



SIMPLY STRONG
EINFACH VIEL ERREICHEN

in Partnerschaft mit 

Das SIMPLY STRONG Bewegungsmärchen

Aufgabe:

Laufe am Stand und lausche der Geschichte aufmerksam. Im Märchen sind zwei Signalwörter versteckt, auf welche ihr mit einer Bewegungsaufgabe reagieren müsst. Hört ihr eine Form des Wortes „weiß“ macht ihr zwei Hampelmänner, bei dem Wort „rot“ steht ein Strecksprung am Programm. Im späteren Verlauf des Märchens könnt ihr zusätzlich auch die Bewegungen der Figuren passend imitieren.

Wie die Ausführung aussehen könnte, seht ihr im folgenden Video:

<https://www.youtube.com/watch?v=5ruk0Ki2IIQ&lc=Ugwd-1KpJc5g3gCL7AV4AaABAq>



Text:

Eine arme Frau lebt alleine in einem kleinen weißen Häuschen mit auffallend roten Fensterläden. Vor dem Haus ist ein Garten, darin stehen zwei Rosenbäumchen, davon trägt das eine Bäumchen *weiße Rosen* und das andere *rote Rosen*.

Die Frau hat zwei Kinder, welche den beiden Rosenbäumchen ähneln. Deswegen nannte sie die eine *Schneeweißchen* und die andere *Rosenrot*.

Die beiden Mädchen sehen sich sehr ähnlich und können fast nur anhand ihrer Kleider unterschieden werden. *Schneeweißchen* trägt immer ein *weißes* Kleid mit Herzen, *Rosenrot* ein *rotes* Kleid mit Blümchen.

Die Geschwister sind sehr fleißige Kinder: *Rosenrot* ist etwas aufgeweckter als *Schneeweißchen*. *Rosenrot* springt gerne in den Wiesen und Wäldern herum, während *Schneeweißchen* lieber schöne Blumen sucht oder Schmetterlinge beobachtet. Die beide helfen viel im Garten und sind ständig mit der *roten* Gartenschere zu sehen. Sie stutzen ihre Rosenbäumchen, schneiden die Hecke oder stöbern in ihrem *weißen* Gartenhäuschen am Ende des Grundstücks. Für die Vögel bauen sie jedes Jahr ein neues Vogelhaus und bemalen es in blauen, gelben und grünen Farben. Ein Jahr darf *Rosenrot* ein *rotes* Herz auf das Dach des Vogelhäuschens malen, das folgende Jahr darf *Schneeweißchen* ein *weißes* Herz darauf malen.

Schneeweißchen ist oft zu Hause bei der Mutter, hilft ihr in der Küche oder liest ihr aus ihrem Lieblingsbuch mit einem *dunkelroten* Umschlag vor. Beide Mädchen bemühen sich sehr um das Wohl ihrer Mutter. Sie erledigen die Einkäufe und kümmern sich um sie, wenn es ihr etwas schlechter geht. An sonnigen Tagen gehen *Schneeweißchen* und *Rosenrot* gerne auf das *rote* Mohnfeld und sammeln für ihre Mutter einen schönen großen Mohnblumenstrauß. Jeden Sonntag holen sie von den Wiesen einen schönen bunten Blumenstrauß für den Sonntagstisch. Grüne, rosa, lila und *rote* Blumen werden in die *weiße* Vase gesteckt.

Die beiden Mädchen haben sich sehr lieb. *Schneeweißchen* und *Rosenrot* gehen oft zusammen auf die Wiese oder sammeln *rote* Erdbeeren und *weiße* Pilze im Wald. Sie basteln sich gegenseitig Türkränze aus grünem Efeu und *roten* Beeren oder schenken sich Ketten in ihren Lieblingsfarben. Sie spielen auch viel gemeinsam im

Garten. Das Lieblingsspiel von *Schneeweißchen* ist Verstecken. *Rosenrot* spielt lieber Fangen. Wenn sie sich hinter dem Haus, den Büschen oder dem *weißen* Gartenhaus Verstecke sucht, fällt sie mit ihrem *roten* Kleid leicht auf. *Rosenrot* ist außerdem die Schnellere von den beiden, wodurch sie beim Fangenspielen meistens gewinnt.

Schneeweißchen und *Rosenrot* erlebten viele gemeinsame Abenteuer. Heute gehen die beiden in den Märchenwald und wir folgen ihnen. Sie machen sich nach dem Mittagessen auf den Weg und marschieren von ihrem weißen Häuschen los. Sie gehen gemütlich entlang eines Pfades, tratschen und erzählen sich von ihren Plänen. Sie kommen an einigen Büschen vorbei und naschen einige *rote* Beeren. Auch die ersten Frühlingsblumen entdecken sie. An einer Lichtung stehen unzählige *weiße* Maiglöckchen, welche sich der Sonne entgegenstrecken. Auch einige wenige *rote* Tulpen sehen sie vereinzelt im Wald. Nach einer halben Stunde hören sie raschelnde Blätter. Es wird immer lauter und die Geräusche kommen näher. Plötzlich sehen sie eine Gestalt und erkennen das Rumpelstilzchen, welches gerade um sein Feuer hüpfte. Die Mädchen schließen sich an und hüpfen mit. Sie springen einige Runden um das Feuer und rufen gemeinsam seinen Namen.

Schneeweißchen und *Rosenrot* wird es schnell zu heiß und sie beschließen weiterzugehen. Sie *springen* über Baumstämme, *weichen* einigen Ästen *aus* und erreichen nach einiger Zeit das Häuschen, wo Schneewittchen mit ihren 7 Zwergen wohnt. Die fleißigen Zwerge sind gerade dabei den Gemüsegarten *auszuheben*. Sie wollen einen Apfelbaum setzen und *graben* dafür ein großes Loch.

Einige andere Zwerge sind dabei Bäume zu *sägen* und Holz für den nächsten Winter zu *hacken*.

Schneewittchen sitzt gemütlich in einem Schaukelstuhl und beobachtet die Zwerge bei ihrer Arbeit. *Schneeweißchen* und *Rosenrot* winken Schneewittchen und den 7 Zwergen zu und wandern weiter. Am Wegesrand finden sie Waldbeeren. Sie *pflücken* und *essen* einige....

Sie müssen nun über einige Lacken und Steine und machen *große Schritte*, um nicht schmutzig zu werden oder an den Steinen hängen zu bleiben. Sie kommen bei einem Felsen vorbei und entdecken den Froschkönig auf einem Vorsprung sitzen. Die Mädchen sind bereits sehr durstig und möchten ihren Durst stillen. Sie fragen den Froschkönig, ob er eine Wasserstelle kennt. Dieser verweist sie auf seinen Brunnen und leitet ihnen den Weg. Gemeinsam *hüpfen* sie zu dem Brunnen des Froschkönigs, zu welchem bald die Königstochter kommen wird und den Froschkönig mit einem Kuss von seinem Fluch erlöst.

Schneeweißchen und *Rosenrot* trinken und bedanken sich für die Hilfe des Froschkönigs. Sie machen sich weiter auf die Reise und erreichen schon bald den Turm von Rapunzel. Sie versuchen *hinaufzuklettern*, um ihr aus dem Gefängnis zu helfen. Doch die beiden scheitern bei jedem Versuch. Sie versuchen *hinaufzuspringen*, aber auch das klappt nicht. Von Weitem hören sie Hufgeräusche. Glücklicherweise nähert sich bereits der Sohn des Königs auf seinem Pferd. Er stoppt vor dem Turm und strahlt sie an. „Rapunzel, Rapunzel. Lass dein Haar herunter!“. Er *klettert* auf ihren Haaren hinauf und befreit sie aus dem Turm. *Schneeweißchen* und *Rosenrot jubeln* und freuen sich für das Paar.

Weil sie in dieselbe Richtung mussten, nimmt der Königssohn die beiden Mädchen mit und sie *reiten* in das nächste Dorf. Dort treffen sie Aschenputtel auf dem großen Dorfplatz, welche für ihren großen Auftritt beim Ball übt. Sie *tanz*t im Kreis und stellt sich vor den Prinzen in den Armen zu halten.

Schneeweißchen und *Rosenrot* bekommen langsam Hunger und beschließen vom Knusperhäuschen im Wald Lebkuchen zu holen, bevor sie sich auf ihren Heimweg begeben.

Und wenn sie nicht gestorben sind, dann wandern sie noch heute gemeinsam durch den Märchenwald....