

Fahrt im Hundeschlitten 4 Minuten

Liebe Kolleginnen, Liebe Eltern,
heute habe ich eine Entspannungsgeschichte vorbereitet.

Manchmal ist es nicht so leicht zur Ruhe zu kommen, der Alltag hat einen fest im Griff.
Mit Bildern, ruhiger Musik und einem gemütlichen kuscheligen Ort kann man versuchen in eine Entspannung helfen zu kommen, den Atem tiefer gehen zu lassen und Kraft zu schöpfen aus dieser Ruhephase...

Lassen Sie sich gerne ein auf die kleine Schlittenfahrt durch den Schnee..

Die Geschichte kann jederzeit abgekürzt, oder verlängert um die kursiv gesetzten Sätze verlängert werden. Ihre Phantasie darf sich hier ganz entfalten und Sie könne für und mit Ihrem Kind ein eigene Geschichte erfinden... darauf bin ich sehr neugierig, lassen sie mich bitte daran teilhaben...

**Suchen Sie sich einen gemütlichen, ruhigen Ort,
ein Decke für Sie und Ihr Kind, eventuell ein Kuscheltier und schon kann es losgehen...**

In den letzten Wochen hat es ordentlich geschneit.....

Wir haben es schneien lassen mit Puderzucker und mit Papierschnipseln ...

Und deshalb habe ich heute ich einen Hundeschlitten mitgebracht, mit dem ihr eine Ausfahrt im Schnee machen könnt...

Ihr seht im Schlitten ist viel Platz...

Macht es euch richtig gemütlich, vielleicht mag deine Mama, Papa, oder ein Geschwisterchen mit dazukommen... entscheidet wer mitfährt...

...nimm dir Zeit den Schlitten ganz bequem zu machen..

Kommt noch ein Kuscheltier dazu??

stellt euch vor ihr legt euch mit einer dicken Decke eingekuschelt in den Schlitten..

gerne könnt ihr euren Kopf leicht zudecken.... lasst den Mund und die Nase rausschauen ..

Die Hunde sind schon eingespannt und warten ungeduldig dass es los geht...

Sie zerren am Geschirr und bellen in froher Erwartung

Losgehts ruft ihr den Hunden zu und schon beginnen die Hunde euch durch den Schnee zu ziehen ,
zuerst seid Ihr seht schnell unterwegs, weil die Hunde so einen Spaß am Rennen haben
und so flitzt ihr über den Schnee....die Hundepopos wippen vor euch auf und ab ... das sieht ganz lustig aus... eine ganze Weile genießt ihr die Geschwindigkeit und spürt den Wind an den Wangen...

Allmählich werden die Hunde müder und sie werden langsamer ...

ganz langsam und sanft ziehen die Hunde euch jetzt über den Schnee durch die große weite weiße Welt .

*Dann ist ganz still, ihr hört gar nichts.. es gibt keinen Wind , ihr hört keine Vögel , ihr hört keine Autos, keine Flugzeuge . Es ist ganz ganz still . Ihr hört nur euren eigenen Atem und das leise Kratzen der Schneekufen auf dem Schnee, manchmal ein Bellen und Schnaufen der Hunde...
Beim Ausatmen seht ihr kleine weiße Wölkchen aus eurem Mund steigen so kalt ist es...
Gut dass ihr euch so eingekuschelt habt.*

Jetzt kommen wir durch einen Winterwald und der Hundeschlitten muss sich langsam durch die Bäume hindurch zwängen ...
manchmal schaukelt es ein bisschen hin und her, weil unter dem dicken Schnee einige Äste kreuz und quer liegen, oder verschneite Steine, die den Schlitten holpern lassen. Die Hunde schnaufen....
bekommen Hunger und wollen zurück ins Gehege, deshalb machen wir uns auf den Rückweg
Wir kommen an einem Schneemann vorbei der recht grimmig schaut

Dann seid ihr auch schon wieder zurück von der Tour mit dem Hundeschlitten.
Die Hunde werden versorgt

ihr könnt euch aus der warmen Decke herausschälen, streckt euch mal, macht euch groß, stellt euch auf die Zehenspitzen,
bückt euch dann ganz klein, stellt euch wieder hin und lasst mal die Arme nach rechts und links fliegen
und schaut mal wir sind wieder da wo ihr eure Reise mit dem Hundeschlitten gestartet habt....

Ich sage tschüss und freu mich auf ein neues kleines Abenteuer mit euch