

Arbeitsblatt 3

JeKits Tanzen 1 und 2

Bewegungsgeschichte zum Thema **Frühling**

Für diese Übung brauchst du: **eine Person, die dir die Geschichte vorliest**

Es ist April und du kannst dich noch sehr gut an den strömenden Regen erinnern, der nach und nach immer seltener wird. **Du machst die einzelnen Regentropfen mit deinen Fingern nach, die ganz weit oben vom Himmel bis zum Boden fallen.** Hinter den Wolken kommt die Sonne hervor, die jetzt auf deinen Körper scheint. Du spürst ihre Wärme zuerst am **Kopf, den du nun langsam von einer zur anderen Seite bewegst.** Danach werden deine **Arme warm, die du nach oben streckst und in großen Kreisen bewegst.** Am Schluss treffen die Sonnenstrahlen deine **Füße, auf denen du immer wieder hoch und runter springst.**

Dir wird angenehm warm und du beginnst dich draußen **zu bewegen und herumzulaufen.** Auf deinem Weg findest du ein paar Gänseblümchen, die auf einer großen Blumenwiese wachsen. Du **bleibst stehen, gehst in die Hocke und fängst an einige von ihnen zu pflücken.** Dann **stehst du auf und schaust dich um.** Auf einem Grashalm findest du einen Marienkäfer, den du vorsichtig **auf deinen Finger krabbeln lässt.** Er krabbelt los auf deine Hand und **du machst die Bewegung des Marienkäfers mit zwei Finger nach, die nun von deiner Hand auf deinen Arm krabbeln.** Vom **Arm aus krabbelt der kleine Käfer bis auf deine Schulter.** Nun sitzt er so weit oben, dass er beschließt seine Flügel auszubreiten und davon zu fliegen. Das kannst du **mit deinen Armen nachmachen, indem du sie wie Flügel ausstreckst und durch den Raum fliegst.**

Dein Spaziergang geht weiter und **du läufst den Weg entlang**. Auf deiner rechten Seite siehst du einen See, auf dem viele Enten schwimmen. Eine Entenfamilie schwimmt gerade zum Ufer und läuft aus dem Wasser. **Du beginnst ebenfalls wie eine Ente zu laufen und schüttelst dich wie die Enten**, um das Wasser von deinem Körper zu bekommen. Zuerst **schüttelst du deine Hände und deine Arme**. Dann sind **deine Füße und Beine dran, die du gut ausschüttelst**. Zuletzt fehlt noch **dein Po und schließlich dein ganzer Körper, den du komplett ausschlackerst**. Nun sind alle Körperteile vom Wasser befreit und die Entenfamilie macht sich auf die Suche nach einem guten Platz für ein Nickerchen.

Du machst dich auf den Weg nach Hause, möchtest heute aber eine neue Abkürzung ausprobieren, die du von einem Freund oder einer Freundin kennst. Dafür musst du dich jedoch **zuerst durch einen engen Weg zwischen zwei Bäumen quetschen und dich ganz dünn machen**. Danach musst du dich **durch viele Äste und Hindernisse bewegen**, indem du zuerst **zwei riesige Schritte machst und dich danach wie ein Gummimensch in ganz unterschiedliche Richtungen bewegst**. Das wäre geschafft. Jetzt fehlt nur noch der umgefallene Baumstamm, **unter dem du hindurchkrabbeln musst**. Jetzt kannst du auch schon das Haus sehen, in dem du wohnst und läufst zur Haustür. Das erste Frühlingsabenteuer wäre geschafft. Mal sehen, was du beim nächsten Mal alles entdecken kannst.

Viel Spaß

wünschen dir deine JeKits-Lehrkräfte
Michaela, Annika und Deniz

