

Es schneit, es schneit! Kommt alle aus dem Haus!

Bewegungsgeschichte



Alle Kinder sitzen auf dem Boden, die Hände stützen den Kopf, die Augen sind geschlossen. Plötzlich ruft eine/r: Schaut mal: Es schneit!!!

Das Kind zeigt zum Fenster

Alle Kinder springen auf und schauen aus dem Fenster und jubeln: Ja!! So schöne weiße Flocken!

Hände über die Augen legen, schauen und laut jubeln und hüpfen

Schnell ziehen wir uns alle an:

Wir schlüpfen in unsere Jacken und machen sie zu

Steigen in die Winterstiefel – rechts dann links

Setzen uns die Mütze auf, den Schal um den Hals und die Handschuhe nicht vergessen!

Bewegungen zum Anziehen

Und laufen schnell nach draußen

Hintereinander im Kreis laufen

„Draußen“ angekommen, versuchen wir die vielen wunderschönen Flocken zu fangen

Jedes Kind steht mit den Füßen fest an seinem Platz und versucht oben, unten, an der Seite möglichst viele Flocken mit den Händen zu fangen

Dann heben wir den Schnee vom Boden auf und werfen ihn in die Höhe

In die Hocke gehen, mit den Händen nach unten greifen und dann noch oben strecken und die Hände mit nach oben werfen

Habt ihr Lust einen Schneemann zu bauen?

Wir formen einen kleinen Schneeball, und beginnen die Kugel vor uns auf dem Boden zu rollen – die Schneekugel wird immer größer! – die Bewegung nachmachen



Zusammen geht es leichter:

Drei Kinder kommen zusammen und bauen die Schneekugeln aufeinander, setzen dem Schneemann einen Hut auf und eine Karotte als Nase und Nüsse für die Augen und den Mund ins Gesicht.

Danach tanzen die Drei um den Schneemann herum

An den Händen halten und im kleinen Kreis herumtanzen

Juchu! Wie ist es schön im Schnee – wir legen uns auf den Rücken und malen Engel in den Schnee

Auf den Rücken legen und Arme und Beine seitlich heben und senken

Bleib kurz liegen und schau in den Himmel wie die unzähligen Schneeflocken auf dich zutanzeln, sacht auf Deinem Gesicht landen und sofort schmelzen



Ruhig liegen

Doch jetzt schnell wieder aufstehen, damit es Dir nicht kalt wird

Aufstehen

Wir stampfen rückwärts durch den Schnee und sehen die Spuren, die unsere Füße hinterlassen

Vorsichtig rückwärtsgehen, die Beine dabei im Storchengang heben.

Zum Schluss laufen wir noch kreuz und quer durch den Schnee

Alle Kinder laufen durcheinander

Jetzt ist wieder Zeit ins Warme hineinzugehen – wir ziehen unsere Wintersachen wieder aus, Hängen alles an die Garderobe



Bewegungen zum Ausziehen

Setzen uns wieder auf unseren Platz und reiben uns mit den Händen richtig schön warm

Die Hände aneinander reiben, die Arme und Beine mit den Händen rubbeln.

War es schön im Schnee? Ja!!

Daumen hoch!!

Claudia Sachon, Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA

