

Der Igel von Christine Gold

In dem bunten Blätterbett
hat der Igel sich versteckt.
Er kringelt sich ganz kugelrund
im Igelnest bis auf den Grund,
und wenn der Igel schlafen mag,
sagen wir uns: „Guten Tag!“



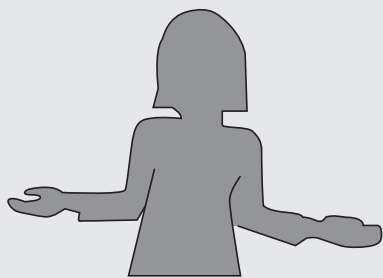
„Der Igel“ ein Gedicht und Ausmalbild von Christine Gold

„Guten Morgen!“

Wenn das Kind noch im warmen Bettchen liegt und sich in die Decke kuschelt, dann sprich einfach das Igel-Gedicht. Am Ende des Gedichts mach nach folgendem Satz eine kleine Pause: „Und wenn der Igel schlafen mag, sagen wir uns“ und mit größter Wahrscheinlichkeit ruft das Kind: „**Guten Tag!**“

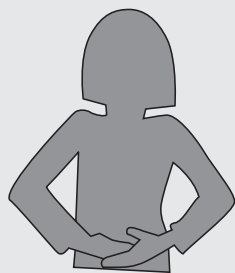
Auch im Kindergarten oder in der Schule ist das Gedicht zum Beispiel im Morgenkreis ein guter Einstieg in den Tag. Mit passender Bewegungsabfolge und Atemübung sind die Kinder danach still und fokussiert. Probiere es aus! Als Ausmalbild lernt das Kind mit viel Spaß den Buchstaben i I kennen.

Sprich das Gedicht mit folgendem Bewegungsablauf:



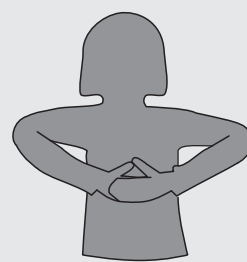
(1) In dem bunten Blätterbett

Breite die Arme seitlich aus, Handflächen nach oben. Mit mehreren Kindern im Kreis legt ihr die Hand auf die Handfläche des Nachbarns.



(2) hat der Igel sich versteckt.

Schiebt eure Hände, mit Handflächen nach oben, vor eurem Bauch übereinander.



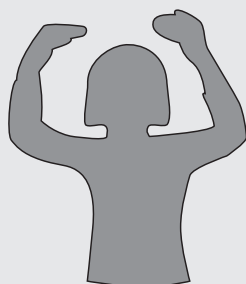
(3) Er kringelt sich ganz kugelrund

Macht einen dicken Bauch.

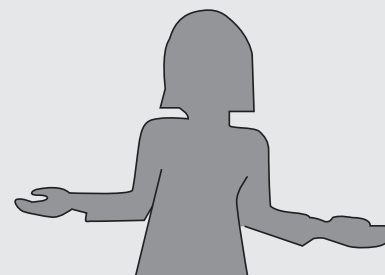


(4) im Igelnest bis auf den Grund, (5) und wenn der Igel schlafen mag, (6) sagen wir uns: Guten Tag!“

Bewegt die Arme nach oben, die Hände bleiben zusammen. Die Handflächen zeigen jetzt nach unten.



Arme gehen langsam seitlich nach unten.



kommt ihr zur Ausgangsposition zurück. Ihr könnt euch jetzt an den Händen fassen.

Du kannst diese Bewegung mit einer Atemübung in Verbindung bringen.

Diese Übung wirkt beruhigend und entspannt! Natürlich wird hierbei nicht gesprochen.

Einatmen: ca. 4 Sekunden. In dieser Zeit bewegst du relativ schnell die Arme von der Ausgangsposition bis nach oben zu Position 4. (1-4)

Luft anhalten: ca. 4 Sekunden. Verharre in Position 4.

langsam ausatmen: ca. 4 Sekunden. Bewege die Arme langsam nach unten bis zur Ausgangsposition.

Viel Spaß und liebe Grüße
Christine

Schau` doch mal bei uns auf www.animalingo.de vorbei.