

Sylvia Lendner-Fischer

Bewegte Stille

Wie Kinder ihre
Lebendigkeit ausdrücken
und zur Ruhe finden können

Ein Praxisbuch

Kösel

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	7	Vorbereitungsspiel zu den Partner-Massageübungen	114
Einleitung	8	Orangenmassage (Ballmassage)	116
Was Sie wissen sollten, bevor Sie mit den Übungen beginnen	10	Partner-Handmassage	122
Meditative Übungen	15	Partner-Fußmassage	127
Seifenblasen fangen und fallen lassen	16	Ruckel-Zuckel-Eisenbahn (Schüttelmassage)	134
Bruder Baum	19	Gesichtsmassage	141
Die Bärchenatmung	26	Phantasiereisen	147
Schale sing und kling	31	Delphintraum	149
Sonne im Herzen	40	Dein ganz besonderer Freund	157
Kleiner Mund sing mir ein »O«	45	Mein wunderschöner Märchengarten	160
Farben so bunt	55	Wie das traurige Kind fröhlich wurde	166
Kreative Bewegung	61	Hell leuchtet mein Stern	172
Der Elfentanz	63	Ich bin schön	178
Tanzende Tücher	66	Mein Engel	183
Der wilde Tanz	73	Statt eines Nachwortes	193
Sonnenblume tanz mit mir	80	Kraftquellen für Kinder	193
Ich bin der Wind	86	Grenzen und Möglichkeiten	194
Kuscheltiere tanzen gern	92	Die Übungen im Erzieherteam und mit den Eltern	196
Lichtertanz	97	Ausklanj	197
Ganzheitliche Massage	105	Anhang	198
Käferleins Morgenspaziergang (Selbstmassage)	106	Adressen	198
		Musik	199
		Literatur	200