



„Rückfahrt nach Hause“

Eine Massagegeschichte

Vorbereitung:

- Eine Begleitperson sitzt hinter dem Kind und blickt in Richtung der Übungsleiterin, damit er/sie die Massagebewegungen der ÜL sehen kann.



Ablauf:

- Die Übungsleiterin erzählt die folgende Geschichte, die sich an dem Stundenbeispiel [„Sommer, Sonne, Strand und Meer“ 07/2015](#) der Reihe Praktisch für die Praxis orientiert.

Erzählung

Bewegungs-/Massageaktivitäten

„Der Ausflug ist vorbei und wir fahren jetzt mit unserem Zug wieder nach Hause. Am Bahnhof verabschiedest du dich von den Freunden, die du am Meer kennengelernt hast.

Das Kind in den Arm nehmen

Nun steigst du in den Zug.

Mit den Finger über den Rücken und den Kopf „laufen“

Fröhlich winkst du den Freunden und Leuten an Bahnsteig zu.

Hände des Kindes fassen und behutsam hoch- und runterbewegen

Du nimmst im Zug Platz

Beide Handflächen auf den Rücken des Kindes legen

Achtung der Zug fährt los!

Hände auf die Schulter legen und behutsam vor- und zurückschaukeln

Immer wieder neigt sich der Zug in die Kurven nach links und rechts

Den Oberkörper im Wechsel nach links/rechts beugen

Der Zug fährt durch einen Tunnel

Die Augen des Kindes kurz zu halten und wieder öffnen

Der Zug fährt wieder viele Kurven nach links und rechts

Den Oberkörper im Wechsel nach links/rechts beugen

Schließlich fährt der Zug in den Bahnhof ein. Du steigst aus und läufst nach Hause“.

Den Oberkörper des Kindes leicht nach hinten ziehen, mit den Finger über den Rücken und den Kopf laufen, zum Schluss den Rücken und den Kopf mit flachen Händen ausstreichen