

# Rückenmassage: **Wir backen Plätzchen**



Material:  
Decke oder Matte

Spielidee:  
Jeweils zwei Kinder tun sich zusammen. Eines der Kinder legt sich auf den Bauch und das andere Kind massiert seinen Partner. Am besten führt ihr mit einem Kind die Geschichte parallel vor.

|  |  |
|--|--|
| Zuerst streuen wir das Mehl auf die Backunterlage.   | <i>Die Fingerspitzen auf dem Rücken tippeln lassen</i>   |
| Dann schneiden wir die Butter in Stücke und verteilen sie auf dem Mehl.  | <i>Mit der Handkante so tun als würde man schneiden und mit der flachen Hand klopfen.</i>                                    |
| Nun Zucker darüber streuen. Ebenso Vanillezucker verteilen.  | <i>Punktuell auf den Rücken drücken</i>  |
| Eier aufschlagen und auf die Zutaten geben.  | <i>Mit beiden Händen einmal klopfen und dann die Finger von der Stelle ausbreiten</i>  |
| Jetzt alles gut verkneten.   | <i>Knetbewegungen machen</i>   |
| Den Teig zu einer Kugel rollen.  | <i>Kreisbewegungen durchführen</i>   |
| Nun alles mit dem Nudelholz auswellen.   | <i>Mit dem Handballen über den Rücken fahren</i>   |
| Jetzt stechen wir die Plätzchen mit unseren Ausstechformen aus.  | <i>Mit den Fingerspitzen einen Kreis formen und drücken</i>  |
| Das Backblech mit Backpapier auslegen und die Plätzchen auf das Backblech legen.   | <i>Beide Hände flach auf den Rücken drücken und dann mit den Fingerspitzen wieder auf den Rücken drücken</i>                 |
| Den Backofen aufheizen.  | <i>Die Handflächen aneinander reiben und auf den Rücken legen</i>  |
| Die Plätzchen in den Ofen schieben und backen lassen.<br>Nun sind die Plätzchen fertig. Wir holen sie aus dem Ofen und lassen sie abkühlen.<br>Jetzt können wir sie alle aufessen. | <i>Über den Rücken pusten</i><br><br><i>Sinnbildlich die Plätzchen vom Rücken nehmen, in den Mund geben und essen/kauen.</i> |
| <b>Und nun jetzt einem ein Rollenwechsel!</b>  |  |



Förderziele:

- Entspannung
- Konzentration
- Merkfähigkeit
- Taktile Wahrnehmung

Idee von: Bahar Ergüven (Motopädin)