

Rücken-Massage-Geschichte

Es ist sehr wichtig die Kinder inmitten des oft hektischen Alltags in dem auf sie viele Sinnesreize und Erlebnisse einströmen auch mal zu entschleunigen und zur Ruhe zu führen.

Dazu eignen sich Rückenmassagen in Form von Versen oder kurzen Geschichten.

Neben der Entspannung fördert man die auditive Wahrnehmung, das Körpergefühl und die Phantasie der Kinder.

„Der Igel“

Der Igel hat sehr viele Stacheln.

Die piksen und bringen vielleicht auch dich zum Lachen.

(mit den Fingern auf dem ganzen Rücken „piksen“)

Im Winter kriecht er in sein Nestversteck.

Dort schläft er warm und sicher zugedeckt.

(mit den Händen über den Rücken streicheln + Schnarchgeräusche)

Dort unter dem Laub,

gibt es leider auch viel Staub.

(Hustengeräusche + vorsichtig den Rücken abklopfen)

Wenn dann im Frühling scheint die Sonne,

(von hinten in den Arm nehmen)

Läuft der Igel durch den Garten voll Wonne.

(„trippeln“ auf dem Rücken)

