

Mighty Max, der Superheld

Eine Bewegungsgeschichte

Fast jedes Kind hat sich schon einmal gewünscht, Superkräfte zu besitzen. In dieser Bewegungsgeschichte werden die Kinder zum Superhelden und können ihre Kräfte als Mighty Max für das Gute einsetzen. Dabei helfen sie sowohl Mensch als auch Tier und vereiteln einen Aufstand. Abgesehen davon, dass diese Geschichte den Kindern viel Spaß liefert, stärkt sie auch ihre motorischen Fähigkeiten.

Vorbereitung: Bei Bedarf können unbekannte Worte vorab erklärt werden.

Zielgruppe: ältere Kindergartenkinder und Grundschüler

Rahmenbedingungen: Stuhlkreis (die Übungen werden auf der Stelle vor den jeweiligen Stühlen durchgeführt) oder im Klassenraum



Heute verwandeln wir uns alle in Mighty Max, den Superhelden. Wir **drehen uns drei Mal um uns selbst** und „Zack“ haben wir Superkräfte!

Wir **gehen** durch die Stadt und **schauen uns um** (*eine Hand über die Augen legen und hin und her schauen*), wer unsere Hilfe benötigt.

Wir **hören** ein jämmerliches Mauzen (*Hand hinter ein Ohr legen und lauschen*). Schnell **laufen** wir zu dem Geräusch und **stehen** vor einem hohen Baum (*alle Kinder laufen wieder zu ihrem Platz und bleiben stehen*). Wir **sehen hinauf** und können eine kleine Katze erkennen, die ganz oben in der Baumkrone auf einem Ast hockt.

Tata, jetzt kommt Mighty Max!

Wir **klettern** behände am Stamm des Baumes hinauf, **nehmen die kleine Katze**, halten sie vorsichtig mit einer Hand fest und **klettern wieder hinab**. Unten angekommen, **übergeben wir das Kätzchen** ihrer Besitzerin.

Nun **gehen** wir wieder durch die Straßen und **schauen uns um**. Wir sehen eine alte Dame, die mit ihren schweren Einkaufstaschen nicht über die viel befahrene Straße kommt.

Tata, doch hier kommt Mighty Max!

Wir **halten die Autos an** (*einen Arm nach vorn ausstrecken und den anderen nach oben halten*), nehmen die schweren Taschen in die eine Hand und **tragen die alte Dame** über die Straße (*beide Arme vor den Körper halten, als ob man jemanden tragen und dabei gehen würde*). Auf der anderen Straßenseite **setzen wir sie ab**, lassen die **Autos weiterfahren** (*die Autos winkend zum Fahren auffordern*) und **tragen die Einkaufstaschen** nach Hause.

Wir **gehen** wieder weiter und **schauen uns um**. Wir **hören** laute Stimmen und Geschrei. Das kommt vom Sportplatz. Wir **laufen schnell** dorthin.

Vermummte Fans stören ein Fußballspiel. Sie sind auf den Platz gelaufen und bedrängen die Spieler.

Tata, aber jetzt kommt Mighty Max!

Wir **rennen** auf das Spielfeld, schnappen uns immer einen Unruhestifter und **tragen** ihn aus dem Stadion (*mehrmals wiederholen*). Dort können sie dann niemanden mehr stören.

Nun **drehen** wir uns wieder drei Mal um die eigene Achse, **setzen** uns auf unseren Platz und **jubeln** unserer Mannschaft zu.

