmachen, wo gerade eine Maus entlangläuft – selbst, wenn die sich unter Laub versteckt hat.

Einige Arten wie der Frosch, die Schnecke oder der Regenwurm würden tagsüber einfach in der Sonne austrocknen. Sie verstecken sich deshalb am Tag und kommen erst in der Abenddämmerung heraus.

Quelle: <http://www.duda.news/mach-mit/beobachte-nachttaktive-tiere/>

ANREGUNG FÜR EIN NACHGESPRÄCH

Für ein Gespräch vor oder nach dem Theaterbesuch könnten folgende Fragestellungen hilfreich sein:

- Welche Gedanken gingen euch durch den Kopf, nachdem ihr das Stück gesehen habt?
- Welcher Moment in der Inszenierung bleibt am stärksten in Erinnerung bzw. hat euch am meisten beeindruckt?
- ÜBUNG: «NACHERZÄHLEN»: Jedes Kind sagt immer nur einen Satz über das Stück, dann kommt das nächste Kind an die Reihe. Das Ziel ist es, die ganze Geschichte nachzuerzählen.
- Wann ist nachts? Was passiert nachts?
- Welche Schlaflieder kennt ihr?
- Welche Rituale gibt es bei euch zu Hause vor dem Schlafen gehen?
- In was würdet ihr euch gerne einmal verwandeln?
- Gab es Momente in der Inszenierung, die gruselig waren? Wenn ja, welche? Warum war es gruselig?

MALAUFGABE

1. Wovor hast du Angst in der Nacht? Male dein eigenes kleines Monster, welches dir dabei helfen kann, alle anderen Monster zu erschrecken.
2. Welche Tiere leben besonders gerne in der Nacht? Erstelle ein Nacht-Tier-Bild

LITERATUREMPFEHLUNGEN

Autor	Titel
Arold, Mariese	Wo sich Hase und Igel gute Nacht sagen
Berner, Rotraut Susanne	Nacht-Wimmelbuch (SB 4418)
Berner, Rotraut Susanne	Nacht-Wimmelbuch (SB4843)
Bosse, Sarah	Kunterbunte Spukgeschichten
Hammer, Sybille	Tims Traum (Deutsch-russische Ausgabe)
Jakobs, Günther	Wen du im Bett bist ...
Joose, Barbara	Crroar!
Kaup, Ulrike	Die wundersame Reise durch die Nacht
Küntzel, Karoline	Wenn das Licht ausgeht
Lippa, Henrike	Gute Nacht, Brummelbär
Mai, Manfred	Von morgens 8 bis abends 8
Nordquist, Sven	Ein Feuerwerk für den Fuchs
Orlev, Uri	Das Löwengeschenk
Petz, Moritz	Monstermädchen Mona
Rahn, Sabine	Hab keine Angst, wenn's dunkel wird: eine Gutenachtgeschichte
Reichenstetter, Friederun	Die kleine Eule und die Tiere der Nacht
Schafik, Samira	Sonne und Mond. Wie aus Feinden Freunde wurden (deutsch-arabische Ausgabe)
Sendak, Maurice	Wo die wilden Kerle wohnen

Steinwart, Anne	Schlaf-gut-Geschichten
Storm, Theodor	Der kleine Häwelmann
Taher, Walid	Mein neuer Freund, der Mond (deutsch-arabische Ausgabe)
Tollmien, Cordula	Geistergeschichten
Waddel, Martin	Kannst du nicht schlafen kleiner Bär?

LIEDERLISTE UND SONGTEXTE AUS DEM STÜCK

1. DIE GÄNG – Müde
2. Bruno Mars – Count on me
3. Solomon Linda – The lion sleeps tonight / Tief im Dschungel
4. Volker Ludwig – Wär ich ein Pirat
5. Astrid Lindgren – Seeräuber Opa Fabian
6. Deine Freunde – Gruselgefahr
7. Margarete Jehn – Die alte Moorhexe
8. Peter, Paul & Mary – Puff the magic Dragon / Paff der Zauberdrache
9. Frederik Vahle – Schlaflied für Anne

Lied 1: DIE GÄNG – Müde

Wir sind gar nicht müde. Wir sind gar nicht müde.
 Es ist acht Uhr dreißig. – Wir sind gar nicht müde.
 So langsam wird es Zeit. – Wir sind gar nicht müde.
 Ihr wart doch heut schon fleißig. – Wir sind gar nicht müde.
 Und jetzt ist es halt soweit. – Wir sind gar nicht müde.
 Hände waschen. – Nein!
 Zähne putzen. – Nein!
 Pippi machen. Schlaaaafen gehen! – Nein!
 Wir sind gar nicht müde.
 Jetzt ist es schon halb zehn. – Wir sind gar nicht müde.
 Immer die gleiche Leier. – Wir sind gar nicht müde.
 Ich seh doch, dass ihr gähnt. – Wir sind gar nicht müde.
 Kinder, ab in die Heia. – Wir sind gar nicht müde.
 Hände waschen. – Nein!
 Zähne putzen. – Nein!
 Pippi machen. Schlaaaafen gehen. – Nein!
 Wir sind gar nicht müde.
 Ey, wie jetzt kurz vor elf? – Wir sind gar nicht müde.
 Also so langsam wird's jetzt frech. – Wir sind gar nicht müde.
 Ihr wisst es doch schon selbst. – Wir sind gar nicht müde.
 Ey, Mann, ey wirklich, ab ins Bett. – Wir sind gar nicht müde.
 Hände waschen. – Nein!
 Zähne putzen. - Nein! Pippi machen. Schlaaaafen gehen! - Nein!
 Guten Morgen! - Wir sind aber müde!
 Hört mal, der Wecker klingelt laut! – Wir sind aber müde!

Und draußen ist so schön! – Wir sind aber müde!
 Jetzt steht mal bitte auf! – Wir sind aber müde!
 Ihr müsst zur Schule gehen! – Wir sind aber müde!
 Rucksack packen. – Nein!
 Zähne putzen. – Nein!
 Frühstück machen und raus mit euch. – Nein!
 Wir sind aber müde!
 Ey, bitte aufwachen! – Wir sind aber müde!
 Mann, es wird sonst wirklich knapp. – Wir sind aber müde!
 Jetzt mal raus aus den Matratzen. – Wir sind aber müde!
 Ach, wisst ihr watt? Ich hau jetzt ab.
 Tschüssi.



Lied 2: BRUNO MARS – Count on me

You can count on me like 1 2 3
 I'll be there
 and I know when I need it, I can count on you like 4 3 2
 you'll be there
 'cause that's what friends are supposed to do, oh yeah.

Wenn du mal nicht weiter weißt und du schaffst es nicht allein
 Dann komm zu mir und frag mich.
 Wenn alle Stricke reißen, und die anderen sind gemein
 Dann sag ich dir: ich mag dich.
 Wenn du einmal Halt brauchst,
 lehn dich an, weil ich dich halten kann.

1 2 3 ich steh dir bei,
 Ich bin bei dir.

Und ich kann auf dich zählen
So wie 4 3 2 es bleibt dabei,
Du bist bei mir.
echte Freunde, das sind wir. Oh yeah.
Woooooh, Woooooh, Yeah, Yeah

You can count on me like 1 2 3
I'll be there
and I know when I need it, I can count on you like 4 3 2
you'll be there
'cause that's what friends are supposed to do, oh yeah!

Lied 6: DEINE FREUNDE – Gruselgefahr

INTRO:

Einer zog aus, um das Fürchten zu lernen,
nur leider hatte ihn das Fürchten nicht gern.
Es kaute ihn durch, spukte ihn aus,
seitdem geht er nicht mehr gern aus dem Haus.

STROPHE:

Da geht ne lange Treppe runter in den Keller,
wenn du die Treppe rauf gehst,
wirst du immer schneller.
Du hast sie nicht gerufen, aber nun ist sie da:
Gruselgefahr.
Zuerst hattest du sie gar nicht erkannt, da ist nen Schatten an der Wand
und sie tanzen Hand in Hand.
Du hast sie nicht gerufen, aber nun ist sie da:
Gruselgefahr. Gruselgefahr!

Ich kann es nicht verstehen, klapper mit den Zähnen,
starre an die Decke, denn ich habe was gesehen.
Oh nein, jetzt ist sie da! Gruselgefahr!
Das Leben ist nicht nett, mit Gänsehaut im Bett,
starre an die Decke, denn ich hab da was entdeckt.
Oh nein, jetzt ist sie da! Gruselgefahr!

Aus dem Bett kommst du nicht mehr heraus,
denn die Tür ist zu und das Licht ist aus.
Du hast sie nicht gerufen, aber nun ist sie da:
Gruselgefahr. Gruselgefahr!
Du kannst es dir nicht erklären, du kratzt dich am Kopf,
warum macht es dich verrückt, dass der Wasserhahn tropft?
Du hast sie nicht gerufen, aber nun ist sie da:
Gruselgefahr. Gruselgefahr!
Es ist dir niemals aufgefallen, so komische Geräusche.
Du hast sie nicht gerufen, aber nun ist sie da:
Gruselgefahr. Gruselgefahr!
Normalerweise bist du anders drauf.

GESTALTUNGSDIEN UNSEERER EXPERTENKITAS

Kita Regenbogen Schiffdorf, Leitung: Inge Schenke

Monsterfresser basteln:



Kita kleiner Blink Bremerhaven, Projektleitung: Sabine Skibicki

Erstellen von Bildern zur Geschichte von *Nachts* für das KreaShibai sowie

Assoziationscollage:



MONSTER BASTELN

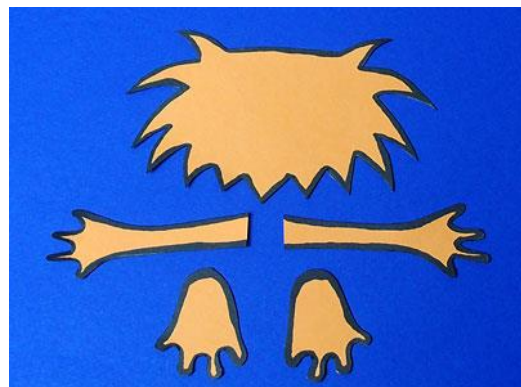
Bastel dir dein eigenes kleines Monster, welches gruselige Träume auffrisst und dich vor bösen Gedanken beschützt.

Quelle: <https://kreativraum24.de/monster-basteln>

1. Schneide von einem Pappbecher den Rand (etwa 1 cm) ab. Teste, ob ein anderer Becher gut über den abgeschnittenen passt. Schneide notfalls noch etwas mehr von dem Rand weg
2. Male die Pappbecher in der gewünschten Monsterfarbe an. Lass die Farbe trocknen. Es ist gut möglich, dass ein zweiter Anstrich notwendig ist, je nach Deckkraft der Farbe.



3. Schneide nun Kopf, Arm und Fuß aus. Übertrage dann den Kopf einmal, Arme und Füße zweimal auf Tonkarton. Dann alle Teile ausschneiden und mit einem schwarzen Stift umranden. Achte dabei darauf, dass der Daumen einmal nach rechts und einmal nach links schaut. Das Gleiche bei den Füßen



4. Ritze rechts und links in den oberen Becher kurze Schlitz für die Arme. Achte darauf, dass die Bechernaht hinten ist (und die seitlichen Schlitz etwas weiter vorn liegen).
5. Befestige die Arme, indem du die Enden durch die Schlitz schiebst. Klebe die Füße unten an. Wenn du willst, kannst du die Beine andeuten, indem du von den Fuß-Innenseiten ein schmales Dreieck nach oben aufmalst

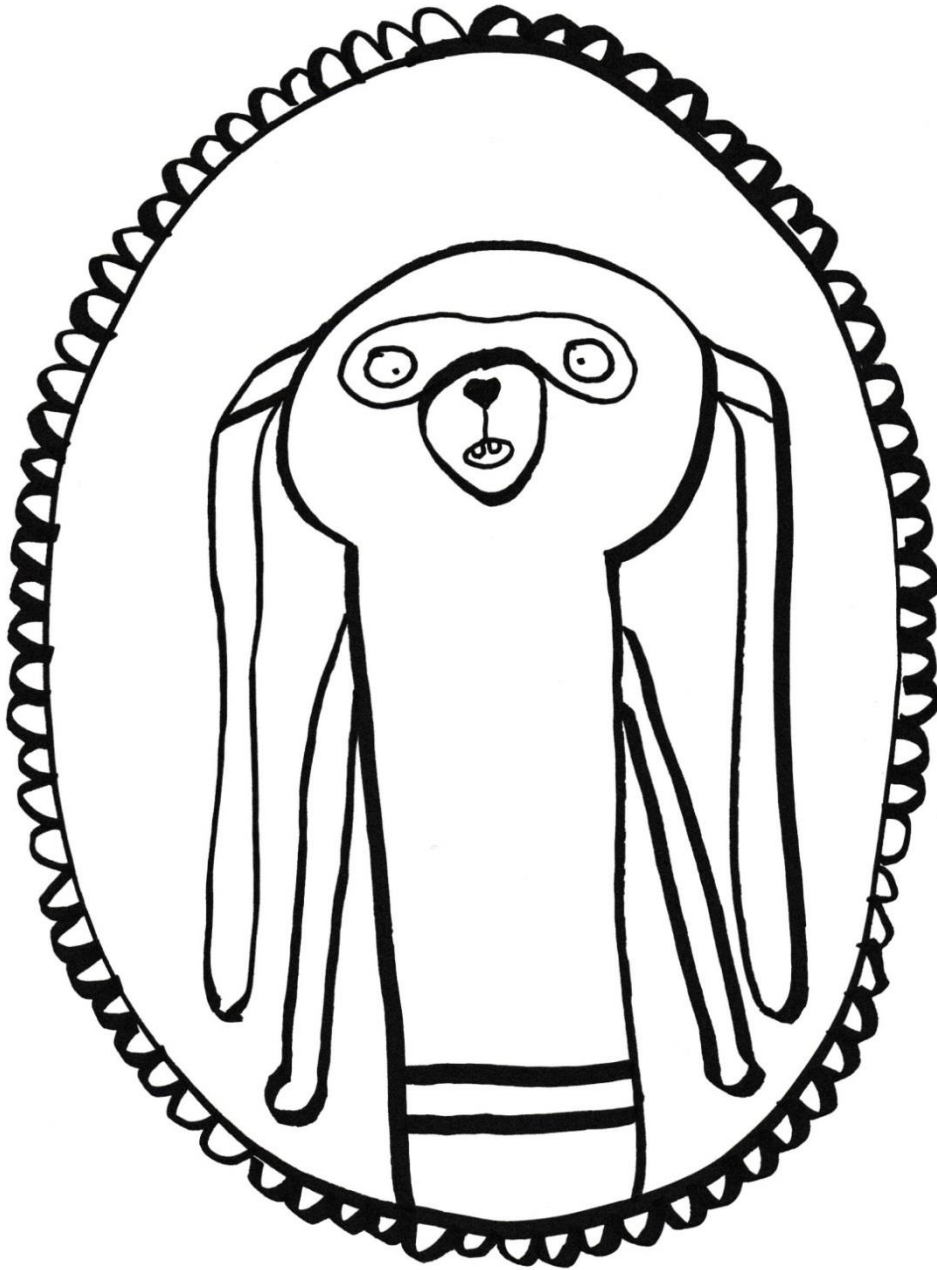


6. Schneide Augen, Zähne und die Nase aus. Übertrage die Nase auf Tonkarton, schneide sie aus und umrande sie schwarz. Klebe zuerst die Augen an. Male dann einen Mund und klebe Nase und Zähne auf.
7. Jetzt brauchst du nur noch den Kopf ankleben und fertig ist dein Monster. Wenn du willst, kannst du noch Federn am Kopf befestigen. Das andere Monster bekommt noch Hörner angeklebt.



AUSMALBILD ZORRO

Illustration: Silke Rekort



Zorro ♥