

Entspannungsgeschichte: Die ersten Frühlingsblumen

Entspannungsgeschichte: Erste Frühlingsblumen

Eine Entspannungsgeschichte für Kinder zum Thema Frühling. Hier geht es nicht darum, dass Kinder still liegen. Diese Geschichte erleben sie mit dem ganzen Körper – sie spielen diese Geschichte. Da das Thema sehr ruhig ist handelt es sich nicht um ein „wildes“ Mitspielen. Die Kinder hören die Entspannungsgeschichte und spielen den Wachstum der Pflanze ruhig mit.

Material:

Chiffontücher

Alter:

ab 4 Jahre



Vorbereitung:

Die Kinder liegen zusammengekauert auf dem Boden, das Chiffontuch halten sie zusammengeknüllt in der Händen.

Vorgeschichte:

Letztes Jahr habe ich viele kleine Blumenzwiebeln in die Erde gesteckt. Jetzt hoffe ich, dass sie im Frühling anfangen zu wachsen und wunderschöne Blumen blühen. Mit Euch möchte ich jetzt eine kleine Geschichte spielen. Ihr seid meine kleine Blumenzwiebel und liegt noch in der Erde. Wenn ihr genau zuhört, dann werdet ihr Mitspielen können, wie die Blume wächst.

Spielidee:

Eine kleine Blumenzwiebel liegt tief in der Erde versteckt. (zusammengekauert am Boden liegen)

Um sie herum ist es noch kalt und sie zittert ein wenig. (etwas zittern, enger zusammenrollen)

„Ob es bald Frühling wird und die Sonne wieder richtig scheint?“, fragt sich die kleine Zwiebel jeden Tag. Und wirklich langsam beginnt der Boden wärmer zu werden. Das gefällt der Blumenzwiebel und sie beginnt sich ein kleines bisschen hin und her zu bewegen. (hin und her bewegen, noch zusammengekauert bleiben)

Bald darauf streckt die Blumenzwiebel langsam ihre Wurzeln aus. (Beine ausstrecken)

Es ist so schön warm, dass sie sich traut die Wurzeln im Boden zu verankern. „Jetzt kann ich wachsen“, denkt die kleine Blumenzwiebel und beginnt langsam damit einen kleinen grünen Stängel in die Höhe wachsen zu lassen. (Arme beginnen sich zu strecken)

Höher und höher wächst sie und durchdringt schließlich die Erde. (größer werden, von der Hocke bis zum Stand wachsen)

Die warme Frühlingssonne empfängt den Stängel und er wächst weiter und weiter. Als der Blütenstängel schließlich groß genug ist bildet sich eine kleine Knospe. (geschlossene Hände mit dem zusammengeknüllten Tuch etwas hoch halten)

Langsam beginnt diese sich zu öffnen und es erscheint eine wunderschöne Blume. (Hände öffnen sich langsam, so dass das Tuch sichtbar wird)

Leicht wiegt die Blume sich im Wind und genießt die Sonne. (im Stand hin und her wiegen)

Nach ein paar Tagen ist ihre Zeit leider zu Ende. Sie verliert ihre Blütenblätter (Tuch zum Boden fallen lassen), der Stängel verliert seine Kraft und sinkt zu Boden. (langsam wieder kleiner werden, bis man wieder am Boden liegt)