

	<b>Programmblock</b>	Nr. 023
<b>Mein Körper – Füsse spielen Theater</b>	<b>Physische Gesundheit</b>	<b>D</b>
<b>Teilnehmer:</b>	alle	
<b>Altersstufe:</b>	7-16	
<b>Ort:</b>	Haus- oder Zeltlager	

### **Ziel**

Die TN erfahren die Beweglichkeit ihrer Füsse und gehen spielerisch damit um.

### **Ablauf**

#### **Einstieg**

Alle ziehen die Socken und Schuhe aus. Alle TN baden ihre Füsse und massieren sie anschliessend. Evtl. kann dem Baden auch ein Kneipp-Parcours vorausgehen. Lasst es euren Füssen gutgehen!

#### **Hauptteil**

Gegenseitig werden einander nun Gesichter auf die Füsse gemalt. Wer hat am meisten Runzeln im Gesicht? So beginnen die „Fuss – Gesichter“ sicher bald miteinander zu sprechen – vielleicht entsteht eine Geschichte aus diesen Begegnungen!

Für ein Fusstheater legt ihr euch am besten auf den Rücken und haltet die Beine hoch. Die „Fuss – Figuren“ spielen oberhalb eines Tuches, welches die Kinder und Jugendlichen dahinter verdeckt.

#### **Ausstieg**

Vorführung der entstandenen Theaterstücke.  
Reinigen der Füsse, ev. die Füsse noch einmal verwöhnen

### **Material**

Schminke, Stangen und Tuch für Bühne, evtl. Wolle oder Fell für Perücken, Material für Fussbad, Fusscrème. Anleitungen für Fussmassagen gibt es auf YouTube oder in der Fachliteratur.