



## Bewegungsgeschichte Ferienstart

Liebe Eltern unserer Blau-Weiß-Kinder, gerade für die Kleinsten eignen sich Bewegungsgeschichten besonders gut, um Kinder zur Bewegung zu animieren. Ein Erwachsener liest eine Geschichte vor und bei bestimmten Schlüsselwörtern wird die gerade gehörte Bewegung durch die Kinder ausgeführt. Dies führt nicht nur zur Bewegung, sondern, die Kinder hören aufmerksam zu und tauchen tief in das Geschehen ein. Hilfreich kann es sein, bei den Schlüsselwörtern eine kleine Pause zu machen, die Kinder anzuschauen und wenn keine eigene Bewegungsidee kommt, die Bewegungen vorzumachen.

### **Hurra, die großen Ferien beginnen**

Noch im Bett liegend (**auf dem Boden liegen**) fällt dir ein, dass heute der erste Tag der großen Ferien ist (**vor Freude die Fäuste in die Luft strecken**). Deine ganze Familie hat Urlaub und du könntest vor Freude die Welt umarmen (**sich selbst oder gegenseitig umarmen**).

Die Sonne blinzelt durch das Fenster und du möchtest hinaus in den Garten stürmen, aber im Haus ist es noch ganz still (**die Finger an die Lippen legen**). Deine Eltern schlafen und du weißt, dass es keine gute Idee ist, sie mit deinem Getrappel zu wecken. Besonders Papa ist ein richtiger Morgenmuffel (**ein übellauniges Gesicht ziehen**).

Du steigst also sehr vorsichtig aus dem Bett, stößt aber an die Nachttischlampe (**sich erschrocken die Hände vor den Mund halten**). Sie kippt und kracht beinahe zu Boden, doch du fängst sie im letzten Moment (**sich selbst anerkennend auf die Schultern klopfen**). Auf Zehenspitzen schleichst du durchs Haus (**auf Zehenspitzen gehen**).

Da flitzt die Nachbarskatze Suri zwischen deinen Beinen hindurch, bringt dich beinahe zum Fallen (**mit gespreizten Beinen und rudern mit den Armen**) und du denkst: „Wer hat den kleinen Racker denn so früh ins Haus gelassen?“ (**grübelnd die Hand ans Kinn legen**). Tatsächlich siehst du, dass im Wohnzimmer die Terrassentür einen Spalt offensteht und gehst neugierig näher heran. Du spähist in den Garten hinaus (**eine Hand über die Augen legen und nach allen Seiten schauen**), doch es ist niemand zu sehen. Du schiebst die Terrassentür auf und trittst ins Freie (**einen großen Schritt nach vorne machen**).



Die Sonne strahlt dich an und du spürst die Wärme im Gesicht und an den Händen. Du breitest die Arme aus, legst den Kopf in den Nacken und schließt die Augen (**die Arme ausbreiten, den Kopf in den Nacken legen und die Augen schließen**). Die Sonnenstrahlen tanzen jetzt auf deiner Nasenspitze. Du öffnest die Augen wieder (**Augen öffnen und nach unten schauen**) und bemerkst, dass der Rasen noch feucht ist. Du schlüpfst aus den Schuhen und gehst barfuß über das nasse Gras (**aus den Schuhen schlüpfen und ein paar Schritte gehen**). Du breitest die Arme wieder aus und drehst dich im Kreis (**die Arme ausbreiten und sich im Kreis drehen**). Das Gras kitzelt an deinen Fußsohlen und du musst kichern (**lächeln und kichern**). Dir ist jetzt so schwindlig, dass du dich für einen Moment setzen musst, und du hältst dir den Kopf (**hinsetzen und sich den Kopf halten**).

„Geht´s dir gut?“, fragt jemand, du hast ihn nicht kommen gehört, erschrickst und springst auf (**aufspringen**). Da steht Papa mit einer großen Tüte voll frischen Brötchen und Croissants vor dir und du staunst: „Ich dachte, du bist ein Morgenmuffel?“. „Doch nicht im Uurlaub“, schmunzelt Papa und ihr müsst beide lachen.

Viel Spaß beim Ausprobieren und bis bald zurück beim Kinderturnen! 😊