



# **Ganzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ... (Praxisbücher für den pädagogischen Alltag)**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# **Ganzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ... (Praxisbücher für den pädagogischen Alltag)**

*Ursula Salbert*

**Ganzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ... (Praxisbücher für den pädagogischen Alltag) Ursula Salbert**

Musikliteratur



[Download Ganzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: B ...pdf](#)



[Online lesen Ganzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: ...pdf](#)

**Downloaden und kostenlos lesen Ganzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ...  
(Praxisbücher für den pädagogischen Alltag) Ursula Salbert**

---

142 Seiten

Pressestimmen

Dieses praxisorientierte Buch macht deutlich, wie Yoga und Muskelentspannung auf spielerische Art die Bewegungserfahrung der Kinder ergänzen und wie beruhigende Übungen im Tagesablauf situativ eingesetzt werden können und in hektischen Situationen für Kinder einen Ausgleich schaffen. (Christine Baur, Zet, Zeitschrift für Tagesmütter und väter, Nr.6, 2011) Kurzbeschreibung

Hektik und Stress begleiten Kinder heute oft schon von klein auf. Mit Entspannungsangeboten können ErzieherInnen und PädagogInnen in der Gruppe für einen notwendigen Ausgleich sorgen. Die Autorin greift dazu auf drei bewährte Stressbewältigungsmethoden zurück: Das Hatha-Yoga, das Autogene Training und die Progressive Muskelentspannung. Neben einer anschaulichen Einführung in die Grundlagen der drei Methoden stellt sie kindgerecht abgewandelte Übungen vor, die schon mit kleinen Kindern umgesetzt werden können: Lustige Bewegungsübungen mit Kater Kuschel, fantastische Entspannungsgeschichten und einfache Atemübungen mit Feder und Luftballon laden zum lustvollen Erleben von Bewegung und Entspannung ein. Anleitungen zum Einsatz der Übungen im Tagesablauf sowie die Planung kompletter Entspannungsstunden machen das Buch zu einer unverzichtbaren Praxishilfe für versierte EntspannungspädagogInnen wie Neueinsteiger! Über den Autor und weitere Mitwirkende Ursula Salbert ist Erzieherin, Yogalehrerin und Seminarleiterin für Autogenes Training und Entspannungstherapie. Sie ist Gründerin und Leiterin des Instituts für Ganzheitliche Gesundheitspädagogik (IGG) in Bühlertal bei Baden-Baden und arbeitet u.a. als Dozentin an verschiedenen Bildungs- und Freizeiteinrichtungen. Sie bietet deutschlandweit und in der Schweiz Fortbildungen für Erzieher(innen), Pädagogen(innen) und andere Berufsgruppen aus sozialen/pädagogischen und medizinisch/therapeutischen Bereichen an. Übungsleiter(in) für Entspannungstraining mit Kindern Übungsleiter(in) für Yoga mit Kindern und Jugendlichen Übungsleiter(in) für Entspannungstherapie mit Jugendlichen und Erwachsenen Übungsleiter(in) für Business Yoga-Therapie Übungsleiter(in) für Yoga in der Schwangerschaft und Rückbildungszeit Gesundheitspädagoge(in)/-therapeut(in) Fachkraft für Gesundheitserziehung Berater(in) für Ernährung und Gesundheit Entspannungspädagoge(in)/-therapeut(in) Bewegungspädagoge(in)/-therapeut(in) LehrerIn für ganzheitliche Entspannungspädagogik/-therapeutik Lehrer(in) für ganzheitliche Bewegungs- und Entspannungspädagogik/-therapeutik Meditationspädagoge(in)/-therapeut(in) für Kinder, Jugendliche und Erwachsene Klangmassage/-meditation Yogaübungsleiter(in) VHS Yogalehrer(in)/-therapeut(in) VHS" Homepage: <http://www.hatha-yoga-entspannung.de> E-Mail: info@hatha-yoga-entspannung.de

Annie Meussen lebt und arbeitet in den Niederlanden. Sie malt und zeichnet schon ihr ganzes Leben lang. Bereits als junges Mädchen erhielt sie ihren ersten professionellen Unterricht von ihrem Vater. Nach der Schulzeit arbeitete Annie Meussen als Erzieherin mit kranken Kindern in einem der wenigen Krankenhäuser, an die auch eine Schule angegliedert war. Seit 1990 ist sie selbstständige Illustratorin von Kinderbüchern, Postkarten und Kalendern.

Download and Read Online Ganzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ...  
(Praxisbücher für den pädagogischen Alltag) Ursula Salbert #ZIKEYT38FBX

Lesen Sie Ganzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ... (Praxisbücher für den pädagogischen Alltag) von Ursula Salbert für online ebookGanzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ... (Praxisbücher für den pädagogischen Alltag) von Ursula Salbert Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Ganzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ... (Praxisbücher für den pädagogischen Alltag) von Ursula Salbert Bücher online zu lesen. Online Ganzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ... (Praxisbücher für den pädagogischen Alltag) von Ursula Salbert ebook PDF herunterladenGanzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ... (Praxisbücher für den pädagogischen Alltag) von Ursula Salbert DocGanzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ... (Praxisbücher für den pädagogischen Alltag) von Ursula Salbert MobiPocketGanzheitliche Entspannungstechniken für Kinder: Bewegungs- und Ruheübungen, Geschichten und Wahrnehmungsspiele aus dem Yoga, dem Autogenen Training ... (Praxisbücher für den pädagogischen Alltag) von Ursula Salbert EPub