

„Wir lernen unsere Finger und Hände besser kennen“

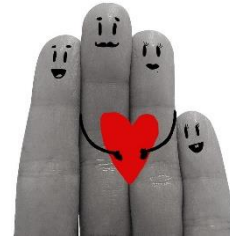
Damit deine Finger und Hände wieder gut vorbereitet sind, dürfen sie zuerst ein bisschen tanzen ☺

Fingerspiel:

„Zehn kleine Zappelmänner“

<https://www.youtube.com/watch?v=ui-9DgkerWI>

Zehn kleine Zappelmänner
Zappeln hin und her,
Zehn kleinen Zappelmännern
Fällt das gar nicht schwer.



Alle Finger wackeln in der Luft, die Hände bewegen sich von links nach rechts und wieder zurück

Zehn kleine Zappelmänner
Zappeln auf und nieder,
Zehn kleine Zappelmänner
Tun das immer wieder.

Alle Finger wackeln in der Luft, die Hände bewegen sich hoch und runter

Zehn kleine Zappelmänner
Zappeln rund herum,
Zehn kleine Zappelmänner
die sind gar nicht dumm.

Alle Finger wackeln in der Luft, die Hände bewegen sich im Kreis herum

Zehn kleine Zappelmänner
suchen ein Versteck,
Zehn kleine Zappelmänner
Sind auf einmal weg.

Hände hinter dem Rücken verstecken

Zehn kleine Zappelmänner
Rufen laut: "Hurra!

Zehn kleine Zappelmänner
Sind jetzt wieder da.

Hände hinter dem Rücken vor holen und winken

Was du nun brauchst:

- zwei Blätter Papier
- Einen Stift
- Fünf verschiedene Farben mit denen du deine Finger bunt markieren kannst (jeden Finger mit einer anderen Farbe)
- Ein Gummiband, das gut um dein Handgelenk passt, kann auch ein Zopfgummi sein
- Mama oder Papa die dir helfen können
- Musik (Liedertipp: https://www.youtube.com/watch?v=pvM9BE6_XRI)

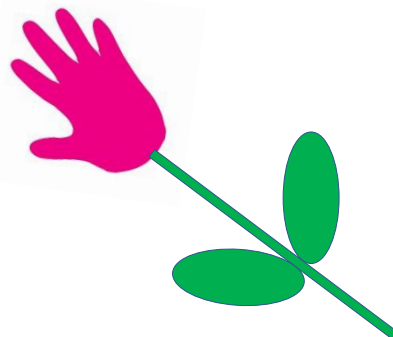
Und los geht's:

1. Lege deine linke Hand flach auf ein Blatt Papier, sodass alle Finger dicht zusammen liegen und male diese ab; ziehe auch zwischen den Fingern Striche
2. Wiederhole das Ganze mit deiner rechten Hand auf dem anderen Blatt Papier
3. Wenn du magst, dann kann Mama oder Papa dir helfen auch Fingernägel an die aufgemalten Finger zu malen
4. Lege nun das Gummibändchen um dein linkes Handgelenk, sodass du deine linke Hand immer erkennen kannst und lass deine Hände auf den gemalten Umrissen auf dem Papier liegen
5. Mache dir deine Lieblingsmusik an und lasse deine Hände im Takt des Liedes auf und ab wippen (Liedertipp: https://www.youtube.com/watch?v=pvM9BE6_XRI), achte dabei darauf, dass deine Unterarme und die Handgelenke ruhig liegen bleiben und sich nur die Hände vom Tisch abheben
6. Bei der nächsten Wiederholung hüpfen deine Hände wie Scheibenwischer von links nach rechts, achte auch hier wieder darauf, dass die Handgelenke, sowie die Unterarme möglichst ruhig liegen bleiben
7. Nun lausche deiner Mama oder deinem Papa, denn sie können dir jetzt sagen, welche Hand zur Musik hüpfen soll, überlege genau, wo ist die linke und wo ist die rechte Hand; als Hilfe hast du das Bändchen
8. Und jetzt dürfen die einzelnen Finger hopsen 😊 bemale jeden Finger deiner linken Hand mit einem anderen Farbpunkt (die jeweils gleichen Finger der rechten Hand erhalten die gleiche Farbe, z.B. beide Zeigefinger haben einen roten Punkt)
9. Benenne jetzt zusammen mit Mama und Papa deine Finger (Daumen, Zeigefinger...)
10. Mach die nun wieder die Musik an und lass jetzt die Finger zur Musik hüpfen (Daumen, Zeigefinger, Mittelfinger, Ringfinger, kleiner Finger); wenn es mit beiden Händen gleichzeitig zu schwer ist, dann beginne nur mit einer Hand und wiederhole es mit der anderen; achte hier darauf, dass sich nur die Finger bewegen und die Hände ansonsten ganz ruhig liegen bleiben
11. Wenn das Lied zu ende ist, dürfen Mama oder Papa eine Farbe sagen und dann hüpfen nur die Finger mit der Farbe; anschließend sagst du auch noch wie der Finger richtig heißt
12. Nachdem deine Hände und Finger jetzt so fleißig gehüpft haben, darfst du sie kräftig ausschütteln. Das hast du ganz toll gemacht 😊

Wenn du noch Lust zum Basteln hast, dann habe ich einen Vorschlag für dich:

Was du dazu brauchst:

- Papier
- Schere
- Kleber, am besten Tesafilm
- Bunte Stifte
- Strohhalme



Und so geht's:

1. Male deine Hände mit gespreizten Fingern auf einem Papier ab, mach das so oft, so viele Blumen du haben magst
2. Male die Hände bunt aus und schneide sie entlang der äußeren Linie aus
3. Male dir auf das Papier auch noch grüne Blätter auf und schneide sie aus
4. Klebe nun alles mit dem Tesafilm an den Strohalm und fertig sind die Blumen