

## **Der Clown-Schneemann Harold wacht auf**

**(C)Evifee**

### **(Bewegungsgeschichte für den Morgenkreis zum wach werden – Winter/Weihnachten**

Es ist ein kalter Morgen.

Mitten auf der verschneiten Wiese steht Harold, der lustige Clown-Schneemann.

Er hat eine rote Nase, einen gelben Schal und bunten Sternenknöpfe – und er schläft noch tief und fest.

#### **Alle Kinder legen den Kopf auf die Hände und tun so, als würden sie schlafen.**

Plötzlich hört Harold ein leises „Pling!“

Die Sonne kitzelt ihn an der Nase.

Harold öffnet langsam ein Auge ... und dann das andere.

#### **Augen reiben, gähnen.**

„Ohhh“, gähnt Harold, „ich bin ja noch sooo müde!“

Er streckt seine Arme gaaaanz lang nach oben, so hoch er kann.

Arme nach oben strecken, auf die Zehenspitzen gehen.

Dann streckt er sich zur einen Seite ...

und zur anderen Seite.

#### **Seitlich dehnen – links und rechts.**

Harold schüttelt seinen Schneemann-Kopf.

„Brrr, mein Hals ist noch ganz steif!“

#### **Kopf langsam nach links und rechts bewegen.**

Jetzt weckt er seine Schultern.

Er zieht sie hoch zu den Ohren ...

und lässt sie plumpsen.

#### **Schultern hochziehen und fallen lassen.**

„Zeit für meine Clown-Übungen!“, ruft Harold fröhlich.

Er beginnt, auf der Stelle zu stampfen, damit seine Füße warm werden.

#### **Auf der Stelle marschieren oder stampfen.**

Dann wackelt er mit seinem runden Schneemann-Bauch vor und zurück.

#### **Becken / Bauch sanft vor- und zurück bewegen.**

Harold lacht und dreht sich einmal ganz langsam im Kreis, damit ihm nicht schwindelig wird.

#### **Langsame Drehung.**

Zum Schluss atmet Harold tief ein ...

und pustet die kalte Luft wieder aus.

#### **Tief einatmen – ausatmen.**

„Jetzt bin ich wach!“, ruft der Clown-Schneemann Harold glücklich.

Er verbeugt sich vor euch und ist bereit für einen fröhlichen Tag.

Verbeugen und lächeln.