

MIRKO & DIE NINJA SCHULE

NINJA MITMACHGESCHICHTE



ca. 2-3 Stunden



5- 12 Jahre



2 - 12 Personen



moderat

KURZBESCHREIBUNG

Valentina muss ihr Astronautentraining noch abschließen, dann steht ihr nichts mehr. Mirko kann es kaum glauben, er wurde an der Ninja-Schule angenommen. Davon hat er schon so lange geträumt und jetzt ist es wahr geworden. Ein Ninja zu sein heißt, diszipliniert, verantwortungsvoll, lautlos und vieles mehr zu sein.

Lerne mit Mirko worauf es ankommt ein echter Ninja zu sein!

Viel Spaß!

INHALT

1. Geschichte	3
2. Chakra Spiel	5
3. Verstecken	8
4. Wurfsterne basteln & werfen	9
5. Pinata Ninja Style	10
6. Schleichen & Ablenken	11
7. Das Spinnennetz	12

Autor: IDEEN-KINDER.de

Bilder: pixabay, unsplash, vecteezy und ideen-kinder.de

Die Geschichten und Bilder sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nicht für kommerzielle Zwecke verwendet werden. Teile die Inhalte gerne mit Freunden, Familie und Bekannten. Nett wäre wenn du beim Teilen auf **ideen-kinder.de** verweist. Ansonsten fühl dich frei die Geschichten, Spiele und Bastelideen zu verändern wie du willst.

Hast du Fragen dann melde dich einfach bei **hallo@ideen-kinder.de**.



MIRKO & DIE NINJA SCHULE

NINJA MITMACHGESCHICHTE

„Also, liebe Schüler und Schülerinnen, ich meine alle, vom Jüngsten bis zum Ältesten. Dies ist eine Schule für Ninjas von Morgen – hier werdet ihr lernen was es heißt ein Ninja zu sein und euch ihre Fertigkeiten aneignen“, sagt Sensei Mu als er sich die Menge der Schüler in der Trainingshalle ansieht. Die Kinder sind alle zwischen 5 und 12 Jahre alt.

Auch Mirko sitzt unter ihnen. Er ist 7 Jahre alt und hat sich erst kürzlich an der Ninja-Schule eingeschrieben. Er war so aufgeregt, als er angenommen wurde und freute sich schon sehr auf das erste Jahr in seiner neuen Schule.

Als ihm gesagt wurde, dass er lernen würde, ein hervorragender Ninja zu sein, wurde es für ihn noch spannender – endlich etwas Interessantes. Man hat ihm gesagt, dass er großes Potenzial hat und sich an dieser Schule gut machen wird.

Sensei Mu ist ein Meister Ninja und der Gründer der Schule. Er ist ein großer Mann mit einer Glatze und einem langen grauen Bart, in der Hand hat er immer einen Holzstab.

Heute lernen die Kinder bei ihm erst einmal was es heißt ein Ninja zu sein.

„Ninjutsu ist eine alte Kampfkunst, die ihren Ursprung in Japan hat“, beginnt er. „Aber um wirklich zu verstehen, was es ist, muss man etwas über Chakra wissen.“

Er zeigt auf eine Tafel mit vielen Zeichnungen darauf. „Chakra ist unsere Energiequelle und jeder Ninja muss wissen, wie er sie kontrollieren kann, sonst kann er seine Fähigkeiten nicht nutzen. Um die volle Kontrolle über diese Kraft zu erlangen, musst du deine drei grundlegenden Energiezentren entwickeln – das Herzzentrum, das Gehirnzentrum und das Lungenzentrum.“

Sensei Mu blickt von der Tafel auf und wieder zu seinen Schülern zurück. Einige von ihnen sind damit beschäftigt, sich Notizen auf kleinen Zetteln zu machen.

» 1. CHAKRA SPIEL « (SIEHE S. 5)

Mirko hat schnell verstanden wie er die Kontrolle über die Energiezentren erlangt und wie er diese nutzen kann. Die nächste Lektion war zu lernen, seine Atmung zu kontrollieren und sich im verborgenen aufzuhalten.

Mirko hatte verstanden, dass Ninjas, Menschen mit außergewöhnlichen Fähigkeiten waren, aber bis jetzt war ihm nicht klar, wie schwer das ist. Sich im Verborgenen zu verstecken und keine Laut von sich zu geben, ist schwerer als er denkt.

» 2. VERSTECKEN IM HALB-DUNKLEN « (SIEHE S. 8)

Als nächstes lernten die Kinder den Umgang mit Ninja Sternen. Ninja Sterne gehören zur Standard-Aus-



rüstung eines Ninjas. Es sind Wurf-Sterne aus Metall, die sehr scharf sind und zielsicher geworfen werden konnten. Sensei Mu holte einen Korb voll davon und die Schüler/innen durften sie auf ein Ziel werfen.

» 3. WURFSTERNE BASTELN & WERFEN« (SIEHE S. 9)

Auch die Kampfbewegungen mit Stöcken ist wichtig für einen Ninja. Ein Meister-Ninja kann sogar mit verbundenen Augen seine Umgebung erfassen und gezielt zuschlagen. In der nächsten Übung muss Mirko mit verbundenen Augen das Ziel treffen.

» 4. PINATA NINJA STYLE « (SIEHE S. 10)

Auch die Kampfbewegungen mit Stöcken ist wichtig für einen Ninja. Ein Meister-Ninja kann sogar mit verbundenen Augen seine Umgebung erfassen. „Gute Ninjas helfen und beschützen Menschen“, sagt Sensei Mu. „Sie operieren im dunklen und verborgenen, ungesehen und schleichend.“ In der nächsten Übung muss Mirko daher dem schlafenden Bösewicht die gestohlenen Gegenstände entnehmen und das möglichst unauffällig und ohne geschnappt zu werden

» 5. SCHLEICHEN & ABLENKUNG « (SIEHE S. 11)

Mirko hat schon viel gelernt, er weiß was Chakra ist, kann ungesehen bleiben, mit Ninja-Waffen wie Wurfsternen und Stöcken umgehen und er kann sich auf leisen Sohlen anschleichen. Zum Abschluss muss er seine Geschicklichkeit unter Beweis stellen. Er muss den gefürchteten Ninja-Abschluss-Parkour bestehen. Viele seiner Mitschüler sind hier gescheitert.

» 6. DAS SPINNENTZ « (SIEHE S. 12)

Mirko besteht den Parkour natürlich: Jetzt ist er ein wahrer Ninja! Sensei Mu übergibt ihm und seinen Mitschülern, das Ninja-Schul-Abzeichen.

Eines Tages wird Mirko auf seine erste Missionen gehen. Er hat noch einen langen Weg vor sich, aber er ist schon jetzt ein toller Ninja!

ENDE

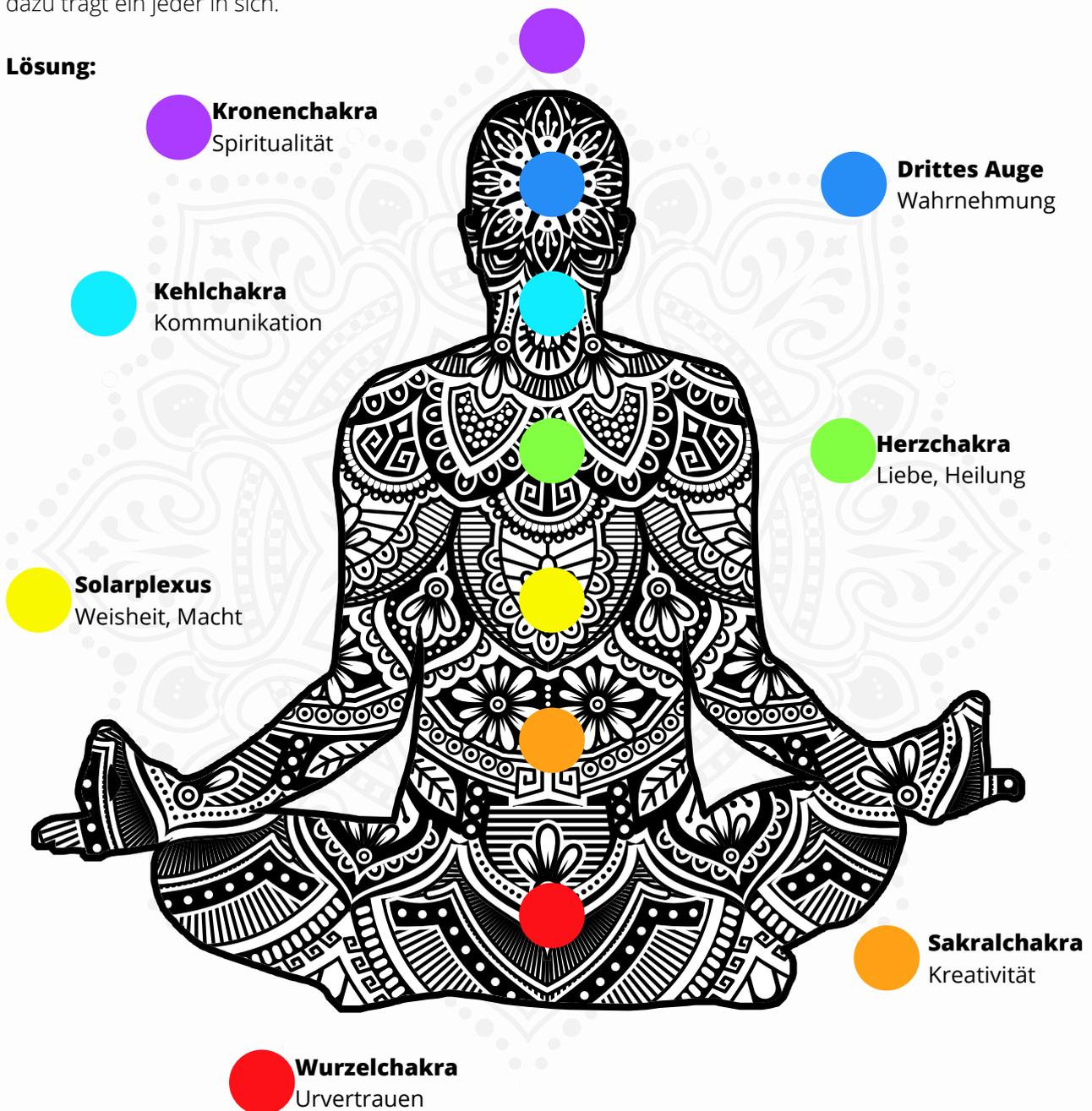


1. CHAKRA SPIEL

Zeige den Kindern die Farbzweisung auf dieser Lösungsseite und gehe jedes Chakra mit Farbe und Namen einmal durch. Danach müssen die Kinder versuchen auf der leeren Figur die ausgeschnittenen Chakra-Punkte richtig zusetzen.

Als Chakra, Chakras bzw. Chakren bezeichnet man Energiezentren in der Aura. Der Begriff selbst stammt aus dem Sanskrit und heißt übersetzt „Kreis“ oder „Rad“. Die Chakren werden daher auch als Energieräder bezeichnet. Man kann sich ein Chakra gut als Rad oder Wirbel mit schnellen, kreisenden Bewegungen vorstellen. Ebenfalls aus der indischen Mythologie stammt die schöne Beschreibung von Chakren als sich drehende Blütenkelche. Dort werden die Chakren gern mit Lotosblüten verglichen. Was für ein wundervoller Gedanke ist es doch, sich die Menschen als in allen Farben leuchtende Wesen vorzustellen. Die Anlage dazu trägt ein jeder in sich.

Lösung:







Kronenchakra
Spiritualität



Kehlchakra
Kommunikation



Solarplexus
Weisheit, Macht



Drittes Auge
Wahrnehmung



Herzchakra
Liebe, Heilung



Sakralchakra
Kreativität



Wurzelchakra
Urvertrauen

Bedeutungen:

Wurzelchakra

Erdung, Gleichgewicht, Lebenskraft, Willenskraft, Stabilität, Mut, Durchsetzungskraft.

Sakralchakra

Partnerschaft, Schöpferkraft, Fülle, Lebensfreude.

Solarplexuschakra

Selbstwert, ausgeglichene Emotionen, gutes Bauchgefühl, Entscheidungsfähigkeit, innere Unabhängigkeit, Selbstermächtigung.

Herzchakra

Liebe, Mitgefühl, Harmonie, Herzenswärme, Versöhnung, Frieden, Güte, Heilung.

Kehlchakra

Ausdrucksfähigkeit, leichtes Lernen, Umsetzung von Ideen, klare Kommunikation, Freundlichkeit, Offenheit.

Drittes Auge

Wissen, Weisheit, Erkenntnis, Intuition, Vertrauen, Bewusstsein, Fantasie.

Kronenchakra

Spiritualität, Aufgehobensein, Anbindung an das Göttliche, Stille, Sinn des Lebens, Vollkommenheit, Frieden.



2. VERSTECKEN IM HALB-DUNKLEN

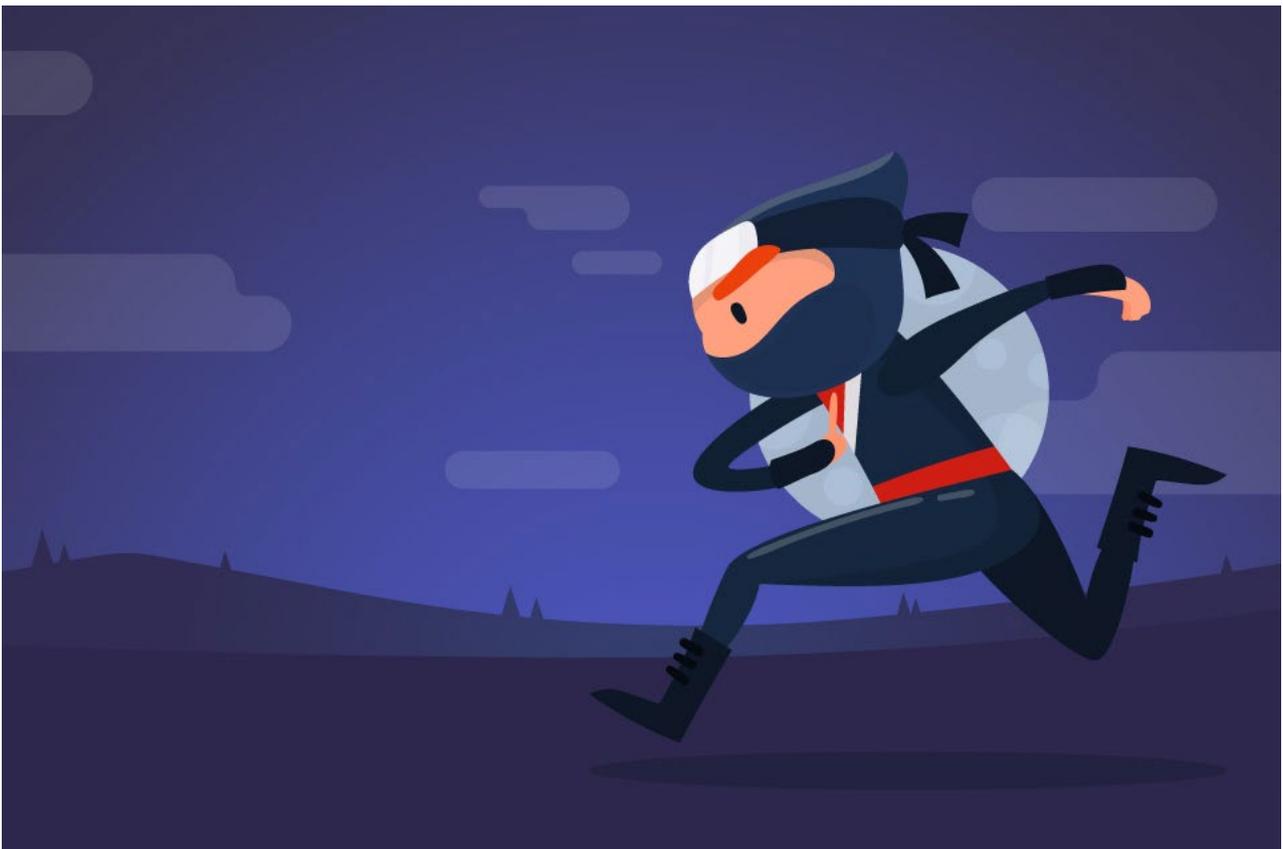
Verstecken kennt jeder, aber habt ihr verstecken schon einmal im dunkeln gespielt?

Was wird benötigt?

- macht das Licht aus
- verhängt die Fenster

Anweisung:

Es wird verstecken gespielt. Allerdings wird zuvor die Wohnung verdunkelt. Ninjas bewegen sich oft im Schatten und können sich dort gut tarnen. Ein Kind fängt mit dem zählen an, der Rest versteckt sich. Eine Runde geht solange bis alle Kinder gefunden wurden oder bis 5 Minuten rum sind. In der nächsten Runde wechselt der Suchende, z. B. mit dem Kind, welches als erstes gefunden wurde.



3. WURFSTERNE BASTELN

Origami ist die Kunst des Papierfaltens. Hier lernst du wie du deine eigenen Ninja Wurfsterne bastelst.

Was wird benötigt?

- Quadratisches Papier am besten Origamipapier
- etwas Fingerspitzengefühl beim basteln
- einen Korb oder eine Schüssel, als Ziel

Anweisung:

Erst werden die Wurfsterne mit den Kindern gebastelt. Danach werden sie gleich ausprobiert im Zielwerfen auf einen oder bessergesagt in einen Korb als Ziel. Am besten basteln die Eltern im Vorfeld schon ein paar Wurfsterne, dann macht das Zielwerfen mehr Spaß, da man nicht ständig die Wurfsterne einsammeln muss.

Bastelanleitung unter <https://www.daily-pia.de/2016/04/24/diy-wurfstern-ninjastern-origami/>



4. PINATA NINJA STYLE

Pinjatas machen Kindern besonders viel Spaß.

Was wird benötigt?

- Pinjata (eine Auswahl an Pinata-Empfehlungen findest du auf ideen-kinder.de)
- Stock
- Augenbinde

Anweisung:

Es geht reihum, jeder muss versuchen mit verbundenen Augen die Pinata zu treffen. Nach jedem Schlag wird gewechselt, bis die Pinata platzt. Danach heißt es schnell sein und die Süßigkeiten vom Boden aufheben.



5. SCHLEICHEN & ABLENKUNG

Dieses Spiel schult nicht nur die Konzentration und Aufmerksamkeit, sondern auch das lautlose Bewegen bzw. nur gewollte Geräusche zu zulassen.

Was wird benötigt?

- 1 x Augenbinde, Schal, Tuch
- Gummibärchen oder ähnliches

Anweisung:

Alle Kinder setzen sich in einen großen Kreis. Ein Kind wird bestimmt, dass für die erste Runde den Bösewicht spielt. Der schlafende Bösewicht bekommt die Augen verbunden und setzt sich in die Mitte des Kreises im Schneidersitz hin. Aufs Knie legt ihr dem Bösewicht ein Gummibärchen. Jetzt wird ein weiteres Kind aus der Gruppe bestimmt, dieses darf den Ninja spielen.

Ziel des Spiels für den Ninja ist es, das Gummibärchen vom Knie des Bösewichts zu klauen ohne berührt zu werden. Dafür muss er sich anschleichen und versuchen den Bösewicht zu verwirren. Das Ziel des Bösewichts ist es den Ninja zu berühren. Dabei muss der Bösewicht sich wie eine Schlange verhalten. Sie sitzt starr da und nur wenn sie etwas hört oder spürt, dann darf sie blitzartig mit ihren Armen zu packen. Gewinnt der Bösewicht, dann ist das nächste Kind dran, der Bösewicht bleibt aber sitzen.

Gewinnt der Ninja, dann ist er der neue Bösewicht und die alte geht zurück in den Kreis.



6. DAS SPINNENNETZ

Beweg dich vorsichtig und pass auf, dass du nichts berührst...

Was wird benötigt?

- Schnur oder Wolle
- ein paar Klammern oder Haken
- Glöckchen

Anweisung:

Spanne mit der Schnur und den Klammern/Haken ein Spinnennetz auf. Hänge an manchen Stellen ein Glöckchen mit auf. Die Kinder müssen jetzt nacheinander versuchen durch das Spinnennetz zu kommen, ohne die Schnur zu berühren. Klingelt ein Glöckchen, muss das Kind von vorne beginnen.



