

BEWEGUNGSGESCHICHTE FÜR KINDER: DER TRAUM VOM MÄRCHENWALD

Du hast fantastisch geschlafen, gähnst noch einmal kräftig und reckst die Glieder (gähnen und strecken). Aber was ist das (Kopf hin und her drehen, umschauchen)? Das ist nicht dein Zimmer. Du bist in einem Wald mit riesigen Bäumen, durch deren Blätter das Sonnenlicht blinzelt. Das muss ein Traum sein. Du bist neugierig und spazierst los (um den Stuhlkreis gehen).

Es gab noch kein Frühstück und du spürst, wie dein Magen knurrt (Bauch reiben). Da taucht ein Baum auf, an dem riesige Erdbeeren hängen. Sie sind richtig rot und sehen köstlich aus. Erdbeeren an einem Baum? Ja, du träumst. Du musst dich strecken, um an die leckeren Früchte heranzukommen (Auf Zehenspitzen, Arme strecken, aus der Luft pflücken). Du beißt in eine Erdbeere, sie ist saftig und süß. Aber warum fühlst du dich plötzlich so komisch? Der Boden kommt immer näher, du schrumpfst (in die Hocke gehen)! Oje, das darf so aber nicht bleiben. Du siehst dich Hilfe suchend um und hörst Stimmen (Hand in Lauschposition), auf die du eilig zu läufst (in der Hocke um den Stuhlkreis). Auf einer Lichtung triffst du sechs Zwerge bei der Gartenarbeit. Du winkst ihnen zur Begrüßung zu (winken).

Der Zwerg mit dem längsten Bart begrüßt dich freundlich (Hände schütteln). „Guten Tag kleiner Mensch. Schön, dass du vorbeikommst. Möchtest du unsere Nummer sieben sein? Wir werden überall gefragt, wieso wir nur zu sechst sind, wir können es nicht mehr hören! Und du hättest auf jeden Fall die richtige Größe. Das mit dem Bart kriegen wir auch noch hin, vielleicht basteln wir einfach was.“ Das willst du eigentlich nicht und antwortest schnell: „Äh, nein danke. Meine Eltern warten zuhause auf mich und ich hab morgen auch wieder Schule. Wisst ihr vielleicht, wie ich wieder groß werden kann?“ „So so, groß werden...keine Zwergen-Ehre...das wird eh keiner von uns“ murmelt er vor sich hin. Er zeigt auf ein Gewächs am Boden, an dem Miniatur-Birnen hängen. Wenn Erdbeeren von Bäumen einen Menschen schrumpfen können? Dann machen Birnen, die auf der Erde wachsen vielleicht groß? Du pflückst dir eine Hand voll und steckst sie in den Mund (so tun als ob). Du spürst, wie du wieder wächst (langsam aufstehen) aber was ist denn jetzt los? Es stoppt nicht. Du wirst immer größer und stößt dir den Kopf an den Baumkronen (auf die Zehenspitzen gehen). „He Zwerg, Hilfe!“ „Du wolltest groß sein, jetzt bist du es. Wir müssen jetzt los. Durchzählen Männer!“ (die Kinder zählen reihum durch bis sechs) und weg sind sie.

So langsam reicht es dir mit diesem seltsamen Traum. Wie bekommst du denn nun wieder deine normale Größe? Du machst dich erneut auf den Weg (auf Zehenspitzen um den Stuhlkreis laufen). Diesmal vernimmst du Wasser plätschern, schon bevor du den Brunnen sehen kannst. Auf dem Rand sitzt ein dicker Frosch und lacht „Was bist du denn für ein Lulatsch, wie ist die Luft da oben?“ „Ha ha, ich bin nicht freiwillig so riesig, musst du nicht eine goldene Kugel aus dem Wasser holen oder so etwas?“ Der Frosch kuckt kurz etwas beleidigt, aber schließlich hat er damit angefangen, sich lustig zu machen. „Ich weiß wie du den Traum beendest, trink einen Schluck von meinem Brunnenwasser. Dann schläfst du ein und wachst erholt in deinem Bett auf“ „Wirklich?“ „Klar, versuch es, sei kein Frosch!“ Du bückst dich tief runter zum Brunnenrand und schaufelst mit der Hand etwas Wasser in deinen Mund (bücken). Deine Augen werden direkt schwer und du sinkst auf den Boden (hinlegen).

Kurze Zeit später wachst du auf und liegst in deinem Bett.
Der Frosch hatte Recht! So ein verrückter Traum.