



Bewegungsreim „5 Pferde“



Dieser Bewegungsreim eignet sich als Auflockerungsübung vor, während oder nach dem Morgenkreis. Nach jedem Bewegungsablauf der Pferde stellen sich alle wieder im Kreis auf.

Auf der Weide, gleich hinter dem Bach,
stehen 5 Pferde und sind schon fast wach.

(Alle stehen im Kreis zusammen)

Zuerst strecken sie sich,
dann recken sie sich.

(Arme in die Höhe strecken und auf die Zehenspitzen stellen)

Das erste Pferd legt direkt los:

Es hüpf einmal hoch und fühlt sich famos.

(Einmal auf der Stelle hüpfen)

Das zweite Pferd macht auch gleich mit:

hüpft und dreht sich danach mit schnellem Schritt.

(Hüpfen und danach um sich selbst drehen)

Das dritte Pferd stimmt auch mit ein:

hüpft und dreht sich, knickt dann die Hinterbeine ein.

(Hüpfen, drehen, in die Hocke gehen)

Das vierte Pferd zögert zuerst, doch dann:

hüpft es und dreht sich, knickt die Hinterbeine ein und wiehert so laut es kann.

(Hüpfen, drehen, in die Hocke gehen, laut wiehern)

Dem fünften Pferd ist das alles zu viel in der Frühe.

Es senkt den Kopf hinunter zum Gras, kaut und entspannt sich ganz ohne Mühe.

(Den Oberkörper und die Arme mit ausgestreckten Beinen Richtung Boden beugen).