

Entspannungs-Handbuch

Normalkurs und Kompaktkurs

THEORETISCHE GRUNDLAGEN DES ENTSPANNUNGSTRAININGS.....	1
STREß BEI KINDERN UND SEINE FOLGEN	1
ENTSPANNUNGSTRAINING MIT KINDERN	1
EINZELARBEIT UND GRUPPENARBEIT	1
ALLGEMEINE THEORIE	2
EIN NEUER KRANKHEITSBEGRIFF	2
ZIELE VON ENTSPANNUNGSTECHNIKEN	3
MATERIALSAMMLUNG: ENTSPANNUNGSÜBUNGEN.....	5
ÜBUNGSABLAUF DES ENTSPANNUNGSTRAININGS	5
STILLEÜBUNGEN FÜR DEN EINSATZ IM KINDERGARTEN.....	8
ENTSPANNUNGSGESCHICHTEN FÜR DEN KINDERGARTEN.....	11
BEWEGUNGSSPIELE FÜR DEN KINDERGARTEN	14
SPIELE, DIE ZUR RUHE FÜHREN	17
MASSAGESPIELE.....	19
MASSAGETECHNIKEN	23
ANHANG	27
LITERATURLISTE ZUM THEMA ENTSPANNUNG.....	27
LITERATURLISTE AD(H)S	28
QUELENNACHWEIS	28
SPEZIELLE NERVEN FÜR STREICHELEINHEITEN.....	29

© 2003 Marie-Theres Saremba

*Gesundheitsberaterin und Entspannungstherapeutin
Amselweg 19, 14656 Brieselang
Tel. 033232/38264*

<http://www.entspannungstraining.net>