

Massagegeschichte: Nüsse für das Eichhörnchen

Material:

- bequeme Unterlage zum Liegen

Spielidee:

Die kleine Geschichte wird langsam erzählt.

Das kleine Eichhörnchen schläft noch gemütlich in der Baumhöhle.

Warm gerubbelte Hände liegen auf dem Rücken.

Die Sonne kommt hervor und kitzelt es an der Nase.

Hände kreisen auf dem Rücken in großen Kreisen in die gleiche Richtung

Langsam wird das Eichhörnchen wach.

Hände bleiben ruhig liegen

Es klettert aus der Höhle,

2 Finger laufen den Rücken runter

schaut sich um und hüpfte von Ast zu Ast

beide Finger springen wild über den Rücken

dann läuft es zu seinem geheimen Futterplatz

2 Finger laufen zu einer Schulter

und gräbt sich die Nüsse vom letzten Sommer aus.

Finger „kratzen“ über die Schulter

Schnell isst das kleine Eichhörnchen einige Nüsse auf.

leichtes kneifen in Schulter

Als es satt ist, kuschelt es sich in das Moos unter dem Baum,

die andere Schulter Handballen dreht sich leicht hin und her

der warme Wind weht über das kleine Tier,

pusten über den Rücken

es schläft wieder ein.

Hände auf den Rücken legen.