


|                         |  |
|-------------------------|--|
| <b>Altersempfehlung</b> | ab 2 Jahren  |
| <b>Förderbereiche</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• taktile Wahrnehmung</li> <li>• auditive Wahrnehmung</li> <li>• Entspannung</li> </ul>   |
| <b>Anleitung</b>        | <p>Sitzposition: Kinder sitzen bequem vor der ausführenden Person im Streck-, Fersen- oder Schneidersitz</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nun wird langsam mit ruhiger Stimme der Text vorgelesen.</li> <li>• Gleichzeitig werden die passenden Bewegungen mehrmals mit leichtem Druck auf dem Rücken des Kindes gemacht. Es wird nie direkt mittig massiert, sondern immer links und rechts neben der Wirbelsäule.</li> </ul> |

| Text  | Bewegungen   |
|---|--|
| <p>Wollen wir heute Pizza essen? Ich zeige Dir, wie man die Pizza macht! Stell Dir vor, Du bist die Pizza und ich bin der Pizzabäcker. Das wird bestimmt lustig!</p> <p>Zuerst müssen wir unseren Küchentisch oder unsere Arbeitsfläche sauber machen. Ich nehme einen Lappen und wische alles schön ab.</p> <p>Ich habe vorher schon den Teig in einer Schüssel gemischt. Nun nehmen wir etwas Mehl und streuen es auf den Tisch.</p> <p>Jetzt nehmen wir unseren Teig aus der Schüssel, damit wir ihn kräftig kneten können.</p> <p>Und nun wollen wir den Teig zu allen Seiten auf unserem Blech ausrollen.</p> <p>Jetzt holen wir die Tomatensauce und verteilen sie auf dem ganzen Teig.</p> <p>Sag mal, was soll denn auf Deine Pizza drauf?<br/>Beispiele:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Salami, Schinken, Pilze, Paprika, Mais, Ananas, Oliven, Zwiebelringe, Tomaten, Spinat etc.</li> <li>• abschließend natürlich eine große Ladung Käse</li> </ul> <p>Oh, das sieht jetzt schon sehr lecker aus! Nun muss die Pizza nur noch gebacken werden. Ich schiebe sie nun vorsichtig in den Ofen.</p> <p>Jetzt dauert es nicht mehr lange. Der Ofen ist schön heiß und die Pizza wird fein gebacken.</p> <p>Ich glaube, unsere Pizza ist fertig gebacken. Ich hole sie nun aus dem Ofen.</p> <p>Mmmhhh, riech mal, wie das duftet! Nun können wir die Pizza aufessen! Happs happs!</p> |  <p>Mit den Händen wird mehrmals über den Rücken gewischt.</p> <p>Mit den Fingerspitzen sanft hin und her streichen.</p> <p>Leichte Knetbewegungen machen.</p> <p>Von der Mitte aus mit den Handflächen vorsichtige Streichbewegungen in alle Richtungen ausüben.</p> <p>Den ganzen Rücken „bestreichen“.</p> <p>passende Bewegungen machen, z.B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leicht mit den Fäusten/ mit den Fingern/ mit der flachen Hand drücken oder klopfen</li> <li>• mit den Fingern/ Daumen Striche, Kreise oder Kringel machen</li> </ul> <p>Seitlich mit beiden Händen die Hüften umfassen und sanft ein Stück nach vorne schieben.</p> <p>Die Handflächen werden schnell aneinander gerieben. Die warmen Handflächen auf den Rücken auflegen und die Wärme abgeben.</p> <p>Seitlich mit beiden Händen die Hüften umfassen und sanft ein Stück nach hinten ziehen.</p> |