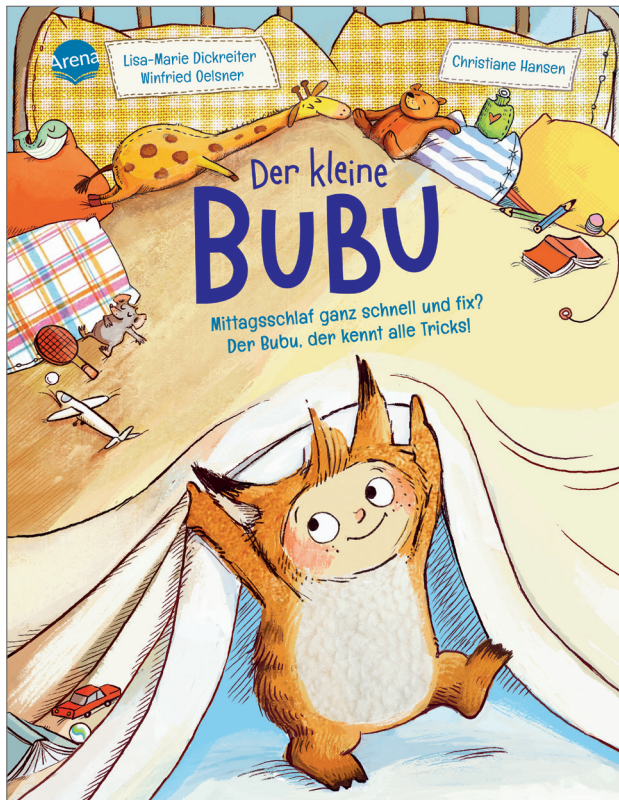




Lisa-Marie Dickreiter · Winfried Oelsner

Der kleine BuBu

Mittagsschlaf ganz schnell und fix?

Der Bubu, der kennt alle Tricks!

Mit Illustrationen von Christiane Hansen

Arena Verlag

Bilderbuch

ISBN 978-3-401-72125-5

32 Seiten

Geeignet für die Kita

Erarbeitet von Eva Briedigkeit,
Elmar Nordmann & Teresa Wieseler
Projekt-Team Leseförderung
von Anfang an – Kreis Soest

Herausgegeben von
Peter Conrady



Hier geht es direkt
zur Website
www.arena-verlag.de

Zum Inhalt

Hier kommen die Bubus, die Helden des Mittagsschlafs! Der große Bubu bringt die großen Leute ins Bett. Das ist ganz einfach, denn Erwachsene lieben ihn, den Mittagsschlaf. Der kleine Bubu ist für die Kinder zuständig. Die mögen den Mittagsschlaf garnicht. Dabei ist er gerade für sie so wichtig. Doch der kleine Bubu kennt alle Tricks: Er trägt die Kinder Huckepack, summt Lieder und kuschelt mit seinem weichen Fell. Da hat er viel zu tun, der kleine Bubu. Der große dagegen kann sich ausruhen. Bis dann der Abend kommt. Da muss nämlich der kleine Bubu vom großen ins Bett gebracht werden ...

Ein Bilderbuch in originellen Reimen und einer starken Identifikationsfigur.

Zu der Autorin und dem Autoren

Lisa-Marie Dickreiter absolvierte ein Drehbuchstudium an der Filmakademie in Ludwigsburg. Von der FAZ wurde sie 2012 in den Kanon der 20 besten deutschsprachigen AutorInnen unter 40 Jahren aufgenommen. Sie erhielt diverse Auszeichnungen. 2023 gewann sie, zusammen mit Andreas Götz, den Deutschen Kinderbuchpreis für »Karlchen hilft allen, ob sie wollen oder nicht«.

Homepage: <https://www.lisamarietickreiter.de/>



© Marc Perino

Winfried Oelsner absolvierte an der Filmakademie in Ludwigsburg ein Regie-Studium für Spielfilm und Dokumentarfilm. Sein neuester Kinderfilm »Max und die Wilde 7 – Die Geister-Oma« läuft seit Mai 2024 in den deutschen Kinos (Drehbuch Lisa-Marie Dickreiter und Winfried Oelsner). 2021 erhielt er gemeinsam mit Lisa-Marie Dickreiter den renommierten Drehbuch-Preis KINDERTIGER für »Max und die Wilde 7«.

Homepage: <https://www.winfriedoelsner.de/>



© Frederik Walker

Zur Illustratorin

Christiane Hansen, geboren 1973, studierte Illustration an der Hochschule für angewandte Wissenschaften in Hamburg. Seitdem illustriert sie Bilderbücher und Kinderzeitschriften für deutsche und französische Verlage.

Homepage: <https://christianehansen.de/>



© Ralf Timm

Zur Thematik

»Ich bin aber noch gar nicht müde ...« Viele Kinder versuchen, das Schlafengehen, und gerade auch den Mittagsschlaf, hinauszuzögern. Für Eltern ist dies oft schwer nachzuvollziehen. Aber Kinder sind eben keine kleinen Erwachsenen. Sie haben die diffuse Sorge, etwas zu verpassen, wenn sie tagsüber schlafen gehen. Gerade junge Kinder können die Signale der Müdigkeit noch nicht zuverlässig einordnen und sich noch nicht vorstellen, wie erholsam so ein gemütlicher Mittagsschlaf sein könnte. Übermüdet werden sie quengelig und unzufrieden. Und sie setzen – ob bewusst oder unbewusst – alles ein, was man anstelle des Zubettgehens noch tun könnte, wie es uns im »Kleinen Bubuk« anschaulich vor Augen geführt wird.

Doch was passiert eigentlich im Schlaf? Was bedeutet er für die kindliche Entwicklung und welchen Unterschied gibt es zwischen dem Schlaf in der Nacht und dem Schlaf am Tag?

Schauen wir uns zunächst Ergebnisse der neurobiologischen Forschung an, um das Schlafen besser zu verstehen.

1. Schlaf

Unter Schlaf versteht man einen natürlichen, regelmäßig wiederkehrenden Zustand, in dem sich die Muskeln entspannen. Puls, Atmung und Körpertemperatur sinken, gleichzeitig werden aber auch Hormone für Wachstum, Reparatur von Zellen und Immunsystem ausgeschüttet. So reagieren wir schlafend wenig bis kaum auf äußere Reize, unser Gehirn und Körper können sich aber gezielt regenerieren und neu organisieren. Das heißt, wir sind im Schlaf auf eine besondere Weise aktiv, wenn uns dies auch nicht bewusst ist.¹

Tag-Nacht-Rhythmus als Entwicklungsaufgabe eines Kindes

In den ersten ca. sechs Lebenswochen sind Schlaf- und Wachphasen noch über den Tag und die Nacht mehr oder weniger gleichmäßig verteilt. Im Verlauf des ersten Lebensjahres sind die Säuglinge tagsüber immer länger aktiv, während sich die Phase des Nachtschlafs verlängert. Bis zum sechsten Lebensmonat ist ihr Schlaf jedoch besonders leicht, sodass sie mindestens einmal pro Nacht aufwachen und ihre Bedürfnisse wie Hunger, Kälte oder eine volle Windel wahrnehmen (und zum Ausdruck bringen). Feste Strukturen und wiederkehrende Routinen im Tagesablauf, beim Zubettgehen und Aufwachen helfen Kindern, einen Tag-Nacht-Rhythmus zu entwickeln. Wenn Kinder grundsätzlich erleben, dass Ruhephasen und Anregungen sich abwechseln, sind auch Ausnahmen kein Problem.²

Es gehört zu den ersten Entwicklungsaufgaben eines neugeborenen Kindes, einen Tag-Nacht-Rhythmus zu entwickeln. Dieser Rhythmus wird durch das Hormon Melatonin gesteuert, das vom Körper mit Einbruch der Dunkelheit produziert wird. Viel Licht bedeutet, dass die Produktion von Melatonin gehemmt wird, während wenig Licht dazu führt, dass verstärkt Melatonin ausgeschüttet wird. Daher stellt Melatonin unsere innere Uhr und signalisiert uns: Es ist dunkel, also Zeit zum Schlafen.³

Schlafbedarf und Schlafdauer

Schlafen und Wachen wird jedoch nicht nur vom Tag-Nacht-Rhythmus gesteuert. Das körperliche Bedürfnis nach Schlaf wird durch den sog. Schlafdruck ausgelöst. Je länger wir wach sind, desto mehr sammelt sich der Botenstoff Adenosin im Gehirn an. Adenosin macht uns müde und unkonzentriert, der Schlafdruck - und damit das Bedürfnis, schlafen zu gehen - steigt an. Kommen wir diesem Schlafbedürfnis nach, baut sich der Schlafdruck wieder ab. Bei Säuglingen und Kleinkindern wächst der Schlafdruck im Vergleich zu Erwachsenen schneller, sodass bei ihnen früher Müdigkeit eintritt und sie auch tagsüber Schlaf benötigen.⁴

Das Schlafbedürfnis eines Kindes ist zwar so individuell wie das von Erwachsenen, verringert sich aber grundsätzlich mit zunehmendem Lebensalter. So benötigen Neugeborene ca. 17 Stunden Schlaf, Zweijährige durchschnittlich zwölf bis 13 Stunden und Drei- bis Vierjährige ca. zwölf Stunden Schlaf. Im Alter von 18 Monaten haben noch fast alle Kinder einen Bedarf an Tagschlaf, im Alter von drei Jahren benötigen noch etwa 50 % der Kinder einen Mittagsschlaf. Es gibt aber keine feste Regel, wie viele Stunden Schlaf ein Kind in einem bestimmten Alter benötigt.⁵

Funktionen des Schlafs

Der Schlaf hat unterschiedliche Funktionen: Unser Gehirn verarbeitet Erlebtes, Informationen werden sortiert und die Gedächtnis- und Lernfähigkeit werden gefördert. Ruhephasen führen dazu, dass das Stresslevel gesenkt und Konzentrationsfähigkeit und Aufmerksamkeit sich erhöhen. Während des Schlafs werden vermehrt Wachstumshormone ausgeschüttet. Zudem dient der Schlaf auch der Emotionsregulation: Kinder sind nach ausreichendem Schlaf weniger schnell frustriert und ausgeglichener.⁶ Anhaltender Schlafmangel sollte daher vermieden werden, da dieser u. a. zu starken Stimmungsschwankungen, Schwierigkeiten in der Emotionsregulation, zu verringerter Lernleistung und erhöhtem Stressempfinden führt. Darüber hinaus kann Schlafmangel sowohl negativen Einfluss auf die körperliche und geistige Entwicklung nehmen, als auch das Immunsystem negativ beeinflussen.⁷

Mittagsschlaf

Mit steigendem Lebensalter ist der Schlafdruck bis zur Mittagszeit noch nicht so hoch angestiegen, das heißt die Kinder sind mittags häufig nicht mehr ganz so müde wie später am Tag oder bis zum Abend. Auch der Tag-Nacht-Rhythmus steht dem Mittagsschlaf entgegen: Der Wach-Impuls ist stärker, wenn es draußen hell ist und hält viele Kinder vom Schlafen ab. Dies zeigt auf, wie wichtig es ist, die individuellen Bedürfnisse eines Kindes wahrzunehmen, da davon auszugehen ist, dass ein Tagschlaf nicht mehr benötigt wird, sobald dieser vom Kind freiwillig eingestellt wird. Ein verpflichtender Mittagsschlaf kann demnach große Widerstände und Schlafprobleme nach sich ziehen. Das bedeutet: Wenn ein Kind abends nicht müde ist, gilt es seinen persönlichen Gesamtschlafbedarf zu überprüfen: Möglicherweise ist der Mittagsschlaf dann nicht mehr erforderlich oder die Zubettgehzeit sollte nach hinten verschoben werden.⁸

Genau wie eine Pflicht zum Mittagsschlaf, ist auch das Vorenthalten des Mittagsschlafs bei Kindern, die diesen noch regelmäßig benötigen, problematisch. Dieser Schlafmangel führt zu einer deutlichen Tagesmüdigkeit, die sich u.a. in Stimmungsschwankungen, herausforderndem Verhalten und Weinerlichkeit äußern kann.⁹

Doch welche Rolle können Geschichten und Bilderbücher wie die vom Kleinen Bubu spielen, wenn Kinder mittags zwar müde sind, dennoch aber einfach nicht zur Ruhe kommen wollen?

2. Einschlafen mit Liedern und gereimten Geschichten

Schlaflieder und Geschichten sind wesentliche Bestandteile von Einschlafritualen, die Kindern dabei helfen, nach aufregenden Erlebnissen am Tag zur Ruhe zu kommen. Dabei wirken Lieder und Geschichten auf unterschiedliche Weise, werden aber auch häufig verbunden.

Schlaf- und Wiegenlieder

Musik hat starke Auswirkungen auf das menschliche Gehirn, was sich in subjektiven emotionalen Reaktionen zeigt: So kann Musik die Stimmung verbessern und bei der Verarbeitung von Emotionen helfen. Dies gilt auch für die Phase des Einschlafens: Schlaf- bzw. Wiegenlieder sind von jeher in allen Kulturen als wirksame Einschlafhilfe für Kinder und Erwachsene bekannt. Schon Friedrich Fröbel, der Begründer der Kindergarten-Idee, hat in seinem pädagogischen Werk »Mutter- und Koselieder« erkannt, dass Wiegenliedern, Fingerspielen und Kniereitern eine besondere Bedeutung zukommt. Die Anwendung rhythmischer, wiegender Bewegung wie das leichte Schaukeln auf dem Arm und das Summen einer einfachen Melodie haben eine beruhigende und entspannende Wirkung auf das Kind. Die Stimme der Person, die das Kind in den Schlaf begleitet, signalisiert Nähe, Schutz und vermittelt so das Gefühl von Geborgenheit. Musikalisch betrachtet umfassen die Wiegenlieder oft nur wenige Takte und haben nur einen kleinen Tonumfang mit einer eingängigen Melodie.

Einschlaf-Geschichten in Reimform und Lieder als frühe Leseförderung

Wenn Geschichten den Schlaf am Abend einleiten, wird auch von Gute-Nacht-Geschichte gesprochen. Natürlich können diese genau wie die Schlaflieder aber auch vor dem Mittagsschlaf ihren Platz finden. Grundsätzlich fördern diese Geschichten wie alle anderen mündlich vermittelten Texte die Sprachentwicklung. Werden sie in Reimform präsentiert, dienen sie darüber hinaus der Ausbildung der phonologischen Bewusstheit im weiteren Sinne. Damit ist die Fähigkeit gemeint, Reime zu identifizieren und zu bilden. Das ist eine wichtige Grundlage und Voraussetzung für das spätere Schreiben- und Lesenlernen. Diese Sensitivität für Laute entwickelt sich in der Regel spontan bei Kindern im Umgang mit Gedichten, Versen und Liedern und bedarf keiner expliziten Anleitung. Das Singen von Liedern und das Erzählen kleiner Geschichten sowie Fingerspiele in Reimform bedürfen bei Kindern im Kita-Alter keiner bewussten Reflexion.¹⁰ Aufgaben hierzu können meist sprachrhythmisch gelöst werden. So können Einschlaf-Geschichten in Reimform und Schlaflieder die Ausbildung der phonologischen Sensitivität kinderleicht und fast im Schlaf unterstützen.

Die Wiederholung von kleinen Texten und Melodien fördern aber auch den Wortschatz und das Gedächtnis des Kindes, beides sind auch wichtige Voraussetzungen für das spätere Schreiben- und Lesenlernen.

Einschlafrituale mit Schlafliedern und Geschichten

Über den musikalischen Aspekt hinaus, zeigen die Lieder, aber auch Geschichten an, wenn sie regelmäßig vorm Einschlafen gelesen werden, dass die Schlafenszeit beginnt. Aktivitäten werden eingestellt werden und die Kinder kommen zur Ruhe. Täglich wiederkehrende Übergänge im Tagesablauf (wie z. B. vom Spielen zum Mittagessen, vom Mittagessen zum Mittagsschlaf) erfordern strukturierte Rituale, um Sicherheit und Stressabbau zu ermöglichen.

Anregungen, um das Buch zu erschließen

1. Wortfelder rund ums Schlafen:

Verben:

ruhen, schlummern, dösen, träumen, schnarchen, ein Nickerchen machen

einschlafen, durchschlafen, ausschlafen

ratzen, pennen, knacken

Substantive:

Bett, Matratze, Kissen, Kuscheltier, Schnuller, Spieluhr, Teddy, Decke, Schlafanzug, Laken, Pyjama, Nachthemd ...

Welche Wörter finden wir noch in dem »Kleinen Bubu«? – Unterschiedliche Fachkräfte und Kinder kennen sicher noch weitere Wörter – vielleicht auch in anderen Sprachen?! Sammeln Sie die Wörter per Sprachaufnahme!

Redewendungen:

Wie ein Murmeltier schlafen,

Eine Mütze voll Schlaf nehmen,

Sich aufs Ohr hauen,

Ins Land der Träume abtauchen,

Schäfchen zählen,

Alle viere von sich strecken,

In die Falle gehen,

Sich zur Ruhe begeben,

...

Welche Redewendung kennen die Kinder schon? Welche Bedeutung steckt dahinter?

Erkunden Sie diese gemeinsam mit den Kindern!

2. Kindersprache

Heia machen / in die Heia gehen sind kindersprachliche Ausdrücke, die lautmalerisch die Wiegebewegung begleiten können. Bubu machen wird ebenfalls in der Kindersprache verwendet. Welche weiteren Wörter kennen Sie und wie stehen Sie zu der Verwendung (Wau-Wau, Pipi, ...)? Welche Funktion könnten diese Ausdrücke haben?

3. Bravo, kleiner Bubu, Applaus, Applaus

In dem Buch wird immer wieder ein Lob an den kleinen Bubu gerichtet, wenn er etwas gut gemacht hat, das mit »Applaus, Applaus« eingeleitet wird. Finden die Kinder weitere Wörter, die sich auf Applaus reimen? (z. B. »Boah, kleiner Bubu, Applaus, Applaus, nun lebst du in Saus und Braus!«).

4. Was fällt euch alles ein, wenn ihr nicht ins Bett gehen wollt ...?

Was fällt den Kindern in dem Bilderbuch »Der kleine Bubu« alles ein, um nicht ins Bett zu müssen? – Welche alltäglichen und verrückten Ideen haben die Kinder Ihrer Gruppe, wie man das Schlafengehen noch hinauszuzögern könnte?

1. Das Schlaflied »Der kleine Bubu«

Das Schlaflied »Der kleine Bubu« von Elmar Nordmann richtet sich an Kinder ab 36 Monaten und gehört in die Kategorie der Refrain-Lieder. Ein Refrain ist ein Kehrvers, der sich mit immer gleicher Melodie und gleichem Text den jeweils wechselnden Strophen im Lied anschließt. Wie in der Pop- oder Schlagermusik haben Lieder mit einem Refrain einen hohen Wiedererkennungswert und der Kehrvers kann schnell mitgesungen werden. Anders als beim Strophenlied, das in jeder Strophe einen neuen Text enthält, warten die Kinder beim Refrainlied schon darauf, dass sie gleich wieder ihren Text – den Refrain – mitsingen können. In dem Lied »Der kleine Bubu« fasst der Refrain die Kernaussage des Buches zusammen, wobei der erste Reim dem Untertitel des Bilderbuches entspricht:

»Mittagsschlaf ganz schnell und fix, klein Bubu, der kennt alle Tricks.
Ach, wie es doch so schön, mittags mal ins Bett zu gehen.«

Wenn die Kinder zuerst das Buch kennenlernen, erinnern sie sich bei der Liedeinführung leicht an die Textzeilen, sodass diese nicht extra vermittelt werden müssen.

Der Tonumfang des Refrains besteht aus vier Tönen (g' bis c'') und entspricht somit dem durchschnittlichen Tonumfang vier- bis sechsjähriger Kinder. Während dem dreijährigen Kind das Lied zur Entspannung vorgesungen werden kann, können die etwas älteren Kinder bereits den Refrain als Einstimmung auf den Mittagsschlaf mitsingen. Zu Beginn einer Liedvermittlung kann eine pädagogische Fachkraft den ersten Durchgang des Refrains singen und die Kinder singen dann die Wiederholung. Später können die Kinder dann den Refrain komplett im Anschluss an die Strophe singen. Mit fünf- bis sechsjährigen Kindern kann das Lied auch komplett gesungen werden, allerdings empfiehlt sich dafür, es einen Ton höher zu transponieren (von C-Dur nach D-Dur). Der Ambitus des Liedes (von f' bis d'') liegt dann voll im durchschnittlichen Stimmumfang der Kinder, was das Mitsingen erleichtert.

Das Lernen der Refrainmelodie fällt den Kindern durch die in Sekundenschritten abfallende Melodielinie besonders leicht und ist somit sehr eingängig. In der Strophe wiederholt sich das zweitaktige Motiv ebenfalls, diesmal auf einer jeweils höheren Stufe.

Das Tempo des Liedes ist den Kriterien eines Schlafliedes entsprechend sehr ruhig gehalten. Um diesen Charakter zu unterstreichen und die Stimme der pädagogischen Fachkraft zu stützen, kann das beigefügte Playback genutzt werden. Es sorgt aufgrund seiner Instrumentierung für einen zusätzlichen Entspannungseffekt. Alternativ lässt sich das Lied leicht mit einer akustischen Gitarre begleiten. Auch sie stützt die Stimme der pädagogischen Fachkraft, übertönt sie aber nicht und hat zudem einen beruhigenden, nicht zu lauten Klang.

Verwendete Akkorde in der Strophe: C – Em7 – F – G7
Verwendete Akkorde im Refrain: Am – Em – F – G7

Zum Schluss kann der Refrain mehrmals wiederholt werden und dann immer leiser werdend verklingen oder der Gitarrist beendet den Refrain mit einem abschließenden C-Akkord.

Mit diesen beiden Links zu dem Lied und zu dem Playback können Sie und »ihre« Kinder das Lied »Der kleine Bubu« hören und sogleich mitsingen.

Lied:

https://www.fh-swf.de/media/neu_np/fb_bg_2/professorinnen_4/briedigkeit/Der_kleine_Bubu_Musik_E.Nordmann.mp3

Playback:

https://www.fh-swf.de/media/neu_np/fb_bg_2/professorinnen_4/briedigkeit/Der_kleine_Bubu_Playback_Musik_E.Nordmann.mp3

Lied:



Playback:



Der kleine Bubu

Musik & Text: Elmar Nordmann nach
einer Vorlage von Lisa-Marie Dickreiter
und Winfried Oelsner

Vers

C **Em⁷**

1. Man - ches Kind, das will nicht ruhn. Bu - bu hat dann viel zu tun.
2. Auch 'ne wil - de Kis - sen - schlacht, hat der Bu - bu schon ge - macht.

5 **F⁶** **G⁷**

Du fragst dich, wie soll das gehn? Bu - bu kann's, du wirst schon sehn.
To - ben hilft be - stimmt auch dir, schläfst dann wie ein Mur - mel - tier.

9 **C** **Em⁷**

Er gibt dir den Ted - dy - bär, schla - fen ist dann gar nicht schwer.
Kommst im Bett du dann zur Ruh', fal - len dir die Äug - lein zu.

13 **F⁶** **G⁷**

Auch dein süs - ses klei - nes Schaf, hilft dir in den Mit - tags - schlaf.
Hilft das nicht, singt Bu - bu leis' sei - ne Bu - bu - Schlum - mer - weis'.

Refrain

17 **Am** **Em** **F** **G**

Mit - tags - schlaf ganz schnell und fix, klein Bu - bu, der kennt al - le Tricks.

21 **Am** **Em** **F** **G⁷**

Ach, wie ist es doch so schön, mit - tags mal ins Bett zu gehn.



In dieser Version wurde der Schluss-Takt geändert, um den Stimmambitus im Refrain mit 4 Tönen (g' – c'') einzuhalten:

Der kleine Bubu

vereinfachter Schluss-Takt

Musik & Text: Elmar Nordmann
nach einer Vorlage von
Lisa-Marie Dickreiter

Vers

C **Em⁷**

1. Man - ches Kind, das will nicht ruhn. Bu - bu hat dann viel zu tun.
2. Auch 'ne wil - de Kis - sen - schlacht, hat Bu - bu schon oft ge - macht.

5 **F⁶** **G⁷**

Du fragst dich, wie soll das gehn? Bu - bu kann's du wirst schon sehn.
Tob - ben hilft be - stimmt auch dir, schläfst dann wie ein Mur - mel - tier.

9 **C** **Em⁷**

Er gibt dir den Ted - dy - bär, schla - fen ist dann gar nicht schwer.
Kommst im Bett du dann zur Ruh', fal - len dir die Äug - lein zu.

13 **F⁶** **G⁷**

Auch dein süs - ses klei - nes Schaf, hilft dir in den Mit - tags - schlaf.
Hilft das nicht, singt Bu - bu leis' sei - ne Bu - bu - Schlum - mer - weis'.

Refrain

17 **Am** **Em** **F** **G**

Mit - tags - schlaf ganz schnell und fix, Bu - bu, der kennt al - le Tricks.

21 **Am** **Em** **F** **G⁷**

Ach, wie ist es doch so schön, mit - tags mal ins Bett zu gehn.

Lied zum gleichnamigen Bilderbuch von Lisa-Marie Dickreiter und Winfried Oelsner, illustriert von Christiane Hansen, erschienen im Arena Verlag GmbH Würzburg 2025.



Hier ist die Melodie um einen Ton höher transponiert, damit das ganze Lied im Stimmumfang 5-6 jähriger Kinder (f'-d'') gesungen werden kann:

Der kleine Bubu

*vereinfachter Schluss-Takt
transponiert nach D-Dur*

Musik & Text: Elmar Nordmann
nach einer Vorlage von
Lisa-Marie Dickreiter

Vers

D **F#m⁷**

1.Man - ches Kind, das will nicht ruhn. Bu - bu hat dann viel zu tun.
2.Auch 'ne wil - de Kis - sen - schlacht, hat Bu - bu schon oft ge - macht.

5 **G⁶** **A⁷**

Du fragst dich, wie soll das gehn? Bu - bu kann's du wirst schon sehn.
Tob - ben hilft be - stimmt auch dir, schläfst dann wie ein Mur - mel - tier.

9 **D** **F#m⁷**

Er gibt dir den Ted - dy - bär, schla - fen ist dann gar nicht schwer.
Kommst im Bett du dann zur Ruh', fal - len dir die Äug - lein zu.

13 **G⁶** **A⁷**

Auch dein süs - ses klei - nes Schaf, hilft dir in den Mit - tags - schlaf.
Hilft das nicht, singt Bu - bu leis' sei - ne Bu - bu - Schlum - mer - weis'.

Refrain

17 **Bm** **F#m** **G** **A**

Mit - tags - schlaf ganz schnell und fix, Bu - bu, der kennt al - le Tricks.

21 **Bm** **F#m** **G** **A⁷**

Ach, wie ist es doch so schön, mit - tags mal ins Bett zu gehn.

Lied zum gleichnamigen Bilderbuch von Lisa-Marie Dickreiter und Winfried Oelsner, illustriert von Christiane Hansen, erschienen im Arena Verlag GmbH Würzburg 2025.



2. Das Bewegungsspiel »Der kleine Bubu«

**Der kleine Bubu kommt geschwind',
und bringt ins Bett fast jedes Kind.**

*(Vor dem Bett stehend die Arme so bewegen,
als würde man ein Baby hin und her wiegen.)*

**Denn nach dem Essen ist's so weit,
am Mittag ist auch Schlafenszeit.**

*(Den eigenen Bauch ausstrecken und reiben, dann
die Handinnenflächen aufeinanderlegen und an
die Wange legen, Kopf an die Hände ankuschn.)*

**Doch manchmal ist es richtig schwer,
da stößt er sehr auf Gegenwehr!**

*(Handflächen drücken fest gegeneinander und
bewegen sich hin und her.)*

**Vor'm Bettchen wird getanzt, gelacht,
an Schlaf wird hier noch nicht gedacht.**

(Vor dem Bett im Kreis drehen.)

**Der Bubu sagt zum Kind: »Sei brav,
du brauchst doch deinen Mittagsschlaf!«**

*(Hände in die Hüfte stemmen, dann mit dem rechten
Finger auf das linke Handgelenk tippen, als wäre dort
eine Uhr.)*

**Das Kind derweil hüpf hoch und runter,
zum Schlafen ist es viel zu munter!**

(Vor dem Bett hüpfen, mit den Schultern wackeln.)

**Der Bubu fragt: »Wie kann das sein?!
Ich schlaf' hier gleich schon selber ein!«**

(Handflächen nach oben richten und mit den Schultern zucken.)

**Das Kind ruft laut: »Oh nein, oh nein!
Ins Bett geh' ich doch nicht allein.«**

(Kopfschüttelnd die Arme vor der Brust verschränken.)

**Und Bubu denkt: Das Bett ist breit,
hier liegen wir auch gut zu zweit.**

*(Daumen und Zeigefinger einer Hand ans Kinn legen,
Kinn streicheln, Kopf hin und her bewegen in »Denkpose«)*

**Er kuschelt sich ganz eng heran,
damit das Kind gut schlafen kann.**

*(Mit den eigenen Händen die Oberarme streicheln,
dann die Handinnenflächen aufeinanderlegen und
an die Wange legen, Kopf an die Hände ankuschn.)*

**Tief atmet er nun ein und aus,
da kommt auch mal ein Schnarcher raus.**

*(Hände auf den Bauch legen, tiefein und ausatmen
und schnarchen.)*

**Die Augen zu – er schläft schon sacht,
das Kind jedoch ist noch hellwach!**

*(Hände vor die Augen halten, dann hinter den Händen
hervorgucken und umsehen.)*

**Es kichert leise: »Ha, verpatzt!
Nun bist du vor mir weggeratzt«**

(Mit dem Finger auf das Kind zeigen und kichern.)



3. Nähanleitung Fingerpuppe »Der kleine Bubu«

Anleitung:

Material:

- Wackelaugen
- Filz (braun und weiß)
- Wolle (braun)
- Filzstift (schwarz)
- hellbraunes Nähgarn
- weißes Nähgarn

Werkzeug:

- Nähmaschine (ersatzweise Nadel und Faden)
- Klebstoff
- Schere
- schwarzer Stift, der gut auf Filz malt



Schneiden Sie mit Hilfe des Schnittmusters aus:

- 1 x den Bauch und 1 x das Gesicht aus weißem Filz
- und 2 x den Körper aus braunem Filz



Nähen Sie mit einem Geradstich auf einen der ausgeschnittenen Körper erst den weißen Bauch, dann das Gesicht.

Schneiden Sie drei kleine Fäden Wolle für die Haare vom Bubu in leicht unterschiedlicher Länge ab. Diese können Sie nun mit wenigen Stichen am Kopf festnähen, oder auch festkleben.



Legen Sie die beiden ausgeschnittenen Körper rechts auf rechts zusammen und nähen Sie diese mit einem braunen Garn knappkantig aneinander (Nähaffine können an dieser Stelle natürlich auch links auf links nähen. Bitte denken Sie dann an die Nahtzugabe).

Wichtig:

Bitte den unteren Teil des Körpers nicht vernähen.
Dies ist die Fingeröffnung.

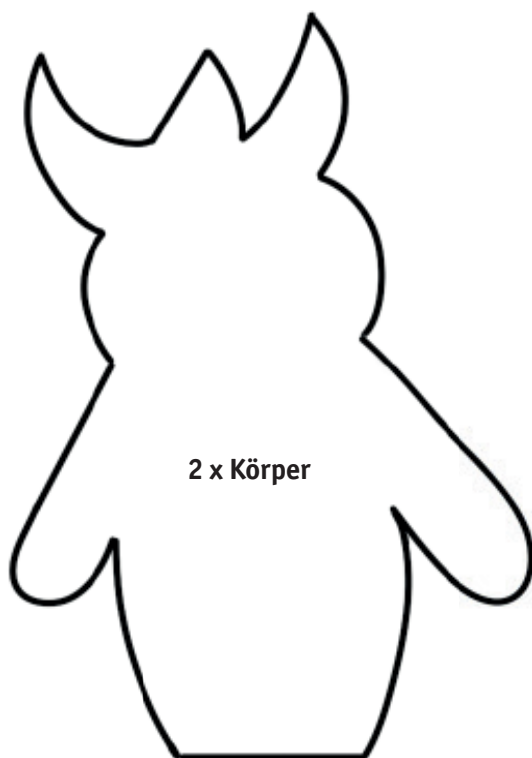
Kleben Sie die Wackelaugen auf.

Zeichnen Sie mit einem Filzstift Nase, Mund,
Sommersprossen und Augenbrauen auf.

Schwärzen Sie mit einem Filzstift die Ohrspitzen.

Fertig ist der kleine Bubu!

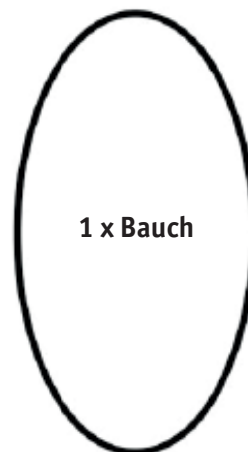
Schnittmuster:



2 x Körper



1 x Gesicht



1 x Bauch

Zeichenanleitung:

Für diese Fingerpuppe benötigen wir nur einen Stift,
der gut auf unserer Fingerbeere zeichnet.



1

2

3

