

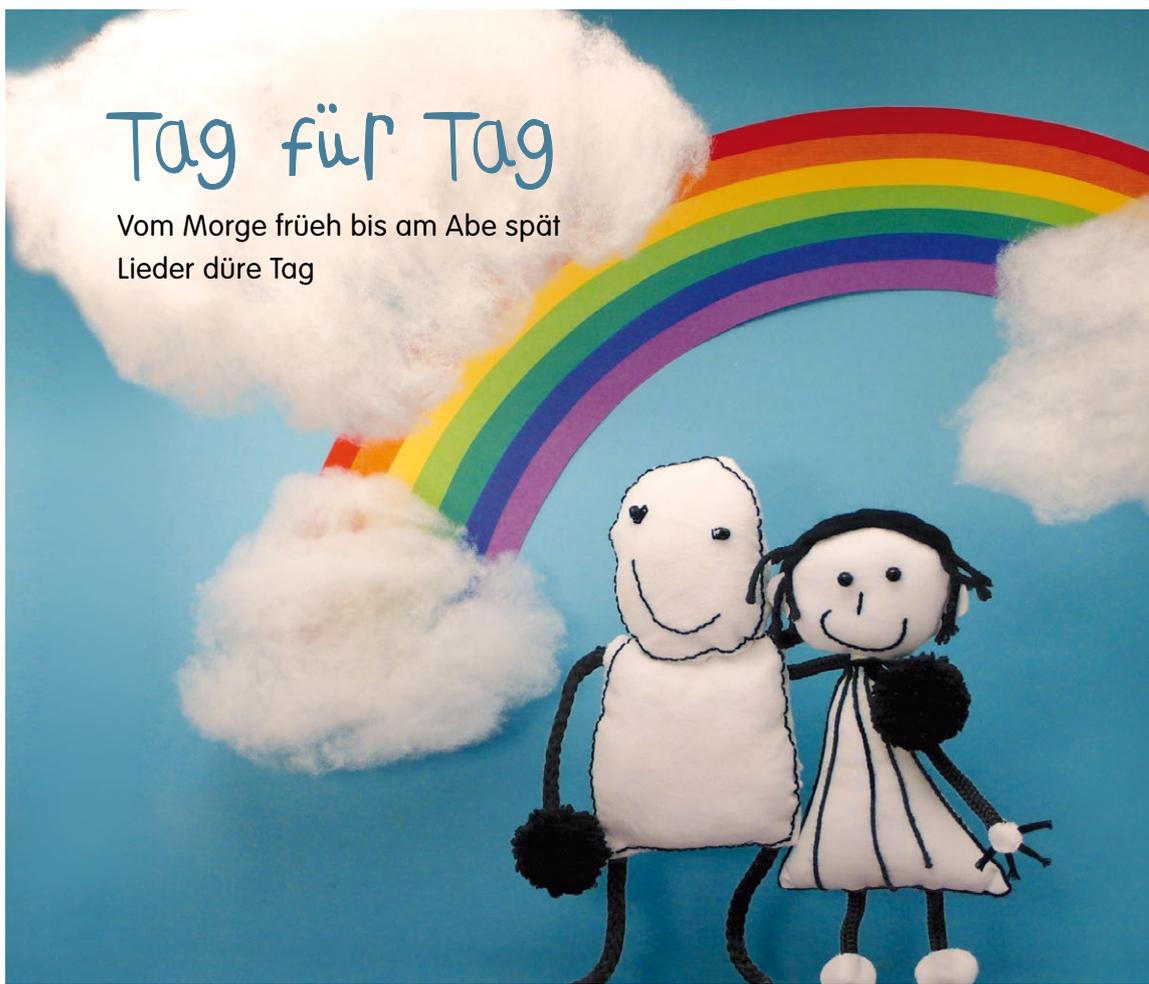
PAPPERLA PEP

junior

TAG FÜR TAG – WEITERBILDUNGSUNTERLAGEN

Tag für Tag

Vom Morge früh bis am Abe spät
Lieder düre Tag



TAG FÜR TAG – WEITERBILDUNGSUNTERLAGEN Papperla PEP junior



Gesundheitsförderung
Schweiz

Die 23 Lieder und Verse, die sich wie ein roter Faden durch das *Papperla PEP Junior*-Kursmaterial ziehen, begleiten Kinder im Vorschulalter durch den Tag. Angefangen beim «Guten Morgen»-Lied führen sie vom Anziehen zum Spielen, vom Streitlied zum Trostlied, vom Mittagessen zur Siesta und vom Heldenlied zum Schlaflied. Sie spiegeln den ganzen bunten Strauss der kindlichen Erlebniswelt wider und integrieren Bewegung, Körperwahrnehmung und Emotionen. Das Begleitmaterial dient als Kursunterlagen für die *Papperla PEP Junior*-Weiterbildungen.

Papperla PEP Junior ist ein Projekt des Vereins PEP und wird von Suissebalance, der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern und dem Inselspital Bern unterstützt.

Die Weiterbildungsunterlagen können kostenlos über die Webpage heruntergeladen werden. www.pepinfo.ch -> Rubrik *Papperla PEP*

Die Audio CD kann für 25.- plus 3.- CH Fr Versand über papperlapep@pepinfo.ch unter Angabe der Postadresse bestellt werden.

IMPRESSUM

PapperlaPEP junior
Tag für Tag - Weiterbildungsunterlagen

Projektleitung, Text	Thea Rytz
Komposition Lieder, Text	Renie Uetz
Komposition Lieder	Nicole Bohnenblust
Text, fachliche Unterstützung	Marie-Jeanne Metz
Grafik, Figuren	Franziska Nyffeler
Figuren	Veronica Grandjean
fachliche Unterstützung	Sophie Frei
Lektorat	Christine Mauch

PAPPERLA PEP
junior

INHALTSVERZEICHNIS

Morgen

EINLEITUNG	4
MORGEN	12
SPIELEN: BEWEGUNG IN BEZIEHUNG	19
WUT UND STREIT	33
TRAURIGKEIT UND TROST	39
WASSER TRINKEN	43
ANGST UND MUT	46
ZUFRIEDENHEIT UND GEMEINSCHAFT	50
MITTAG: ESSEN UND TRINKEN IN BEZIEHUNG – TEIL 1	54
ZÄHNE PUTZEN	69
SIESTA	72
DEN KÖRPER AUFWECKEN	77
FREUDE UND ZUFRIEDENHEIT	81
FRUCHTSALAT: ESSEN, TRINKEN IN BEZIEHUNG – TEIL 2	85
GEFÜHLE AUSDRÜCKEN UND REGULIEREN	92
ABEND	98
NACHHALTIGKEIT – WIE VERANKERN?	105

Mittag

Abend

WARUM SINGEN?

«Mama, du musst *Chindli my* singen.» Mein dreijähriger Sohn liegt im Bett und wünscht sich wie jeden Abend sein Gute-Nacht-Lied. Es ist seit zwei Jahren dasselbe, und ich darf (bis jetzt) auf keinen Fall ein anderes anstimmen. Dieses Lied hilft ihm, den Übergang vom Tag zur Nacht zu finden und beruhigt ihn. Es ist ein gemeinsames Ritual, das ihm ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit gibt.

Viele Kinder reagieren ähnlich auf das gemeinsame Singen. Singen vermittelt ein Gefühl von Zugehörigkeit und Gemeinschaft.

Durch die Melodie und den Text eines Liedes können Emotionen ausgedrückt und nacherlebt werden, die manchmal nicht einfach in Worte zu fassen sind. Ein Lied kann wild, fröhlich, besinnlich oder traurig sein, und es hat immer einen klaren Anfang und ein klares Ende. Diese Struktur hilft den Kindern, in eine Stimmung einzutauchen und diese am Ende auch wieder loslassen zu können. Oft fühlen sie sich angeregt, selbst noch weiter zu komponieren oder zu texten und mit dem Liedinhalt zu spielen.

Kinder haben fast immer eine völlig freie Beziehung zu Musik, Rhythmus und Singen.

Bevor sie artikuliert sprechen, experimentieren sie mit unterschiedlichen Tonlagen ihrer Stimme und versuchen, den Ausdruck und die Tonlage der Erwachsenen zu imitieren. Bereits Säuglinge rudern begeistert mit den Armen, wenn sie Musik hören, und sobald sie dazu in der Lage sind, wippt ihr Körper im Rhythmus der Musik. Manchmal ist uns Erwachsenen diese spontane, natürliche Freude abhanden gekommen, vielleicht weil wir fürchten, uns zu blamieren oder gar falsch zu singen. Kinder fühlen sich selten durch den einen oder andern Missston gestört, für sie zählen das gemeinsame Erleben, die Freude und das Gefühl der Verbundenheit.

Der Neurobiologe Gerald Hüther schreibt dazu: «Das gemeinsame, freie und lustvolle Singen führt auch zu sozialen Resonanzphänomenen. Die Erfahrung von sozialer Resonanz ist eine der wichtigsten Ressourcen für die spätere Bereitschaft, gemeinsam mit anderen Menschen nach Lösungen für schwierige Probleme zu suchen. Gemeinsames Singen aktiviert auch die Fähigkeit zur `Einstimmung` auf die anderen und schafft so eine emotional positiv besetzte Grundlage für den Erwerb sozialer Kompetenzen wie Rücksichtnahme, Einfühlungsvermögen, Selbstdisziplin und Verantwortungsgefühl.» (Gerald Hüther (2011) Was wir sind und was wir sein könnten. Fischer, S. 167-68)

FACHBÜCHER

.....
 GASCHLER, Frank und Gundi (2006) Ich will verstehen, was du wirklich brauchst.
 Gewaltfreie Kommunikation mit Kindern, Kösel.

.....
 JUUL, Jesper & JENSEN, Helle (2005) Vom Gehorsam zur Verantwortung.
 Für eine neue Erziehungskultur, Beltz.

.....
 JUUL, Jesper (2009) Dein kompetentes Kind.
 Auf dem Weg zu einer neuen Wertgrundlage für die ganze Familie. rororo.

.....
 SIEGEL, Daniel J. (2006) Wie wir werden wie wir sind. Neurobiologische Grundlagen
 subjektiven Erlebens & die Entwicklung des Menschen in Beziehung. Jungfermann.

.....
 STÖCKLI-MEIER, Susanne (2003) Was im Leben wirklich zählt.
 Mit Kindern Werte entdecken, Kösel.

Guete Morge

Renie Uetz

● Lied #1 auf CD

1. Gue - te Mor - ge, gu - ete Mor - ge, gue - te Mor - ge mit - en - and. gior - no. Mir
 Bu - on gior - no, bu - on gior - no, bu - on gior - no, bu - on___

wün - sche öich e schö - ne Tag und e Gue - te mit - en - and!



- ② Bonjour, bonjour, bonjour, bonjour.
 Bun di, bun di, bun di, bun di.
 Mir wünsche öich e schöne Tag und
 e Guete mitenand!
- ③ Buenos dias, buenos dias, buenos dias,
 buenos dias.
 Dobro jutro, dobro jutro, dobro jutro,
 dobro jutro.
 Mir wünsche öich e schöne Tag und
 e Guete mitenand!
- ④ Günaydin, günaydin, günaydin, günaydin.
 Good morning, good morning,
 good morning, good morning.
 Mir wünsche öich e schöne Tag und
 e Guete mitenand!

Aa lege

Nicole Bohnenblust

● Lied #2 auf CD



1. Chumm mir le - ge üs itz aa, dass mir chöi ver - u - se gah.



Un - ger - ho - se, T - Shirt, So - cke, Ho - se, Jag - ge, Schueh, scho hei mir au - es aa!



Wie kann man mit Kleidern spielen?

- 2 Chumm, mir lege d' Ungerhose aa, dass mir chöi veruse gah.
Zersch ds einte Bei,
när ds angere dry,
's isch doch gar nid schwierig gsy!
- 3 Chumm mir lege ds T-Shirt aa, dass mir chöi veruse gah.
Schlüfe mit de Arme dry,
dr Chopf dür ds Loch,
das isch's scho gsy!
- 4 Chumm mir lege d' Socke aa, dass mir chöi veruse gah.
Z' ersch dr rächt Fuess, när dr lingg,
das geit aus scho richtig flink!
- 5 Chumm mir lege d' Hose aa, dass mir chöi veruse gah.
Rächts Bei, linggs Bei stahni dry,
hüpfe bis ig dinne bi!
- 6 Chumm mir lege d' Jagge aa, dass mir chöi veruse gah.
D' Arme dry, dr Risverschluss zue,
itze fähle nur no d' Schueh!
- 7 Chumm mir lege d' Schueh no aa, dass mir chöi veruse gah.
Linggs und rächts itz ha se aa,
itze chöi mir ändlech gah!

Tschüss und bis gly

Renie Uetz

● Lied #3 auf CD

G D C G D C G

1. Lie - bi Ma - ma, Tschüss und bis gly, bis hüt Ab - e, da fröi - en i my. I - i

E m A m D G D G

gah ga spi - le mit my - ne Frün - de, bis du wie - der chunnsch.



Was hilft ihrem Kind beim Abschied?

- 2 Liebe Papa, Tschüss und bis gly,
bis hüt Abe, da fröien i my.
Bi mir isch my Bär
und dä schmöckt nach dir,
wenn är bi mir isch.
- 3 Liebi Mama, Tschüss und bis gly,
bis hüt Abe, da fröien i my.
Du hesch gseit, du tuesch itze
I mym Härz inne sitze,
bis du wieder chunnsch.
- 4 Liebe Papa, Tschüss und bis gly,
bis hüt Abe, da fröien i my.
I gah ga spile
mit myne Fründe,
bis du wieder chunnsch.

ÜBERGÄNGE

Ein Kind erlebt innerhalb eines Tages viele Wechsel und Übergänge: Aufstehen, sich von einer Bezugsperson verabschieden und auf eine neue einstellen, Ortswechsel, spielen, andere Kinder sehen und in Kontakt treten, essen, nach Hause gehen, Mutter oder Vater zu Hause begrüßen, schlafen. Dazu kommen viele Gerüche, Geräusche, Berührungen und Stimmungswechsel, die das Kind vereinnahmen. Da Kinder meist völlig in ihr Tun und ihren eigenen Rhythmus vertieft sind, geschehen die Wechsel häufig überraschend; manchmal sind sie willkommen, manchmal entsprechen sie den Bedürfnissen des Kindes nicht ganz. Erfolgt ein Rhythmuswechsel zu schnell und abrupt, reagiert das Kind manchmal mit (Kontakt-)Verweigerung oder Trotz. Es braucht Raum, um sich vom Vorhergegangenen innerlich zu verabschieden und auf etwas Neues einzustellen.

Wenn wir feinfühlig auf das Kind reagieren und ihm signalisieren, dass wir seine Bedürfnisse wahrgenommen haben und präsent bleiben, kann das Kind die Erfahrung machen, dass Übergänge und die verschiedenen Gefühle, die damit verbunden sind, tolerier- und verkraftbar sind. Oft hilft es, dem Kind einen Moment Zeit zu geben und ihm zu erklären, was als nächstes kommt («Wir schauen uns das Bilderbuch noch fertig an und gehen dann einkaufen.»). Dadurch erhält das Kind eine klare Orientierung und eine Vorstellung des weiteren Geschehens.

● Lied #4 auf CD

F B

1. Um - e - spring - e, ganz lut sin - ge, schly - che, schnaag - ge, dür d'Hö - hli graag - ge!

C F

Mir sy am Spi - le, mir wei üs - i Rueh! Mir hei ja im - mer so viü z'tue!



- 2 Räuber jage,
Chäfer plaage,
gumpe vom Mürli
louft wie am Schnüerli!
Mir sy...
- 3 Schätz verstecke,
dr Nachbar verschrecke
Prinze befreie,
Drache wo spöie!
Mir sy...

Könn't ihr: umespringe, ganz lut singe, schlyche und schnaage?
Zeigt es nacheinander alle gemeinsam.

Vogu Stritti

Renie Uetz

● Lied #5 auf CD

C G F G

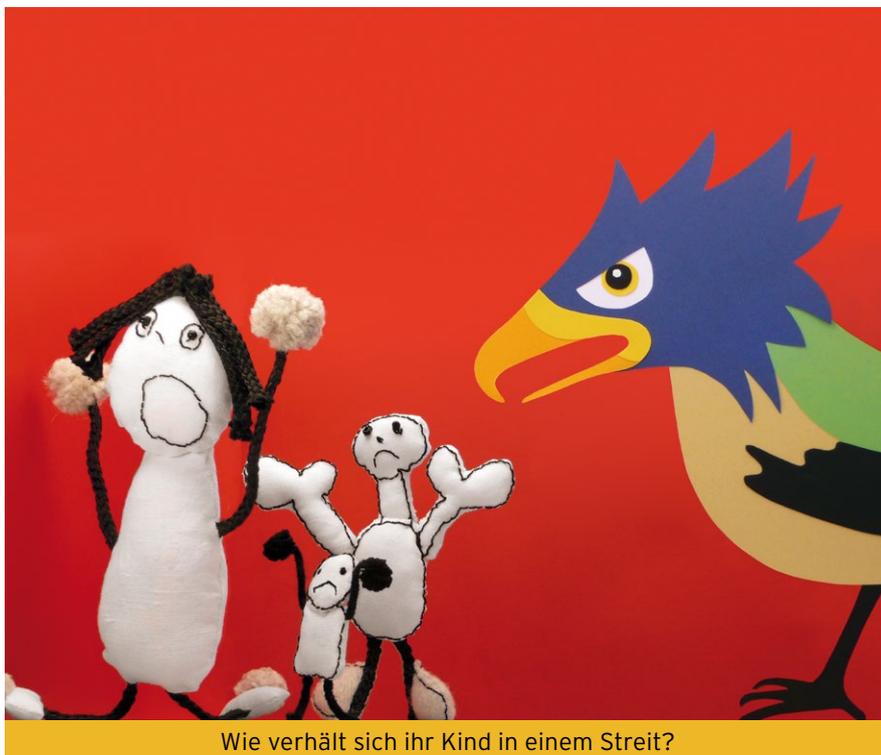
1. Hal - lo zä - me, darf i mi vor - stel - le: I bi dr Vo - gu Strit -
pick - e gärn__ de Lüt i ds Gnick - li__ und war - te bis si verruckt

C C G

ti, i sy. U we si strit - te, fröie i mi u

Dm C

pick - e no chly meh, u we si wüet - ig sy, de la - chen i e chly.



- ② U we das Strittli
när verby isch,
de flügi schnäll drvo,
wül Friede, Fröid und Lache
chöi mi nid glücklech mache.
Nur we si stritte fröie i mi
u picke no chly meh,
u we si wüetig sy, de lachen i e chly.

Troschtlied

Renie Uetz

● Lied #6 auf CD

Em B Em B Em B Em B G



Wenn i au-be truu-rig bi, de sitz i im ne Eg-ge hi und tue ganz fiin ü-ber

D Em D G



ds Gsicht mir stry-che und mir säg-e, muesch nid ver-zwyf-le, de ligt ei Hand ganz

D Em D G



warm uf em Buuch u die an-der-i chunnt uf ds Härz druf.

TRAURIGKEIT UND TROST

40



Ist es schwierig jemanden zu trösten?

Wasser trinke

Nicole Bohnenblust

● Lied #7 auf CD



Tripp - e - di, tripp - e - di, tripp - e - di trop, us - em Was - ser - hah - ne gheit e Tropf.



Trip trop, trip trop, trip trop, Tropf, 's tropf - et wy - ter, plip, plopp, plopp!



Stel - le es Glas un - de dra, wil i gmerkt ha, dass ig Durscht ha.



Psch, psch, psch___ Trin - ke: glugg, glugg, glugg, glugg, glugg, glugg, glugg. Trin - ke



glugg, glugg, glugg, glugg, Schluck für Schluck!



Wohin geht das Wasser,
wenn man es trinkt?

ERFORSCHEN, WOHIN DAS WASSER GEHT

Zeigen Sie den Kindern anatomische Bilder der Verdauungsorgane (siehe Bilderbuchhinweise) und entdecken Sie gemeinsam spielerisch, welchen Weg das Wasser beim Trinken durch den eigenen Körper zurücklegt.

ANLEITUNG

☞ Mit der Zungestreichst du über die Zähne und erkundest das ganze Innere deines Mundes, als ob du eine Höhle austastest. Du trinkst einen Schluck Wasser und versuchst dabei zu spüren, wie das Wasser durch die Speiseröhre in den Magen fließt. Du schau dir nochmals den Weg des Wassers auf dem Anatomiebild an. Du legst deine Hände auf Magenhöhe links seitlich an deinen Bauch, auf die Höhe der unteren Rippen, und versuchst, das Wasser im Magen zu spüren. Du hüpfst auf und ab.

❓ Spürst du, wie sich das Wasser im Magen hin und her bewegt?

Manchmal kann man die Bewegung des Wassers im Magen sogar hören, vor allem bei leerem Magen.

Heldelied

Renie Uetz

● Lied #8 auf CD

D



1. Ge - schter i dr Nacht, het's plöt - zlech ko - misch kracht. I

Em D



gloub, das sy die Dra - che, wo un - ter mir tüe wa - che. Ha mi vor lu - ter Schrek - ke,

Em



wöl - le gah ver - stek - ke. Ou - ge zue und nüm - me schnuu - fe

D D



und pro - bie - re wy - ter z'pfuu - se. A - ber i bi ne Held, mit
I cha mir hälfe und

Bm A G



lü - chti - gem Schild, mit Muet u - und Chraft, wo sys Schloss so guet be - wacht!
tue nid wäg - loufe. I cha mi o wehre u de Drache dr Wäg ver - sperre!

2 Schnäll bin i usem Bett gsprunge,
und ha grad dr Liechtschalter gfunge.
Ha muetig dene Drache,
wölle dr Garuus mache.
Ha lut grüeft: Itz isch gnue,
Drache löt mi i Rueh!
Itz müesst dir verschwinde, gschwind,
süsch chumm i mit mym hälle Schild!
Aber i bi ne Heldin,
so gefährlech und sehr wild,
mit Muet und Chraft,
wo ihres Schloss so guet bewacht.
I cha mir...

3 Und won i under ds Bett gluegt ha,
da sy die Drache nümme da.
Und im ganze Zimmer,
vo Drache gar ke Schimmer.
Die sy itz au verschwunde,
hei es nöis Huus gfunde.
Itz chani ruhig wyterschlafe und
mys Schild tuet mi bewache.
Wil i bi ne Held mit lüchtigem Schild,
mit Muet und Chraft,
wo sys Schloss so guet bewacht.
I cha mir...



Wann war ihr Kind mutig? Kann man auch zu mutig sein?

Roti Wülchli

Melodie überliefert
2./3. Strophe: Renie Uetz

● Lied #9 auf CD

C G



1. Ro - ti Wülch - li am Him - mel, i de Tan - ne dr Föhn, und i

C G C



fröi - e mi, ja i fröi - e mi, dass dr Mor - ge so schön, und i

F C G G



fröi - e mi, ja i fröi - e mi, dass dr Mor - ge so schön!



Mit wem ist ihr Kind gerne zusammen?

- 2 Im Wald tüe mir spile,
füürle, singe derby,
und i fröie mi, ja i fröie mi,
dass mir zäme sy,
und i fröie mi, ja i fröie mi,
dass mir zäme sy.
- 3 We mir hei göh am Abe,
de wüsse mir scho,
und mir fröie üs, ja mir fröie üs,
dass mir wieder chöi cho,
und mir fröie üs, ja mir fröie üs,
dass mir wieder chöi cho.

Hunger u Durst

Renie Uetz

● Lied #10 auf CD

E A H

1. I ha itz ganz lang dusse gspilt, ha glachet und ha gsung - e,

E Fm H E

han e schö - ni Hüt - te bout und bi i ds Loub dry gspr - unge. Da

E H E

faat's i mym Buuch af - aa rum - ple, cha fasch

H E E

nüm - me um - e gum - pe. I ha Hung - er, i muess äs - se
Grad e gan - ze Sack vou Ö - pflu

H H E

1. all - es and - re chasch ver - gäs - se. 2. und dr - zue e Man - du - gipf - u!



Wie merken sie,
dass ihr Kind Hunger hat?

- ② I ha itz ganz lang dusse gspilt,
ha glachet und ha gsunge,
han e schöni Hütte bout
und bi i ds Loub dry gsprunge.
Da isch myni Zunge plötzlech troche,
i mym Hals tuet's nur noch rochle.
I ha Durst, itz muess i trinke.
Töif i ds Wasser inesinke.
Grad es Schwümmbad voll mit Tee
und e Himbeersirupsee!

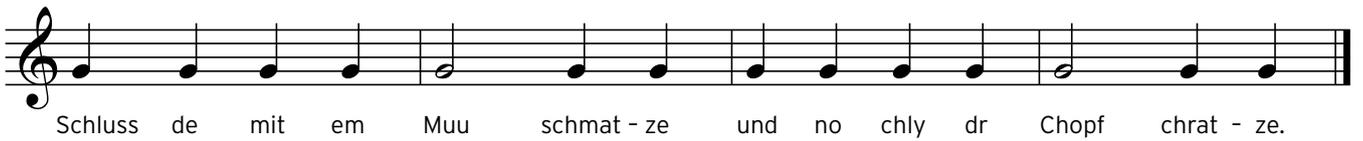
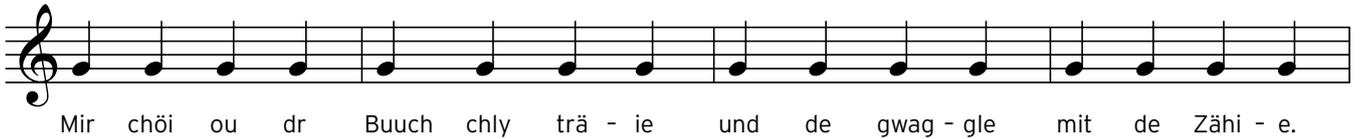
FRAGEN AN DIE KINDER

- ③ Wie spürst du Hunger? Wie spürst du Durst? Wo im Körper spürst du es?
Hast du einmal zu viel gegessen? Wie hast du es gespürt?
Was ist dein Lieblingsgeschmack? Welchen Geschmack magst du gar nicht?
Mach ein saures, dann ein süßes Gesicht. Wie sieht man dir an, ob du einen
Geschmack sehr gerne oder gar nicht gerne hast?

Mittagsgymnastik

Renie Uetz

● Lied #12 auf CD



MITTAG

59



Was ist ihnen wichtig am Anfang und am Ende einer Mahlzeit?



Carramba

überliefert

● Lied #11 auf CD

G



1. Car - ram - ba scho isch es Zyt zum Cho - che! Wo hett sech dr Chu - chi - chef ver-

D



chro - che? Im Herd brönnt no kes Fүү, 's hett es

G



Würm - li i dr Con - fi - tür. Ei Sam - ba, Sam - ba, Sam - ba di tom - a - to, Ma - ca -

D



ro - ni, Pe - pe - ro - ni e Pot - a - to, Char - lotte russe mit Öl - sar - di - ne, Mag - gi,

G



Bö - le und Ro - si - ne, das isch üs - e grü - sel Chu - chi Swing. Pud - ding!

MITTAG

63



Ist unanständig essen manchmal auch lustig?

- 2 Im Mähl tüe d' Made sich verpuppe
nur kei Angscht, si versuufe i dr Suppe.
Im Brot hett's e wyssi Muus,
morn git's es saftigs Bifdegg druus.
Ei Samba...
- 3 Warum tuesch du i ds Öpfumesos,
statt Zucker so vili, vili Salzos?
De säge alli Würmli: Pfui!
Und dusse sy si im Hui!
Ei Samba...

Zähne putze

Renie Uetz

● Lied #13 auf CD



Zähn - li put - ze, Zähn - li put - ze, oh wie isch das schön!



Zersch chly hin - de, när no vor - ne, oh - ni gros - ses Gschtöhn. Oh



wär i doch en El - e - fant__ ei - pod sapp - er - lot! En



E - le - fant, dä putzt nid d'Zähn, und das isch ei - fach flott!



Hat ihr Kind ihnen schon einmal die Zähne geputzt?

- ② Zähnli putze, Zähnli putze,
oh wie isch das schön!
Zersch chly obe, när no unde,
ohni grosses Gschtöhn.
Oh wär i doch es Krokodil
eipod sapperlot!
Es Krokodil, das putzt nid d' Zähn
und das isch eifach flott!

Bajuschki

● Lied #15 auf CD

Traditionelles Schlaflied
Übersetzung, 2.+ 3. Strophe: Renie Uetz

1. Schlaf mys Chind uf my - ne Ar - me, Ba - ju - schki Ba - a - ju.
Da bi mi - ir bi - isch du i - im War - me, Ba - a - ju - u - schki Ba - ju.



Schläft ihr Kind manchmal in ihren Armen ein?

- 2 Dusse tuet dr Wind
lut hüüle,
Bajuschki Baju.
Alli Tierli müesse früüre,
Bajuschki Baju.
- 3 Da bi mir
bisch du geborge,
Bajuschki Baju.
Chasch bi mir sy
bis am Morge,
Bajuschki Baju.

Zäih, Finger, Naseloch

Renie Uetz

● Lied #16 auf CD

1. Das isch e gros-se Zäih-e, das isch e chly-ne Fin-ger. Das isch es Na-se-loch und
das isch es Chnöi. Das isch e Buuch-na-bel und das isch e Zahn. Und
al-les tüe mir chlöpf-er-le und chlöpf-er-le und chlöpf-er-le. Und
al-les tüe mir stry-che und stry-che und stry-che. Und
al-les tüe mir schütt-le und schütt-le und
schütt-le und schüttl-le und schütt-le und schütt-le, und itz isch al-les still!



Welche Körperteile kennt ihr Kind?

- ② Das isch e Ellboge
und das isch e Chopf.
Das isch e Schultere
und das isch e Backe.
Das isch e Rügge
und das isch e Hals.
Und alles tüe mir chlöpferle...

Wenn's di fasch verjagt

überliefert

● Lied #17 auf CD



1. Wenn's di fasch ver - jagt vor Fröid, de chlatsch i d'Händ. Wenn's di



fasch ver - jagt vor Fröid, de chlatsch i d'Händ. Wenn's di



fasch ver - jagt, tue chlat - sche, wenn's di fasch ver - jagt, tue chlat - sche, wenn's di



fasch ver - jagt vor Fröid, de chlatsch i d'Händ.



Woran sehen sie,
dass ihr Kind sich freut?

- 2 Wenn's di fasch verjagt vor Fröid,
stampf mit de Füess...
- 3 Wenn's di fasch verjagt vor Fröid,
de träi im Kreis...
- 4 Wenn's di fasch verjagt vor Fröid,
gump uf und ab...

FREUDE

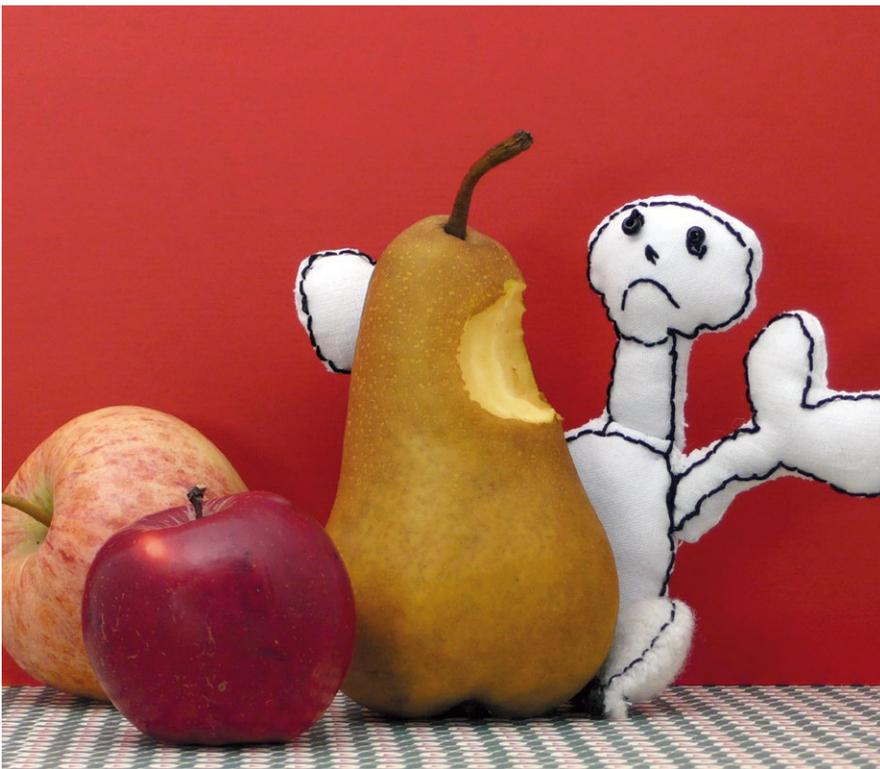
Wenn wir uns freuen, sind wir zufrieden und glücklich. Unsere Bedürfnisse sind erfüllt, es geht uns gut, wir fühlen uns wohl, frei und innerlich ausgeglichen. Freude kann ganz unterschiedlich aussehen. Wir können uns im Stillen freuen oder laut jubeln, schreien, springen und in die Hände klatschen. Manchmal platzen wir beinahe und wollen alle an unserem Glück teilhaben lassen. An anderen Tagen genießen wir unsere Zufriedenheit ganz für uns alleine.

Fruchtsalat

überliefert

● Lied #18 auf CD

The musical score is written on three staves in 2/4 time with a key signature of one flat (B-flat). The first staff has a melody with lyrics: "Öp - fu, Öp - fu." The second staff has a melody with lyrics: "Bi-re, Bi-re, Bi-re, Bi-re, Bi-re, Bi-re, Bi-re, Bi-re, Bi-re, Bi-re." The third staff has a melody with lyrics: "Ärd - be - eri, Him - be - eri, Ärd - be - eri. Hmm!" Chords F and G m are indicated above the notes.



Welche Früchte mag ihr Kind besonders gerne?

D'Frou Lila

Renie Uetz

● Lied #19 auf CD

D Em D

1. I mym Buuch, da hockt d'Frou Li - la, die tuet am lieb - schte dr

A D D A

ganz Tag spi - le, a - ber plötz - lech isch's mit em Spi - le de ver - by, si rüeft zu mir

D D D

4. by si rüeft: Das isch's gsy! hi: I bi so froh, i fröi mi so! I chönnt die

G D G D

gan - zi Wält um - ar - me, u al - les tei - le mit vol - le Ar - me. Und we si

A D A D

de, so fröh - lech isch, de tuet's im Buuch, bi mir e so: es



② Es kribbelet und krabbelet,
es gumpet und es zabelet.
Aber plötzlech isch's
mit em Fröie de verby,
si rüeft zu mir hi:
I bi so truurig,
's isch all's so schuurig,
I wett am liebschte nume gränne,
u nüt meh gfallt mir
ar Wält me dranne.
U we si de, so truurig isch,
de tuet's im Buuch bi mir e so:

③ Es isch so schwär
grad wie ne Chlumpe und
gar nüt meh wott ume gumpen.
Aber plötzlech isch's
mit em Truure de verby,
sie rüeft zu mir hi:
I bi so wüetig, 's isch all's so gnietig,
i wett am liebschte nur no trotz
und mit de Füscht
a d' Wänd dra boxe!
Und we si de, so wüetig isch,
de tuet's im Buuch, bi mir e so:

④ Es blitzet und es donneret,
es rumplet und es bolleret.
Aber plötzlech isch's
mit em Wüete de verby,
si rüeft: Das isch's gsy!

Wie zeigt ihr Kind Freude,
Traurigkeit oder Wut?

I wott nid i ds Bett

Renie Uetz

● Lied #20 auf CD

G D D G

1. I wott nid i ds Bett! I wott nid i ds Bett! I wott nid i

C C D G Em

ds Bett! I wott nid i ds Bett! La la la la la la la la

B B Em

lam. Dy - ys Bett das isch so schön u warm.

Am Em B Em B Em

Lu lu lu lu lu lu lu lum. I wün - sche dir e schö - ne Troum!



Was beruhigt ihr Kind abends?

- 2 I wott no gumpel!
I wott no gumpel!
I wott umespringe!
I wott umespringe!
Lalala...
- 3 I wott no zeichne!
I wott no zeichne!
I wott Musig lose!
I wott Musig lose!
Lalala...
- 4 I wott no trinke!
I wott no trinke!
I wott Büechli läse!
I wott Büechli läse!
Lalala...

Schlaf mys Chind

Traditionelles Schlaflied

● Lied #21 auf CD

Em Am Bb7 Em Em Am
Schlaf mys Chind, dr Tag isch ver - by. Mond und Stärn - li

Bb7 Em Em Am Bb7
sin - ge für di. Fra - ge liis: Wie hesch's hüt

Em Em Am Bb7 Em
gha? Schlaf rue - hig i, mir sy für di da!



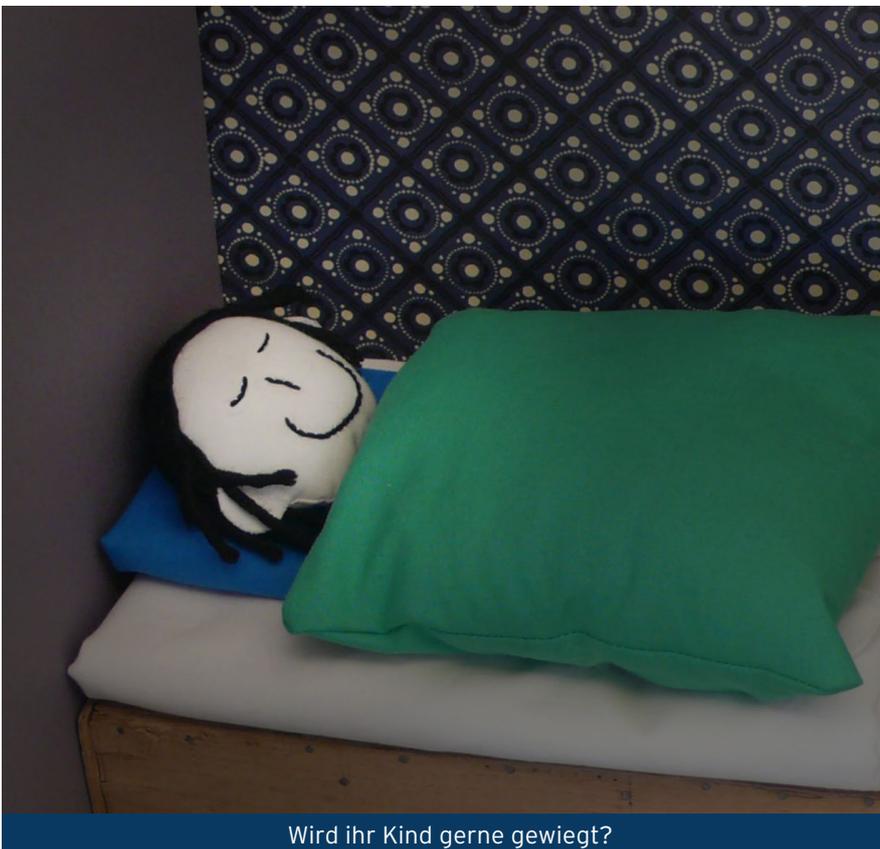
Chindli my

Traditionelles Schlaflied

● Lied #22 auf CD

Chind - li - i my, schlaf nu - ur y, d'Stärn - li wei itz
schy - ne. Und dr___ Mond chunnt o - u scho,
ü - ber ds Bär - gli y - ne. Hej - a But - te, Wie - ge -
li, schlaf mys Chind - li, schlaf nur y. Hej - a y.

The musical score is written in G major (one flat) and 4/4 time. It consists of four staves of music with lyrics underneath. Chords are indicated by letters F and C above the notes. The piece ends with a double bar line and repeat signs.



Wird ihr Kind gerne gewiegt?

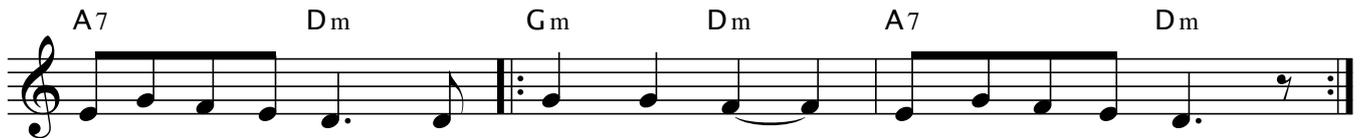
Ade und uf Wiederseh

Nicole Bohnenblust

● Lied #23 auf CD



1. Dr Tag isch ver-by, es isch sehr span-nend gsy. Itz sä-ge mir: A-
 2. Dr Tag isch ver-by, es isch sehr lus-tig gsy. Itz sä-ge mir: A-



de uf Wie-der-seh! A - de, A - de____ und uf Wie-der-seh!
 - - - Bonne nuit, bonne nuit____ et____ au-re-voir!
 de uf Wie-der-seh! A - ddi-o, a - ddi - o e arr - i - ve - derci!
 Bu - na sai - ra e - e - sta - a bain!



Welche Gute-Nacht-Rituale haben sie aus ihrer eigenen Kindheit übernommen?

- 3 Dr Tag isch verby,
 es isch e Schöne gsy.
 Itz säge mir: Ade uf Wiederseh!
 Adios, adios y despedida!
 Zbogom, zbogom i laku noc!
 - 4 Dr Tag isch verby,
 es isch sehr spannend gsy
 Itz säge mir: Ade uf Wiederseh!
 Veda, veda ve elveda!
 Goodbye, goodbye and farewell!
- Ade, Ade und uf Wiederseh!