

Themenpaket
Wohlfühloasen
Inseln der Entspannung,
Konzentration und Ruhe



Stadt **GRAZ** *Bibliothek*

8020 Graz, Andräggasse 13
Tel.: 0316/872-800
und 0316/872-4970
Fax: 0316/872-4969
stadtbibliothek@stadt.graz.at

www.stadtbibliothek.graz.at

Sich fallen lassen, zur Ruhe kommen. Farben sehen und spüren, auf sich wirken lassen, Entspannen, Fußsprudelbecken, Rückenschulung, Fantasiereisen, Massageecken, Wahrnehmungsspiele, Stille-Übungen zur Sinnesschulung, Klangschalen, Farbduschen, Entspannungsmusik, Quigong und Autogenes Training. Den eigenen Körper mit allen Sinnen als Ganzes wahrzunehmen und zu spüren, die eigenen Kräfte zu entdecken und achtsam mit ihnen umzugehen. Lebensfreude, Selbstvertrauen und Gelassenheit im Umgang mit Stress wecken und stärken? Und zwar bei ErzieherInnen und Kindern zugleich? Und das alles in der Schule oder einer Kindertageseinrichtung?

Das Themenpaket „Wohlfühloasen“ bietet viele Impulse und einfache und schnell umsetzbare Ideen und Projekte, die sowohl Kindern als auch ihren ErzieherInnen helfen, sich in ihrer Einrichtung wohl zu fühlen – kurzum um im Schulalltag mit einfachen Mitteln „Inseln der Entspannung, Konzentration und Ruhe“ zu schaffen.

Aus dem Inhalt:

- Fantasiereisen, Entspannungsspiele und –geschichten für Kinder
- Rückenschule für Kinder
- Entspannung, Konzentration und Ruhe durch Quigong und Autogenes Training
- Massagen, Wahrnehmungs- und Interaktionsspiele
- Lärm und Gesundheit
- Ich fühl mich wohl – Körpererfahrung
- Streicheltöne – CDs zum Entspannen u. v. m.

Zielgruppe: Kinder von 5 bis 10 Jahren

Leihfrist: 6 Wochen

Inhalt:

Dieses Themenpaket enthält insgesamt 31 Medien:

Bücher	24 (davon 3 mit CD und eines mit CD-ROM)
Audio-CDs	7

Stand: März 2007

Bearb: Rechberger Heike

Da wir mit unseren Themenpaketen Ihren pädagogischen Interessen und Bedürfnissen gerecht werden möchten, stehen wir Ihnen für Rückfragen, Anfragen, Verbesserungsvorschläge, Anregungen und Anschaffungswünsche gerne zur Verfügung.

Kontakt:

Hauptbibliothek Zanklhof
Belgiergasse/Feuerbachgasse
8020 Graz

Telefon: 0316/872 4970 oder 872 800

Fax: 0316/872 4969

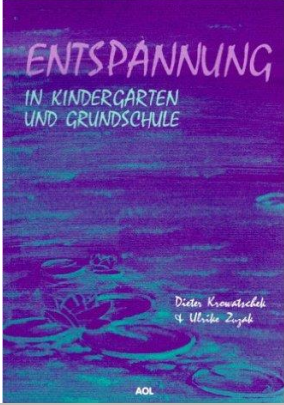
E-mail: stadtbibliothek.themenpakete@stadt.graz.at


Internet: www.stadtbibliothek.graz.at

Inhaltsverzeichnis:

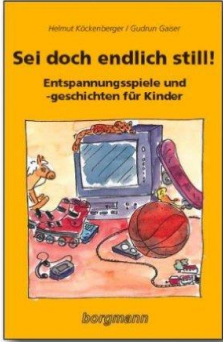
1. Fantasiereisen, Entspannungsspiele und –geschichten für Kinder	4
Entspannung in Kindergarten und Grundschule	4
Entspannung für Kinder: Zaubergarten und Lieblingswiese	4
Snoezelen.....	5
Sei doch endlich still!	5
Sternreisen	6
Pico Pilonjas Abenteuer	7
Auf sanften Pfoten schleicht die Katz.....	7
2. Entspannung, Konzentration und Ruhe	8
Qigong in der Schule.....	8
Autogenes Training für Kinder	9
3. Rückenschule für Kinder.....	10
Happy Bandschis	10
Rückenschule für Kinder, ein Kinderspiel	10
Die Rückenschule für Kinder	11
Auf deinem Rücken tut sich was... ..	11
4. Massagen, Wahrnehmungs- und Interaktionsspiele	12
Streichelgeschichten	12
Streichelwiese	12
Streicheln, Spüren, Selbstvertrauen	13
Viele kleine Streichelhände	13
5. Lärm und Gesundheit	14
Sei doch endlich still!	Fehler! Textmarke nicht definiert.
Lärm und Gesundheit.....	14
Kindern Stille als Erlebnis bereiten	15
6. Ich fühl mich wohl - Körpererfahrung	16
Ich fühl' mich wohl in meinem Körper	16
Kinderfüße-Kinderschuhe.....	16
Nase, Bauch und Po	17
7. Streicheltöne – CDs zum Entspannen	18
LiederBuchCD. Ein kleiner Käfer geht spazieren	18
Nase, Bauch und Po	18
Sternreisen	19
Streicheltöne - Wohlfühlmassagen	20
Streichelwiese	20
Traumstunden für Kinder.....	19


1. Fantasiereisen, Entspannungsspiele und -geschichten für Kinder

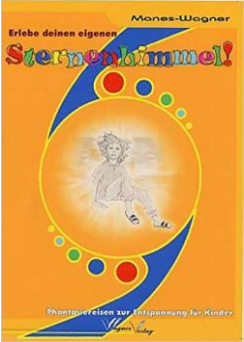
	Entspannung in Kindergarten und Grundschule	
	Titelzusatz:	Mit CD. AOL-CD-Collection
Personen:	Herausgeber: Hertha Beuschel-Menzel Text: Krowatschek, Dieter; Zuzak, Ulrike	
Verlag:	Aol	
Umfang:	96 Seiten	
Sprache:	Deutsch	
Ausgabe:	Kartoniert	
Erschienen:	01.2004	
Preis:	10,30 €	
ISBN:	3-89111-552-0	
Annotation/ Beschreibung	<p>Entspannte Kinder spielen fröhlicher, fühlen sich gesünder, schlafen ruhiger, können besser miteinander umgehen, entwickeln mehr Fantasie, können mehr erzählen und genießen ihren Alltag. Dasselbe gilt für die Erzieher und Lehrerinnen, die durch den täglichen, ritualisierten Einsatz von Entspannungsübungen sich und den Kindern zu einem entspannteren (Schul-)Leben verhelfen. Die Erzieherinnen und Lehrer erfahren, wie sie Stresssymptome bei Kindern frühzeitig erkennen, welche Formen des Umgangs sie einüben sollen und welche Entspannungsverfahren es gibt. Dann bietet das Buch ganz konkrete Übungen für Kinder in den Bereichen Stille, entspanntes Atmen, Entspannung der Muskeln, Malen mit Musik, Fantasierätsel, Fantasiereisen ...</p>	
1 Exemplar	Beilage:	CD

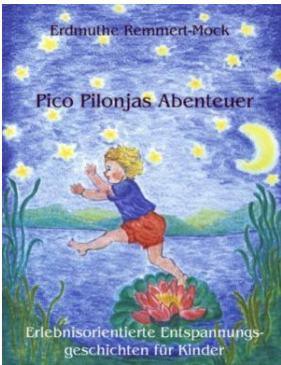
	Verfasser:	Fuhrmann, Elke
	Entspannung für Kinder: Zaubergarten und Lieblingswiese	
Titelzusatz:	Buch mit Audio-CD. Entspannung für Kinder. 14 Entspannungsgeschichten zum Vorlesen und auf CD. Fördert Konzentration, Phantasie und Lernvermögen	
Verlag:	Humboldt	
Umfang:	128 Seiten	
Sprache:	Deutsch	
Ausgabe:	Kartoniert	
Erschienen:	03.2004	
Preis:	10,10 €	
ISBN:	3-89994-880-7	
Annotation/ Beschreibung	<p>Kinder leiden heute oft unter Leistungsdruck, Stress und Reizüberflutung. Sie verfügen noch nicht in dem Ausmaß wie die Erwachsenen über Möglichkeiten, Eindrücke und Erfahrungen zu verarbeiten. Spannungszustände, wie Aggressivität, Nervosität und Konzentrationsschwäche, sind die Folge. Dieses Buch zeigt Wege zu innerer Ruhe und Selbstbewusstsein. Vierzehn einfühlsame Entspannungsgeschichten zum Vorlesen oder auf CD fördern ganz gezielt Fantasie, Konzentration und Erinnerungsvermögen. Die Geschichten sind mit Grundübungen zum autogenen Training kombiniert und enthalten bildhafte Formeln zum Einprägen. Abwechslungsreiche Wahrnehmungs-, Sinnes- und Konzentrationsspiele sorgen für noch mehr Spaß beim Sich-Entspannen und Sich-Konzentrieren!</p>	
1 Exemplar	Beilage:	CD

	Verfasser:	Günther, Sybille
	Snoezelen	
	Titelzusatz:	Traumstunden für Kinder. Praxishandbuch zur Entspannung und Entfaltung der Sinne. Mit Anregungen zur Raumgestaltung, Fantasiereisen, Spielen und Materialhinweisen
	Personen:	Illustrator: Vanessa Paulzen
	Verlag:	Oekotopia
	Umfang:	128 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	05.2002
	Alter:	Ab 4 Jahren
Preis:	17,40 €	
ISBN:	3-931902-94-3	
Annotation/ Beschreibung	<p>Snoezelen ist eine Wortspielerei, ein Kunstwort. Snoezelen - gesprochen Snuselen - ist eine Kombination der holländischen Wörter "doezelen" (dösen) und "snuffelen" (schnuppern oder schnüffeln). Unter dem Begriff "doezelen" ist Entspannung zu verstehen, mit dem Begriff "snuffelen" ist nicht nur schnuppern, sondern sind alle Wahrnehmungsbereiche wie Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten gemeint. Die Atmosphäre des weißen Raumes, seine bequeme Lieglandschaft, die Lichtpunkte der Spiegelkugel, die sternengleich den Raum erhellen, die bunten Luftbläschen der Blubbersäulen und leise Entspannungsmusik laden BesucherInnen von Snoezelenräumen ein, die Seele baumeln zu lassen und mit den Sinnen spazieren zu gehen.</p> <p>Das Buch vermittelt erstmalig umfassend Kompetenz zum Snoezelen: Wissenswertes über Raumgestaltung, Zielsetzung und Methodik, Grundlagen zur Entspannung und Wahrnehmung, Informationen über die Wirkung von Farben, Düften und Musik, fantasievolle Entspannungsgeschichten und neue Spiele und Materialien für alle Sinne. Snoezelen ist ein Begriff, der im therapeutischen Bereich längst ein Synonym für entspannte Sinneswahrnehmung in entspannter Atmosphäre ist.</p>	
1 Exemplar		

	Verfasser:	Köckenberger, Helmut; Gaiser, Gudrun
	Sei doch endlich still!	
	Titelzusatz:	Entspannungsspiele und -geschichten für Kinder
	Verlag:	Borgmann Publishing
	Umfang:	Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	07.2004
	Preis:	18,00 €
	ISBN:	3-86145-089-5
Annotation/ Beschreibung	<p>Seit einigen Jahren ist zu beobachten, daß immer mehr Kinder unruhig, unkonzentriert und leicht ablenkbar sind. Dieses praxisbezogene Buch gibt eine Fülle von Anregungen, wie diese Kinder spielerisch zur Ruhe und Entspannung geführt werden können. Es enthält Spiele, eine Sammlung von Entspannungsgeschichten, Stundenbilder als Beispiel für Unterrichts-/Therapieeinsätze sowie methodische Hinweise für die Durchführung. Der Spieleteil ist folgendermaßen gegliedert: Stop-and-go-Spiele, beruhigende Spiele, Körpererfahrungsspiele, Atemspiele, Konzentrationsspiele, Massage- und Taktile Spiele, Traumgeschichten, Spiele für den psycho-emotionalen Bereich.</p>	
1 Exemplar		


	Verfasser:	Krebs, Wolfgang; Horn, Reinhard
	Sternreisen	
	Titelzusatz:	Sieben Traumreisen für Kinder
	Personen:	Illustrator: Margret Bernard
	Verlag:	Kontakte Musikverlag
	Umfang:	70 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Gebunden
	Erschienen:	08.2005
	Alter:	Ab 5 Jahren
Preis:	13,20 €	
ISBN:	3-89617-171-2	
Annotation/ Beschreibung		
1 Exemplar		


	Verfasser:	Manes-Wagner
	Erlebe deinen eigenen Sternenhimmel!	
	Verlag:	Wagner Verlag
	Umfang:	67 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	2003
	Preis:	
	ISBN:	3-935232-05-5
	Annotation/ Beschreibung	<p>Die Geschichte in diesem Buch laden zu entspannenden Reisen ein. Beim Lesen oder Zuhören konzentrieren sich in die Sinne der Kinder auf ein eigenes Erleben, intensives Fühlen, Hören und Sehen. Bereits sehr junge Kinder leiden bei oder vor manchen Situationen an Bauchweh – zum Beispiel weil sie Angst vor dem nächsten Tag im Kindergarten oder in der Schule haben.</p> <p>Diese Angst kann sich auch durch nächtliches Aufwachen bemerkbar machen. Eine entsprechende Entspannung, die die Kinder ablenkt und dafür sorgt, dass es ihnen besser geht, kann hierbei helfen Schlafstörungen, Stress und Ängste abzubauen. Da die Kinder sich auf die Entspannungsgeschichten automatisch konzentrieren wird dabei aber auch die Konzentrationsfähigkeit des Kindes gefördert. Die pädagogisch wertvollen Geschichten in diesem Buch stärken und fördern das Selbstvertrauen und die Persönlichkeit der Kinder.</p> <p>Die Entspannungsgeschichten, die in diesem Buch zusammengestellt wurden, eignen sich nicht nur zum Vorlesen. Die Geschichten wurden so geschrieben, dass die Kinder sie auch selbst lesen und sich dabei entspannen können. Da viele Kinder sich bei diesen Entspannungsgeschichten fantasievolle Gedanken machen und ihren Alltag vergessen, eignen sich diese Geschichten auch sehr gut als „Gute-Nacht-Geschichten“, denn die Kinder „schalten ab“ und können so besser einschlafen.</p>
1 Exemplar		

	Verfasser:	Remmert-Mock, Erdmuthe
	Pico Pilonjas Abenteuer	
	Titelzusatz:	Erlebnisorientierte Entspannungsgeschichten für Kinder
	Verlag:	Books on Demand
	Umfang:	132 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	2005
	Preis:	13,90 €
	ISBN:	3-8334-3268-3
Annotation/ Beschreibung	<p>Pico Pilonja und seine Freunde suchen Abenteuer: im Wald, am Wasserfall, im Moor, bei den Räufern und im Zauberschloss. Pico führt Kinder im Alter von vier bis zehn Jahren in eine erlebnisreiche und phantasieanregende Welt. Statt Reizüberflutung erleben die Kinder beim Zuhören und Selberlesen ein ausgewogenes Gefühl von Spannung, Ruhe und Entspannung.</p>	
1 Exemplar		

	Verfasser:	Seyffert, Sabine
	Auf sanften Pfoten schleicht die Katze	
	Titelzusatz:	Übungen und Geschichten zum Bewegen und Entspannen
	Verlag:	Kösel
	Umfang:	127 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Gebunden
	Erschienen:	04.2002
	Alter:	Ab 8 Jahren
	ISBN:	3466305152
Annotation/ Beschreibung	<p>Die weithin bekannte und erfolgreiche Entspannungspädagogin Sabine Seyffert weiß aus Erfahrung, dass Ruhe allein bei Kindern nicht zur Entspannung führt. Im Gegenteil: Vielen Kindern fehlt es heute an genügend Bewegung. Dieser Bewegungsmangel kann zu erhöhtem Stress führen. Sabine Seyffert hat aus diesem Grund Bewegung und Entspannung miteinander kombiniert: Auf der Basis einer phantasievollen Geschichte werden die Kinder zu geordneten Bewegungsabläufen eingeladen, die alle ruhig und entspannt ausklingen. Hierbei sind viele schöne Geschichten entstanden, die zudem mit einer Reihe von Entspannungsrätseln ergänzt wurden. Und für alle, die sich gern von wunderschönen und vierfarbigen Bildern ins Reich der Phantasie entführen lassen, haben Karin Schliehe und Bernhard Mark die Geschichten illustriert.</p>	
1 Exemplar		

2. Konzentration und Ruhe


	Verfasser:	Brunner, Reinhard; Altner, Nils
	Qigong in der Schule	
	Titelzusatz:	Entspannung, Konzentration und Ruhe.
	Personen:	Fotograf: Lena Brunner
	Verlag:	Verlag an der Ruhr
	Umfang:	95 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	01.2004
	Alter:	Für Klasse 3-6
Preis:	19,00 €	
ISBN:	3-86072-872-5	
Annotation/ Beschreibung	<p>Man kann die Überreizung der Sinne kaum mehr vermeiden. Zur-Ruhe-kommen, sich auf Lerninhalte einlassen und sich im Unterricht auf Aufgaben konzentrieren bedeutet für viele Kinder und Jugendliche daher Schwerarbeit. Mit den sehr einfach zu lernenden Qigong-Übungen in diesem Buch finden die Schüler ihr inneres Gleichgewicht allmählich wieder und üben ihre Aufmerksamkeit zu bündeln. Die in Tiergeschichten eingebetteten Bewegungsabläufe und zahlreichen Fotos machen den Zugang zu dieser Entspannungstechnik auch für jüngere Kinder einfach. Und die sportlich und motorisch ungeübten Kinder können durch die ruhigen und fließenden Bewegungen wieder positive Körpererfahrungen sammeln.</p>	
1 Exemplar		

	Verfasser:	Rita Greine
	Wohlfühloasen in Kindertageseinrichtungen	
	Verlag:	Beltz
	Umfang:	92 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Gebunden
	Erschienen:	2002
	Alter:	Für Klasse 3-6
Preis:	20,50€	
ISBN:	3-407-56227-6	
Annotation/ Beschreibung	<p>Sich fallen lassen, zur Ruhe kommen. Farben sehen und spüren, auf sich wirken lassen. Entspannen. Fußsprudelbecken, Massageecken, Klangschalen, Farbduschen, Entspannungsmusik, Walking-Treff. Und das alles in einer Kindertageseinrichtung?</p> <p>Die Autorin stellt in diesem Buch einfache und schnell umsetzbare Ideen und Projekte vor, die Kindern und ErzieherInnen helfen, sich in ihrer Einrichtung wohl zu fühlen, den eigenen Körper mit allen Sinnen als Ganzes wahrzunehmen und zu spüren, die eigenen Kräfte zu entdecken und achtsam mit ihnen umzugehen. Lebensfreude, Selbstvertrauen und Gelassenheit im Umgang mit Stress werden geweckt und gestärkt, und zwar bei ErzieherInnen und Kindern zugleich!</p>	
1 Exemplar		


	Verfasser: Hennig, Marita
Autogenes Training für Kinder	
Titelzusatz:	Stressabbau und Konzentration mit dem bewährten Entspannungskonzept. 7-Wochen-Übungsprogramm. Extra: Fantasiegeschichten mit Anleitungen
Verlag:	Droemer
Umfang:	80 Seiten
Sprache:	Deutsch
Ausgabe:	Kartoniert
Erschienen:	02.2003
Preis:	15,40 €
ISBN:	3-426-66738-X
Annotation/ Beschreibung	Autogenes Training ist die ideale Entspannungsmethode für Kinder, denn ihr Vorstellungsvermögen ist hervorragend ausgebildet. - Autogenes Training fördert Ausgeglichenheit, Konzentration, Selbstbewusstsein, kreative und soziale Fähigkeiten - In der Praxis bewährtes 7-Schritte-Programm - Leicht verständliche Übungen in Wort, Bild und Ton - Mit CD.
1 Exemplar	Beilage: CD

3. Rückenschule für Kinder


	Verfasser:	Kollmuss, Sabine
	Happy Bandschis	
<p>Annotation/ Beschreibung</p>	Titelzusatz:	Rückenfreundliches Verhalten im Alltag - ein Kinderspiel. Die 'andere' Rückenschule für Eltern und Erzieher
	Verlag:	Pflaum
	Umfang:	75 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	2003
	Preis:	7,80 €
	ISBN:	3-7905-0909-4
	<p>Als Kinder denken wir normalerweise noch nicht an die "Bandschis", unsere Bandscheiben. Doch für uns Erwachsene sind Rückenschmerzen und Bandscheibenprobleme keine Fremdwörter mehr. Unseren Kindern können wir aber schon früh dabei helfen, ihre Bandschis so gut zu behandeln, dass sie ihnen auch später keine Schmerzen bereiten: durch richtiges Sitzen auf individuell angepassten Sitzmöbeln und durch einen bewegungsreichen Alltag.</p> <p>Die phantasievolle Geschichte von den Bandschis, die ihre Zimmer im Hochhaus unserer Wirbelsäule haben, begeistert mit witzigen Zeichnungen die Kinder und macht rückenfreundliches Verhalten im Alltag zum Kinderspiel.</p> <p>Eltern und Erzieher können mit Hilfe dieses Buches ohne langwierige Übungsprogramme und teure Hilfsmittel viel für die Gesundheitsförderung ihrer Kinder tun.</p>	
1 Exemplar		


	Verfasser:	Kollmuss, Sabine; Stolz, Siegfried
	Rückenschule für Kinder, ein Kinderspiel	
<p>Annotation/ Beschreibung</p>	Titelzusatz:	Pflaum Physiotherapie
	Verlag:	Richard Pflaum
	Umfang:	190 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	04.2001
	Preis:	24,70 €
	ISBN:	3-7905-0850-0
	<p>Haltungsfehler und Haltungsschäden bei Kindern nehmen immer mehr zu. Das hier vorgestellte Konzept einer Rückenschule für Kinder wirkt dieser Entwicklung gezielt entgegen. Rückenfreundliches Bewegungsverhalten kann in der Grundschule spielerisch eingeübt und in den normalen Tagesablauf integriert werden.</p> <p>Kenntnisse über die Funktion von Wirbelsäule und Bandscheiben können mit Hilfe dieses Buches kindgerecht vermittelt werden. Mit zahlreichen Stundenbeispielen können Krankengymnasten in der eigenen Praxis oder in der Schule fundierte Rückenschule durchführen.</p>	
1 Exemplar		


	Verfasser:	Lehmann, Günther	
	Die Rückenschule für Kinder		
	Titelzusatz:	Aufrecht durchs Leben Aufrecht durchs Leben: Mit 10 einfachen Tests: Wie gesund sind Rücken und Muskeln? Mit gezielten Bewegungen Haltungsschwächen ausgleichen. Lustige Übungen für zu Hause und in der Gruppe	
	Personen:	Fotograf: Hermann B Sonderhüsken Illustrator: Martin Scharf	
	Verlag:	Trias	
	Umfang:	128 Seiten	
	Sprache:	Deutsch	
	Ausgabe:	Kartoniert	
	Erschienen:	10.2004	
	Preis:	15,40 €	
ISBN:	3-8304-3216-X		
Annotation/ Beschreibung	<p>Wie fit ist Ihr Kind? Mit 10 einfachen Tests erfahren Sie, wie fit der Rücken Ihres Kindes wirklich ist. Muskelkraft, Dehnfähigkeit, Haltung, Koordination oder Gleichgewichtsgefühl - für jeden Punkt finden Sie gezielte Übungsprogramme.</p> <p>Prall gefüllt ist das Buch mit über 70 Bewegungsspielen, die Ihr Kind garantiert ansprechen und motivieren. Bei den wirkungsvollen Einzel-, Partner- und Gruppenübungen lernen Kinder zwischen 4 und 12 Jahren ganz spürbar, wie gut ein gesunder Rücken tut.</p> <p>Ob Schulranzen tragen oder zu langes Sitzen: Lustige Comic-Figuren und witzige Sprüche zeigen einleuchtend, wie einfach rückenfreundliches Sitzen, Heben und Stehen geht. So hat Ihr Kind eine gute Basis, um aufrecht durchs Leben zu gehen.</p>		
1 Exemplar			

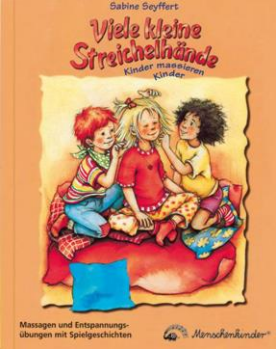
	Verfasser:	Schaffner, Karin	
	Auf deinem Rücken tut sich was...		
	Titelzusatz:	Rückenwahrnehmungsspiele für Kinder im Alter von zwei bis acht Jahren	
	Verlag:	Pohl	
	Umfang:	52 Seiten, Noten und Zeichnungen	
	Sprache:	Deutsch	
	Ausgabe:	Kartoniert	
	Erschienen:	06.2002	
	Preis:	9,99 €	
	ISBN:	3-7911-0237-0	
Annotation/ Beschreibung	<p>In diesem Buch wird eine Vielzahl von Rückenwahrnehmungsspielen vorgestellt, die im Zusammenleben mit Kindern entwickelt wurden, bei Kindern sehr beliebt sind und eine ausgesprochen harmonisierende Wirkung auf ihre Psyche haben. Das Buch enthält einen einführenden Theorieteil mit den Themen Haut, Wahrnehmung, Lernziele und Tipps. Der Praxisteil ist gegliedert nach Rückenwahrnehmungsspielen zu verschiedenen Themen (u. a. Natur, Spielzeug, Massage, Gruselgeschichten). Innerhalb eines Themas werden zahlreiche Spiele vorgestellt, und zwar mit Sprechversen und den zugehörigen Berührungsbeschreibungen.</p>		
1 Exemplar			

4. Massagen, Wahrnehmungs- und Interaktionsspiele


	Verfasser:	Bläsius, Jutta
	Streichelgeschichten	
	Titelzusatz:	Massage für kleine Hände
	Personen:	Illustrator: Dagmar Moritz, Petra Lefin
	Verlag:	Don Bosco Medien
	Umfang:	102 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	01.2005
	Preis:	13,10 €
	ISBN:	3-7698-1504-1
Annotation/ Beschreibung	<p>Massagen tun Kindern gut. Sie fördern die Entspannung und vertiefen die Sinnes- und Körperwahrnehmung. Wenn Kinder unter Stress leiden, nur schwer zur Ruhe kommen oder wenig Gespür für eigene Bedürfnisse zeigen, können regelmäßige Massagen eine einfache, wirkungsvolle Hilfe sein. Jutta Bläsius stellt Massagen für Kinder von Kindern durchgeführt vor. Von Kopf bis Fuß ist an alle Körperteile gedacht. Viele Massagen können im Stehen oder Sitzen erfolgen. Sie sind ideal geeignet für den Sitzkreis im Kindergarten oder zur Auflockerung in der Schule. Die Massagen sind "verpackt" in verständliche kindgemäße Verse oder Geschichten, aus denen sich die richtigen Griffe fast wie von selbst ergeben. Wohlfühlen kinderleicht.</p>	
1 Exemplar		


	Verfasser:	Deister, Marion; Horn, Reinhard
	Streichelwiese	
	Titelzusatz:	Ganzheitliche Körpererfahrung für Kinder. Geschichten, die mit den Fingern erzählt werden
	Verlag:	Kontakte Musikverlag
	Umfang:	43 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	04.1999
	Preis:	7,80 €
		ISBN:
Annotation/ Beschreibung	<p>Ganzheitliche Körpererfahrung für Kinder durch meditative Phantasiegeschichten. Lassen Sie Ihre Hände sanften Regen auf den Rücken Ihres Kindes trommeln... jetzt werden die Tropfen größer und wieder kleiner ... der Regen hört langsam auf. Entspannung für Jung und Alt! Ab 3 Jahren</p>	
1 Exemplar		

	Verfasser:	Frank, Annegret
	Streicheln, Spüren, Selbstvertrauen	
	Titelzusatz:	Massagen, Wahrnehmungs- und Interaktionsspiele, Entspannungsgeschichten und Atemübungen zur Förderung des Körperbewusstseins
	Personen:	Illustrator: Annie Meussen
	Verlag:	Oekotopia
	Umfang:	96 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	09.2003
	Alter:	Ab 4 Jahren
Preis:	15,40 €	
ISBN:	3-936286-29-9	
Annotation/ Beschreibung	<p>Warme Sonnenstrahlen fallen auf die Bäume, auf das Gras. Regen fällt in dicken Tropfen, macht die ganze Erde nass.' Mit solchen und ähnlichen Versen und kleinen Geschichten gehen Kinder in diesem Buch spielerisch auf (Fantasie-)Reisen. Sie erfahren am eigenen Körper, was es bedeutet, zu streicheln und gestreichelt zu werden, sich zu entspannen, Berührungen nachzuspüren und so das eigene Körperbewusstsein zu stärken. Kinder genießen die wohlige Atmosphäre und sind mit viel Spaß bei der Sache. Mit kindgerechten Massageanleitungen, Atemübungen und Wahrnehmungsspielen auch im Kontakt miteinander lernen sie, sich auf andere einzulassen, aber auch sich abzugrenzen. Durch die spielerischen Übungen entwickeln Kinder ein inneres Gleichgewicht auch gegen Reizüberflutung, Leistungsansprüche und andere Stressfaktoren und finden so zu mehr Selbstvertrauen und Ausgeglichenheit.</p>	
1 Exemplar		


	Verfasser:	Seyffert, Sabine; Jöcker, Detlev
	Viele kleine Streichelhände	
	Titelzusatz:	Kinder massieren Kinder. Massagen und Entspannungsübungen mit Spielgeschichten
	Verlag:	Menschenkinder
	Umfang:	96 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	12.2002
	Preis:	9,20 €
	ISBN:	3-89516-064-4
Annotation/ Beschreibung	<p>Kinder werden immer mehr durch Stress, Hektik und Unruhe in ihrer Persönlichkeitsentwicklung negativ beeinflusst. Durch die Massage- und Entspannungsübungen in diesem Buch werden spielerisch Körperwahrnehmung und -bewusstsein gestärkt. Das macht Kinder selbstsicher und unterstützt die positive Entfaltung ihrer Persönlichkeit. Bei den Übungen massieren Kinder sich selbst, gegenseitig oder in einer Gruppe.</p>	
1 Exemplar		


5. Lärm und Gesundheit


 <p>Lärm und Gesundheit Materialien für die Grundschule (1-4. Klasse)</p>	Lärm und Gesundheit	
	Titelzusatz:	Sachinformationen und Vorschläge zur Behandlung der Themen Lärm und Ruhe finden in den Klassen 1 bis 4
Verlag:	BZgA, 51101 Köln	
Umfang:	144 Seiten, 44 Kopiervorlagen	
Sprache:	Deutsch	
Ausgabe:	Lehrbuch, 1 CD-ROM (auch als Audio-CD verwendbar), 1 Elternbroschüre	
Alter:	Ab 6 Jahren	
Preis:	0 €	
ISBN:	Bestellnummer: 20390000	
Annotation/ Beschreibung	Die Lerneinheiten enthalten fächerübergreifende und handlungsorientierte Unterrichtsvorschläge mit deren Hilfe die Kinder überwiegend zur selbsttätigen Erarbeitung von folgenden Themen angeleitet werden:	
	<ul style="list-style-type: none"> • Der Hörspaziergang - eine Übung im „Ohren öffnen“ • Einrichtung einer Geräuschwerkstatt und Produktion eines Hörspiels • Was ist Lärm? Schallentstehung und Weiterleitung • Wie sieht das Gehör aus, und wie hören wir? • Was schädigt unser Gehör? Gewünschter und unerwünschter Musikgenuss • Wie laut ist es in der Schule? Stille im Unterricht - Übungen zum Ruhe finden <p>Die beiliegende Multimedia-CD enthält zahlreiche Hörbeispiele, darunter auch ein Hörrätsel, eine Textdatei mit dem Märchen „Der Schatz der Stille“ und zwei Computerprogramme zum Einsatz des Messgerätes „Die Zelle“.</p>	
1 Exemplar	Beilagen:	1 CD-ROM, 1 Elternheft

	Verfasser:	Raschdorf, Anette
	Kindern Stille als Erlebnis bereiten	
Annotation/ Beschreibung	Titelzusatz:	Sinnesübungen, Fantasiereisen und Entspannungsgeschichten zur Gestaltung von Ruhesituationen in Kindergarten, Schule und Familie
	Personen:	Illustrator: Anne Wöstheinrich
	Verlag:	Oekotopia
	Umfang:	96 Seiten
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Kartoniert
	Erschienen:	10.2000
	Alter:	Ab 4 Jahren
	1. Reihe:	Praxisbücher für den pädagogischen Alltag
	Preis:	15,40 €
ISBN:	3-931902-59-5	
<p>Haben Sie sich als ErzieherIn oder Eltern schon einmal gefragt, wie Sie Stilleübungen und Fantasiereisen im Kindergarten oder zu Hause umsetzen können? Das Buch "Kindern Stille als Erlebnis bereiten" bietet Ihnen genügend Material und Hintergrundinformationen, um mit Kindern spannungsreiche und entspannende Erlebnisse zu gestalten. Über zahlreiche Sinnesübungen und Sinnesspielgeschichten lernen die Kinder sich auf längere Fantasiereisen und Traumstunden einzulassen. Sie erleben - meist gemeinsam mit einem kleinen Bären - abenteuerliche Ausflüge. Sie erfahren mehr über sich und ihre Gefühle in unbekanntem Situationen und stellen sich in ihrer Fantasie neuen Anforderungen. Das in der Fantasie Durchlebte, das sich erfolgreiche Behaupten in einer fremden Welt und das Vertrauen in die eigene Stärke fördern das Selbstvertrauen. Sie geben den Kindern die Möglichkeit, sich die notwendige Ruhe auch im Alltag zu bewahren, um sich den dort gestellten Anforderungen selbstsicher zu stellen. Neben einer kurzen theoretischen Einführung, die mit der Bedeutung, den Zielen und der Durchführung von Entspannungsübungen vertraut macht, bietet der Übungsteil eine Schritt-für-Schritt-Anleitung zur Umsetzung. Zur Einstimmung der Kinder gibt es kleine Spiele, die ihrer Lebendigkeit und ihrem Bewegungsdrang entsprechen. Eine Fülle an Fantasiereisen, an märchenhaften Geschichten sowie vielfältige Träumereien gestalten den Kindern ihren Erlebnisraum "Entspannung" abwechslungsreich und bieten am Ende an, das Erlebte durch Aktivität aufzuarbeiten. Hierzu finden Sie in diesem Buch zahlreiche vollständig ausgearbeitete Übungsteile, die Sie nach Belieben variieren können. Des Weiteren entdecken Sie auch Möglichkeiten, wie Sie Bilderbücher, das Freispiel und natürlich auch die Elternarbeit mit in dieses Thema einbinden können.</p>		
1 Exemplar		


6. Ich fühl mich wohl - Körpererfahrung


	Ich fühl' mich wohl in meinem Körper	
	Titelzusatz:	PeP. Projekte entwickeln für die Praxis
Verfasserangaben:	Herausgeber: Gabriele Wensky, Sandra Hänsch	
Verlag:	Herder	
Umfang:	64 Seiten, zahlreiche farbige Abbildungen	
Sprache:	Deutsch	
Ausgabe:	Mappe	
Erschienen:	12.2003	
Alter:	Für drei Altersgruppen ausgearbeitet: 3-5 Jahre, 5-7 Jahre, ab 8 Jahren.	
1. Reihe:	PeP. Projekte entwickeln für die Praxis	
Preis:	15,50 €	
ISBN:	3-451-73037-5	
Annotation/ Beschreibung	Kompetente Projektarbeit nach neuestem Bildungsverständnis. Jedes Projekt ausgearbeitet für drei Altersgruppen. Die PeP-Mappen sind auf moderne Bildungsstandards ausgerichtet. Einsetzbar für Grundschule, Hort, Ganztagschule.	
1 Exemplar		

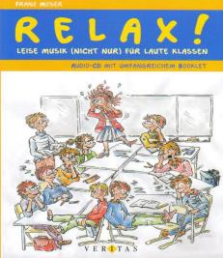
	Verfasser:	Kinz, Wieland
	Kinderfüße-Kinderschuhe	
Titelzusatz:	Alles Wissenswerte rund um kleine Füße und Schuhe	
Verlag:	Wieland Kinz, Salzburg	
Umfang:	52 Seiten	
Sprache:	Deutsch	
Ausgabe:	Gebunden	
Erschienen:	2005	
Preis:	9,50 €	
ISBN:	300 00 58 79 6	
Annotation/ Beschreibung	Aus einer Abschlussarbeit an der Universität Salzburg entstand im Jahr 2000 die erste deutschsprachige Publikation zum Thema „Kinderfüße-Kinderschuhe“. Hintergrund: Studien zeigen, dass mehr als die Hälfte aller Kinder zu kurze Schuhe trägt. 2003 konnte das Forschungsteam erstmals wissenschaftlich nachweisen, dass zu kurze Schuhe zu Fußschäden führen. Die dritte Auflage gibt spannende Einblicke in ein kleines, bisher vernachlässigtes Gesundheitsthema, analysiert Probleme und zeigt praktische Tipps für kleine Füße und Schuhe. Unabhängig und kritisch. Praxisorientiert und leicht verständlich.	
1 Exemplar		

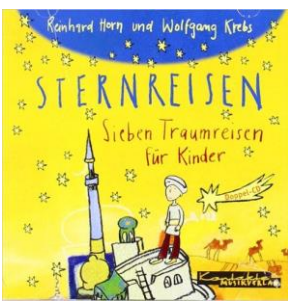
	Nase, Bauch und Po	
	Titelzusatz:	Noten- und Liederheft
	Verlag:	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 51101 Köln
	Umfang:	Broschüre, 42 Seiten, DIN A4: Begleitheft zur Musik-CD "Nase, Bauch und Po
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	Broschüre
	Erschienen:	2006
	Preis:	Schutzgebühr
	ISBN:	Bestell-Nr.: 13702000
Annotation/ Beschreibung	Das begleitende Text- und Notenheft erleichtert es, die Lieder nachzuspielen oder zu -singen. Das Lieder- und Notenheft (ohne CD!) ist kostenlos.	
1 Exemplar		


7. Streichtöne – CDs zum Entspannen

	LiederBuchCD. Ein kleiner Käfer geht spazieren	
	Titelzusatz:	CD und Buch. Lern-, Spiel- und Bewegungslieder
	Personen:	Komponist: Detlev Jöcker Illustrator: Daniela Pohl Solist: Detlev Jöcker
	Verlag:	Menschenkinder
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	CD + Begleitheftchen
	Erschienen:	02.2003
	Alter:	Ab 4 Jahren
	1. Reihe:	Detlev Jöckers LiederBuchCD
	Preis:	19,99 €
ISBN:	3-89516-188-8	
Annotation/ Beschreibung	<p>Dass Liederbücher und Tonträger von Detlev Jöcker zusammengehören, wird durch Millionenaufgaben der LiedSpielBücher eindrucksvoll belegt. Der Vorteil liegt auf der Hand: so ist das Begleitbuch jederzeit griffbereit, wenn Eltern und ErzieherInnen mit ihren Kindern zu den Liedern begleitende Spiele und Beschäftigungsangebote ausprobieren. Ingrid van Bebber, die Autorin des Begleitbuches, ist seit vielen Jahren im ErzieherInnenberuf tätig. Kompetent und praxisbezogen hat sie, neben 14 neuen Lern-, Spiel- und Bewegungsliedern von Detlev Jöcker, eine Fülle von Anregungen zusammengestellt. Sprach-, Reim- und Fingerspiele, ein Tast-Memory, ein Weckerspiel u. v. m. laden zum kreativen Mitmachen ein.</p>	
1 Exemplar	Beilage:	CD + Begleitheftchen


	Nase, Bauch und Po	
	Verlag:	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 51101 Köln
	Umfang:	CD, Musik-CD mit 22 Liedern aus dem gleichnamigen Musikmärchen zum Thema Sexualerziehung
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	CD
	Erschienen:	2006
	Zielgruppe:	für Kinder ab 3 Jahren
	Preis:	Schutzgebühr 6,-- €
	ISBN:	Bestell-Nr.: 13702001
Annotation/ Beschreibung	<p>Die Musik-CD Nase, Bauch und Po beinhaltet eine Zusammenstellung von 22 Liedern aus dem Musikmärchen sowie weitere Lieder und Reime zum Mitsingen, Tanzen und Zuhören. Am Ende der CD liegen die meisten Titel auch als Playbackversion mit einer unterstützenden Melodieführung vor. Eltern und ErzieherInnen können sie zum Anlass nehmen, mit ihren Kindern über die angesprochenen Themen zu reden. Die Texte orientieren sich eng an den alltäglichen Erfahrungen der Kinder und geben sensibel und humorvoll Antworten auf ihre Fragen: Wie sieht mein Körper aus? Was finde ich schön? Was mag ich und was nicht? Wie sind Jungs, wie sind Mädchen? Wie kommt das Baby in Mamas Bauch? Warum küssen sich die Menschen? Warum tut Eifersucht so weh?</p>	
1 Exemplar		

	Relax	
	Titelzusatz:	Leise Musik (nicht nur) für laute Klassen
	Verlag:	Veritas
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	CD + Begleitheftchen (20 Seiten)
	Erschienen:	2004
	Preis:	19,90€
ISBN:	3705868586	
Annotation/ Beschreibung	Audio-CD mit umfangreichem Booklet	
1 Exemplar		

	Sternreisen	
	Titelzusatz:	Sieben Traumreisen für Kinder
	Verlag:	Kontakte Musikverlag
	Umfang:	2 CDs
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	CD
	Erschienen:	08.2005
	Alter:	Ab 6 Jahren
Preis:	18,99 €	
ISBN:	3-89617-172-0	
Annotation/ Beschreibung		
1 Exemplar		

	Traumstunden für Kinder	
	Titelzusatz:	Mit-Spiel-Lieder Erde - Feuer - Wasser - Luft. Musik zur Entspannung und Gestaltung von Traumreisen.
	Personen:	Interpret: Ralf Kiwit
	Verlag:	Oekotopia
	Spielzeit:	50 Min.
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	CD
	Erschienen:	30.08.2004
	Alter:	Ab 4 Jahren
	1. Reihe:	Ökotopia Mit-Spiel-Lieder
Preis:	15,99 €	
ISBN:	3-936286-07-8	
Annotation/ Beschreibung	Die Melodien, unter Verwendung von Naturinstrumenten, bilden eine zartes, musikalisches Gewebe als harmonischen Hintergrund. Die Musik ist fließend und übernimmt den Rhythmus aus den Geräuschen der Natur. Die CD ist sowohl für Kinder, aber auch für Erwachsene, als Entspannungsmusik und als Unterlegung für Traumreisen bestens geeignet.	
1 Exemplar		

	Streicheltöne - Wohlfühlmassagen	
	Titelzusatz:	Mit-Spiel-Lieder Vertonte Verse und Geschichten zur Begleitung von Kindermassagen
	Personen:	Sprecher; Kiwit, Ralf
	Verlag:	Ökotopia
	Spielzeit:	70 Min.
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	CD
	Erschienen:	09.2003
	Alter:	Ab 4 Jahren
	1. Reihe:	Ökotopia Mit-Spiel-Lieder
	Preis:	15,99 €
ISBN:	3-936286-30-2	
Annotation/ Beschreibung	<p>Die CD erzählt bunte Geschichten von Riesen und Piraten, lebendigen Steinen, dem Tausendfüßler und dem Fröschlein am Bach, von der Sommerwiese, dem Winter und vielem mehr. Eingebettet in sanfte Klänge regen die Texte zu gegenseitigen Massagen und Streicheleinheiten an: So wird der Kinderrücken zum Reiseland, zum Malpapier oder zum Gartenbeet, das sorgsam mit Blumen bepflanzt, geharkt und gegossen wird. Die Musik entführt uns aus der Welt der Alltagsgeräusche hinein in einen wohligh warmen akustischen Raum, in dem wir uns berühren und den krabbeligen Tausendfüßler genauso wie den schwerfälligen Riesen auf unserem Rücken fühlen. So werden die Massagen zu einem zugleich beruhigenden wie auch anregenden Moment der Entspannung. Atmosphärische Geräusche wie z.B. das Rauschen der Wellen auf der Piratenreise und die Waldgeräusche auf dem Weg des Tausendfüßlers ergänzen den Klangteppich. Durch die zum Teil in Versform gehaltenen Geschichten prägen sich die Kinder den Ablauf der einzelnen Massageschritte leicht ein, sodass sie sich bald ohne Anleitung zu der CD gegenseitig massieren können. Eine wunderschöne Produktion, die die Texte von Annegret Frank liebevoll musikalisch umrahmt und die Möglichkeiten der Umsetzung erweitert.</p>	
	1 Exemplar	

	Streichelwiese	
	Titelzusatz:	Ganzheitliche Körpererfahrung für Kinder. Begleit-CD mit Musik zu Geschichten, die mit den Fingern erzählt werden
	Personen:	Text: Deister, Marion; Horn, Reinhard
	Verlag:	Kontakte Musikverlag
	Sprache:	Deutsch
	Ausgabe:	CD
	Erschienen:	01.1999
	Alter:	Ab 3 Jahren
	Preis:	14,99 €
ISBN:	3-89617-083-X	
Annotation/ Beschreibung	<p>Ganzheitliche Körpererfahrung für Kinder durch meditative Phantasiegeschichten. Lassen Sie Ihre Hände sanften Regen auf den Rücken Ihres Kindes trommeln... jetzt werden die Tropfen größer und wieder kleiner ... der Regen hörtlangsam auf .</p>	
	1 Exemplar	