

Ein neuer Tag beginnt!



Bereich: Bewegung
Kategorie: Bewegungsgeschichten

Alter: 1-3, 3-5, 5-6, 6-7

Ein herrlich, langer Tag, voller Überraschungen breitet sich vor mir aus, wie das weite Meer.

Arme bis in die Fingerspitzen hinein nach vorne strecken, dann in einem weiten Bogen seitlich ausstrecken.

Ich klettere auf einen hohen Berg und erklimme den höchsten Gipfel.

Arme nach oben führen.

Mit dem Fernglas entdecke ich einen Adler.

Zeigefinger und Daumen beider Hände zu einem Fernglas formen und hindurch blicken.

Mit seinen weiten Schwingen gleitet er majestätisch durch die Luft.

Die Arme zur Seite strecken, leicht hin-und herschwingen.

Ich steige hinab in die tiefe Höhle.

In die Hocke gehen.

Kostbare Steine sehe ich funkeln.

Die Hände zu Fäusten ballen.

Ich raste am Teich und schaue den Fischen zu.

Hochkommen, Arme weich und rund nach vorne geben und aus dem Handgelenk heraus die Fischbewegung nachahmen.

Das Schilf wiegt sich im Wind.

Die Unterarme zeigen nach oben, aus dem Ellbogen heraus wird die wogende Bewegung des Schilfes nachgeahmt.

Die Sonne geht unter.

Beide Arme in einem großen weiten Kreis langsam von oben nach unten führen.

Der Mond steigt auf.

Arme bis in Augenhöhe nach oben führen, die Handflächen zeigen nach oben.

Ich gehe ins Haus und schließe die Türe zu...

Die Hände vor das Gesicht halten.

Den Kopf neigen und auf die gefalteten Hände legen.



Text: Barbara Moschinger

Fotos: Luise Hosp-Hermann