






Léif Enseignanten,

D'Ouschervakanz steet kuerz virun der Dier. Fir de Schluss vun dësem Trimester aktiv a fit ofzeschléissen, schécke mir iech 5 flott Beweegungspiller.

**Basteluleedung:**

- ✓ d'PDF-Blieder ausprinten
- ✓ d'Ouschtereeër erausschneiden
- ✓ déi zwee passend Ouschtereeër um Rondel mat enger Attache-Parisienne uneneenheften, sou datt dat faarwegt Ee dat Ee mat der Spillbeschriewung verdeckt an awer opgeklappt ka ginn.



Eeër	Aktivität	Material / Erklärung
	Eierdrehen	Ouschtereeër oder Fläsch
	Eierdieb	Ouschtereeër / Iwwerraschungseeër
	Eierlöffel	2 Löffelen, 2 Ouschtereeër
	Massage zu Ostern	/
	Eiersuche	Ouschtereeër

Gäre kënt Dir och all Dag een Ee (z.B. Kinderüberraschung) am Kllassesall verstoppen, an d'Kanner müssen d'Ee mat der Beweegungspaus sichen ier d'Spill ka gemaach ginn.



Mir wënschen iech vill Spaass beim Ausprobéieren an elo schonn eng schéin Ouschervakanz.



## Massage zu Ostern



*->Das Kind, das als erstes den Part des Massierens übernimmt, macht es sich neben dem liegenden Kind bequem.*

Es ist ein schöner Frühlingstag, in der Osterhasenwerkstatt herrscht reges Treiben, denn heute sollen die Ostereier bemalt werden. Ein kleiner Hase nach dem anderen kommt zur Tür hereingehoppelt

*->Mit den lockeren Fäusten den gesamten Rücken des liegenden Kindes leicht durchklopfen.*

Zuerst werden die Eier blank geputzt, damit sie schön glänzen...

*->Mit den Handinnenflächen sanft über den gesamten Rücken des liegenden Kindes streichen. Dabei leichten (!) Druck ausüben.*

Als nächstes werden die bunten Farbtöpfe geöffnet und mit den Pinseln gut durchgerührt.

*-> Zuerst mit dem Zeigefinger kleine Kreise aus den gesamten Rücken malen. Anschließend den Rücken mit der Handinnenfläche in kleinen Kreisbewegungen massieren.*

Jetzt kann es endlich losgehen. Mit dem Pinsel malt jeder Hase tolle Muster auf die Eier: Kleine Pünktchen, breite Streifen, Zickzacklinien, Kreise und bunte Linien. Jedes Ei sieht dabei anders aus!

*->Mit dem Fingern / Händen den Rücken bemalen. Immer wieder in einer anderen Weise. Man kann dabei mit dem Finger dünne Linien über den Rücken fahren, mit den Fingerspitzen leicht klopfen, mit der Faust „klecksen“ oder mit der Handkante Streifen „malen“. Je mehr Muster gemalt werden, desto abwechslungsreicher ist die Massage.*

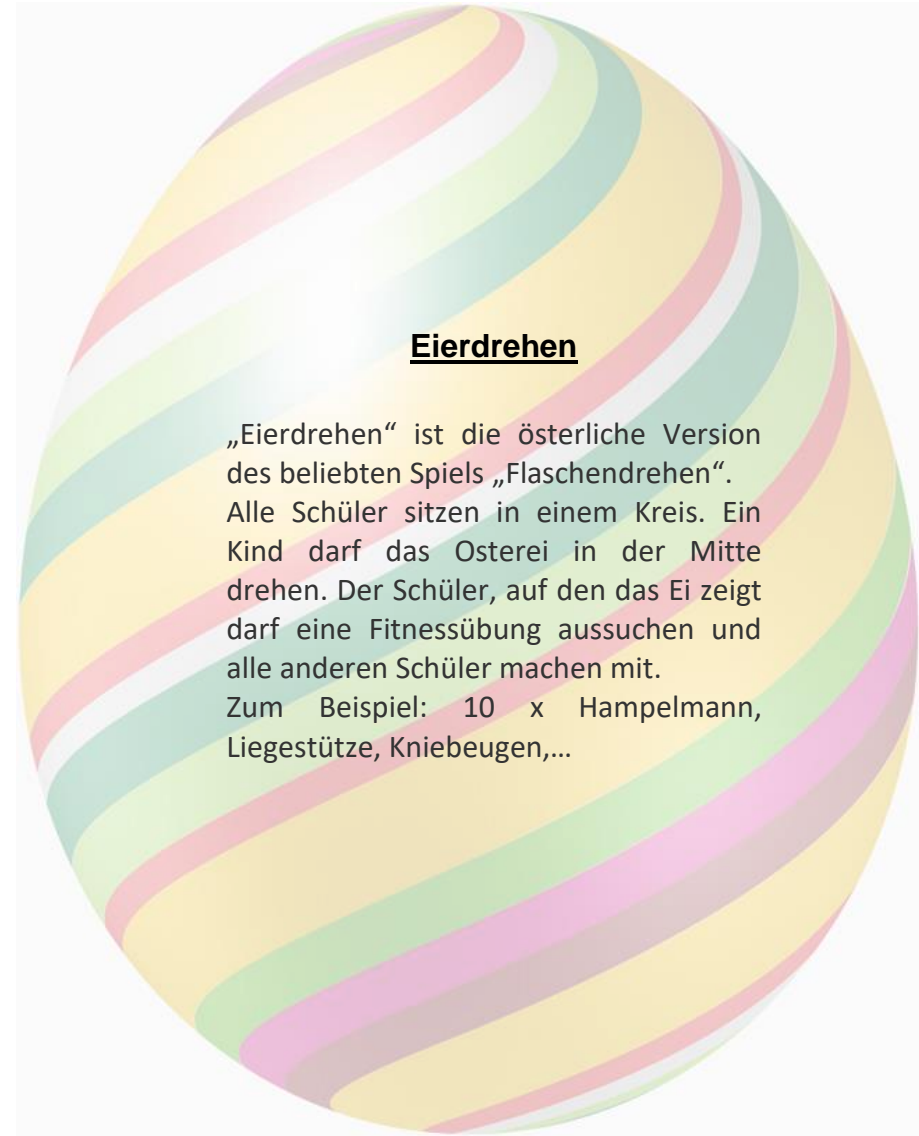
Schließlich sind all die vielen Eier fertig bemalt. Sie werden zum Trocknen draußen auf die Wiese getragen.

*->Mit beiden Händen an den Schultern oben ansetzen und nach unten in Richtung Po streichen. Immer wieder von oben beginnend runterstreichen, bis der gesamte Rücken auf diese Weise massiert wurde.*

Die Frühlingssonne glitzert am blauen Himmel wie ein goldener Ball. Ganz warm sind ihre Sonnenstrahlen. Kannst du sie spüren?

*=> Beide Handinnenflächen schnell und kraftvoll aneinander reiben, bis diese ganz warm sind. Dann die erwärmten Handflächen ruhend auf den Rücken legen. Sobald die Wärme nachlässt, kann dieser Vorgang ein- oder auch mehrmals wiederholt werden. Zum Schluss die Hände einfach ruhend liegen lassen erst dann langsam wegnehmen, wenn die Wärme nicht mehr zu spüren ist.*

**Hinweis:** Im Anschluss darf das Kind, das massiert wurde, noch einen Moment nachspüren und sich dann ausgiebig recken und strecken. Danach werden die Rollen getauscht und das Kind, das zuerst massiert hat, darf nun die Massage in vollen Zügen genießen!



### **Eierdrehen**

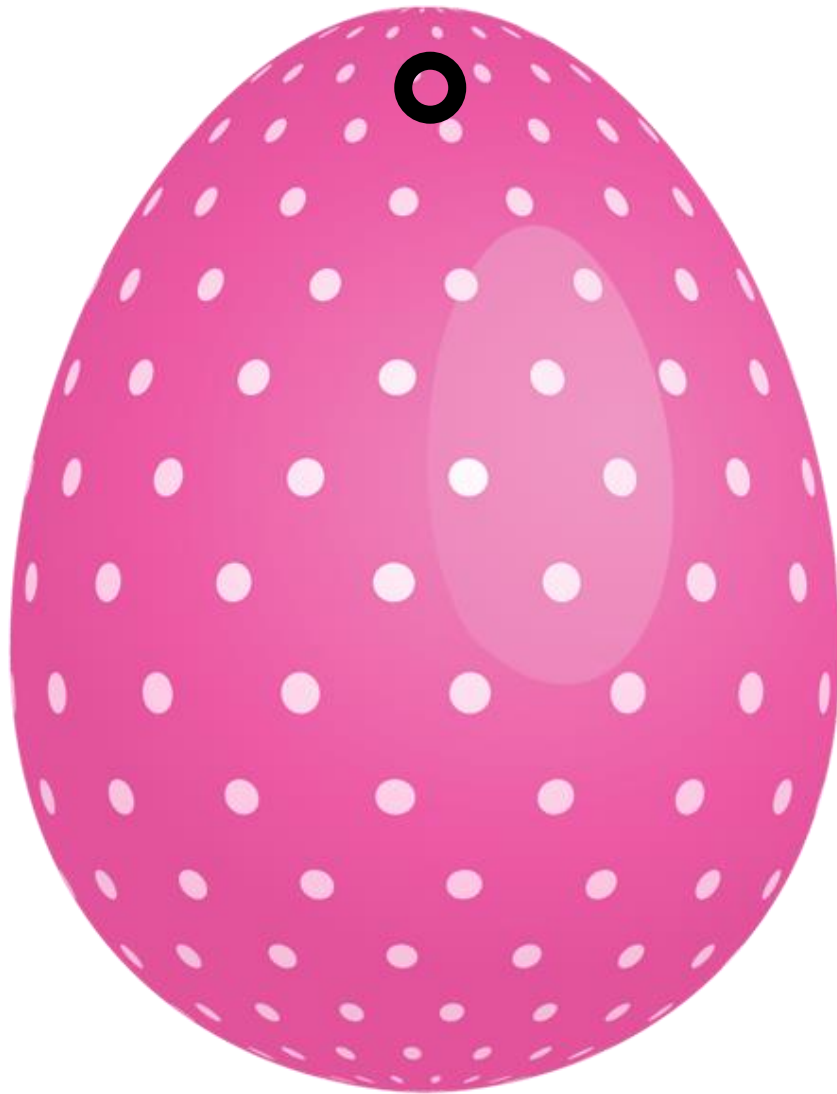
„Eierdrehen“ ist die österliche Version des beliebten Spiels „Flaschendreher“. Alle Schüler sitzen in einem Kreis. Ein Kind darf das Osterei in der Mitte drehen. Der Schüler, auf den das Ei zeigt darf eine Fitnessübung aussuchen und alle anderen Schüler machen mit. Zum Beispiel: 10 x Hampelmann, Liegestütze, Kniebeugen,...



### Eierdieb

Alle Schüler setzen sich in einen Kreis. Ein Kind setzt sich in die Mitte und nimmt die Rolle des Osterhasen ein. Dieses soll sein Nest mit Ostereiern mit verbundenen Augen bewachen. Die Schüler außerhalb des Kreises sind die Füchse und versuchen die Eier aus der Mitte zu stehlen. Das Kind in der Mitte muss sich auf die Geräusche konzentrieren und versuchen, den Fuchs zu erwischen, indem es in die richtige Richtung zeigt. Wurde der Dieb erwischt, werden die Rollen getauscht.





### Eierlöffel

Die Kinder bilden einen Kreis (evtl. 2 Kreise pro Klasse), zwei gegenüberstehende Kinder halten einen Löffel mit einem Ei (Tischtennisball...). Auf Kommando werden die Löffel mit den Eiern im Kreis rund gegeben, wobei die Eier nicht mit den Händen festgehalten werden dürfen. Die beiden Eier sollen sich nicht begegnen.

