



**Zämme  
turne, lache, singe  
und ä  
huffe  
ummespringe**

### **Was ist MuKi - Turnen? MuKi = Mutter und Kind**

Selbstverständlich dürfen auch Väter, Grosseltern, und andere erwachsene Personen mit dem Kind ins MuKi Turnen kommen.

Wir Leiterinnen möchten bei den Kindern die Freude an der Bewegung fördern. Das Kind und seine Begleitperson bilden eine Einheit und turnen gemeinsam, deshalb können jüngere Geschwister in der Regel nicht dabei sein.

Wir möchten sie mit spielerischem Turnen in ihrem eigenen Tempo anleiten und sie mit Hilfe von "Mut tut gut" dazu bringen, Schwierigkeiten zu überwinden und "mutige" Dinge auszuprobieren.

Das Kind wird stets durch seine Begleitperson unterstützt, baut Vertrauen zu ihr auf, und getraut sich daher vermehrt auch Übungen zu versuchen, welche das letzte Mal noch nicht geklappt haben.

Die Beziehung zur Begleitperson (meist die Mutter) wird gefestigt.

Das MuKi-Turnen fördert auch die Gruppendynamik, Die Kinder lernen sich in einer Gruppe zu behaupten, zu warten und sich einzubringen.

Wir gestalten unsere Turnstunden stets abwechslungsreich, die Kinder sollen das ganze Spektrum an Gross- und Kleingeräten kennenlernen, ihren eigenen Körper erleben und auch mit Alltagsmaterialien oder Naturmaterialien Erfahrungen sammeln.

Gleichzeitig lernen sie spielerisch, dass es auch Übungen gibt, die den Kindern nicht gefallen, sie werden von den Leiterinnen angehalten auch dort mitzutun.

Unser MuKi - Turnen ist ein geführtes Turnen und nicht einfach ein freier Bewegungsort.

Die Jahreszeiten und Feste wie Herbstmesse, Santiglaus, Weihnachten, 3-König, Fasnacht und Ostern werden in den Unterricht integriert und erlebt,

Die MuKi-Stunden werden durch Musik, Lieder, Singspiele, Versli und Geschichten umrahmt.

### **Auskunft und Anmeldung**

Christine Gürber  
cgu@sunrise.ch