



## Ein sportliches Mitmach- und Bewegungsgedicht für die Osterzeit – der Osterhase hat Schnupfen

„Hatschi!“, so niest der Osterhase,  
wischt sich heimlich seine Nase.

*Ganz laut niesen und sich die Nase wischen*

Schaut, es geht ihm gar nicht gut,  
gleich verlässt ihn schon der Mut.

*Die Schultern und den Kopf hängen lassen und ganz laut seufzen*

Hockt sich hin ins tiefe Gras,  
doch Osterhase, nass ist das Gras.

*In die Hocke gehen und frieren und zittern*

Osterhase, schüttel dein Fell!  
Schüttel das Wasser heraus, schnell, schnell!

*Aufstehen und die Beine und Arme sacht ausschütteln*

Stampf mit den Pfoten, lieber Hase,  
damit dir warm wird an Füßen und Nase.

*Mit den Füßen auf der Stelle stampfen*

Lauf auf der Stelle und wärm dich auf,  
zeig uns deinen Hasenlauf!

*Auf der Stelle laufen*

Jetzt schwing mit den Armen,  
zurück und nach vorn,  
schwing mit den Armen,  
den Füßen, den Ohr'n!

*Die Arme vorwärts und rückwärts schwingen*

Jetzt reib deine Arme und mach sie warm,  
reib über Hände und über die Arm'!

*Mit den Händen über die Arme reiben*

Tanz auf der Stelle, dreh' dich im Kreise,  
tanz auf Osterhasenweise!

*Auf der Stelle tanzen oder sich im Kreis drehen*

Stopp, was ist das: Der Schnupfen ist weg?  
Rührt euch nicht weg von euerm Fleck!

*Stehen bleiben und ganz leise sein, „Pssst!“ machen*

Kein Niesen, kein Schnupfen,  
geschafft und juchu,  
der Hase ist fit,  
wir kommen zur Ruh'.

*Jubeln, dann setzen sich die Kinder hin und ruhen kurz aus*

*Wir wünschen Euch viel Spaß!*

*Dein Anzenkirchner Kita- Team*