

Liebe Kinder, liebe Eltern,

Stocki und wir haben uns eine Entspannungsgeschichte für euch zum Thema Zirkus überlegt. Suche dir einen Partner - Frage deine Mama, Papa, Schwester oder Bruder. Schnappt euch ein ruhiges, bequemes Plätzchen. Dabei darf sich einer hinlegen und der andere massiert dessen Rücken passend zur Geschichte. Nach der Geschichte wird getauscht.

Viel Spaß 😊

„Wenn du möchtest, kannst du deine Augen schließen. Leg dich bequem auf den Bauch.

Du läufst (Laufbewegungen mit den Fingern) barfuß durch das grüne Gras, das dich an den Füßen kitzelt. (Füße kitzeln)

Jetzt siehst du ein Zirkuszelt. (Male ein Zelt auf den Rücken) Das Zelt ist so schön, dass du es dir ganz aus der Nähe anschauen willst.

Du läufst weiter (Laufbewegungen Finger) und kannst plötzlich schon ein paar Tiere hören. Wiehert da etwa ein Pferd? Hab ich da ein „Muh“ und ein „Töröö“ gehört? (Tiergeräusche gemeinsam machen)

Ein Mann mit einem großen schwarzen Zylinder kommt auf dich zu und lädt dich ein, dir die Zirkusvorstellung anzuschauen. Du freust dich sehr über die Einladung und gehst (Laufbewegungen) durch den großen Eingang in das Zelt. Nun wird das Licht dunkler, die Musik beginnt zu spielen und die Vorstellung beginnt. (Licht ausmachen, Musik einspielen)

Vier Pferde traben in die Manege und laufen im Kreis („wiha“ „pfr“ Alle gemeinsam wiehern, Laufbewegungen). Auf den Rücken der Pferde turnen zwei Mädchen und machen einen Handstand (Zwei Finger auf den Rücken stellen).

Nach den Pferden kommt eine Seiltänzerin. Sie wandert auf einem Seil hoch oben über der Manege (Mit dem Finger über den Rücken fahren).

Nun kommen fünf Kühe („Muuuh“), auf deren Rücken Ziegen hin und her springen („Määäh“ Sprungbewegungen mit den Fingern).

Zum Schluss kommen 2 Elefanten, die mit ihrem Rüssel Wasser auf die Zuschauer spritzen („Töröö“, mit den Fingern auf dem Rücken trommeln)

Nach jedem Auftritt klatschen (mit flacher Hand leicht auf den Rücken klopfen) die Zuschauer. Nun ist die Vorstellung beendet. Alle Menschen verlassen das Zelt (mit allen Fingern auf dem Rücken laufen) und reden fröhlich miteinander. Du verlässt nun das Zirkuszelt (Mit 2 Fingern laufen).

Chiara, Jenny, Laura, Sara

Du verabschiedest dich vom Zirkus und winkst ihm noch einmal zu (**Alle dürfen Winken**). Dann öffnest du langsam wieder deine Augen und setzt dich hin.

Na hat dir die Entspannung gefallen? Wir freuen uns über eine Rückmeldung von dir. 😊

Dein Stocki und Projektteam