

# Bewegungsgeschichte

ein Gewitter zieht auf



*Dies ist eine Bewegungsgeschichte, das heißt, Sie können und sollen in dieser Geschichte aktiv mitmachen. Sie spielen die Rolle der Oma Erna, Sie machen also alles nach, was Opa, Oma und Max in dieser Geschichte vormachen. Zur Verdeutlichung sind alle Aktionen in dieser Geschichte **fett-kursiv** markiert, Aktionen mit „gehen“ sollten als Trippeln auf der Stelle durchgeführt werden. Zu Beginn der Geschichte sitzen alle Teilnehmer in einem Stuhlkreis. Es bietet sich an, dass der Vorleser die Bewegungen vormacht und die Gruppe dann die Bewegungen nachmacht. Dazu ist es empfehlenswert, die Geschichte vorab durchzulesen und ggf. einige Gegenstände der Geschichte zum Vormachen der Aktionen zu besorgen.*

Heute ist ein schöner, warmer Sommertag und es ist schon späterer Nachmittag. Die Sonne scheint, die Vögel zwitschern und das Zirpen der Grillen liegt in der Luft. Der Wetterbericht hat Gewitter vorausgesagt.

Oma Erna hat es sich im Liegestuhl auf der Terrasse bequem gemacht und genießt die Ruhe und die friedliche Stimmung. Sie liest ein Buch. Die Ruhe wird nur unterbrochen von ei-



**Vorschau Version !**

**Hande, legt sie ninter den Kopf und druckt mit inren Handen von ninten gege: Kopf.** So lösen sich die Spannungen in der Schulter. Sie lässt die **Hände hinter dem** und versucht die **Ellbogen soweit es geht nach vorne zu drücken**. Nach ungefähr einer

Die komplette Ausarbeitung erhalten Sie bei <http://www.aktivierungen.de>



