

# Entspannung für Kinder

## **Biermann, Ingrid:**

Die Katze zieht die Stiefel aus: Spielideen zur Förderung von Ruhe und Konzentration  
Freiburg i.Br. [u.a.] : Herder, 2004. - 95 S.  
(Familie-Erleben mit allen Sinnen)

## **Bläsius, Jutta:**

Mandalas mit allen Sinnen: Kreisbilder tasten, turnen, schmecken, hören und sehen;  
neue Gestaltungsvorschläge - München : Kösel , 2003. - 142 S. : Ill.  
(Vck-Blä)

## **Erkert, Andrea:**

Inseln der Entspannung: Kinder kommen zur Ruhe mit 77 phantasievollen Entspannungsspielen  
Münster: Ökotopia-Verl., 1998. - 93 S.: zahlr. Ill.  
(Familie-Erleben mit allen Sinnen)

## **Frank, Annegret:**

Streicheln, Spüren, Selbstvertrauen... : Massagen, Wahrnehmungs- und Interaktionsspiele,  
Entspannungsgeschichten und Atemübungen zur Förderung des Körperbewusstseins  
Münster : Ökotopia-Verl., 2003. - 91 S. ; zahlr. Ill. + CD  
(Familie-Erleben mit allen Sinnen) (YF-Frau „Aktion“)

## **Fuhrmann, Elke:**

Zaubergarten und Lieblingswiese : Entspannung für Kinder ; 14 Geschichten zum Vorlesen  
Baden-Baden : Humboldt, 2004. - 126 S. + 1 CD  
(Mbt- Fuh)

## **Herdtweck, Waltraud:**

Durch Bewegung zur Ruhe kommen: Modelle und Ideen aus der Rhythmik  
München : Don Bosco, 1996. - 100 S. : Ill., Notenbeisp. ; 20 cm  
Rhythmische Übungen und Spiele mit Musik, Sprache und einfachen Materialien, die  
helfen können, Wahrnehmung, Kreativität, Konzentration und Sozialverhalten zu  
fördern sowie Ängste und Aggressionen abzubauen.  
(Familie-Erleben mit allen Sinnen)

## **Kalwitzki, Sabine:**

Fühl die warmen Sonnenstrahlen: Fantasiereisen und Stillespiele für jeden Tag.  
Bindlach : Loewes, 2004. - 88 S.  
(Familie-Erleben mit allen Sinnen)

## **Meine Yogastunde**

Mary Kay Chrysticas. - Starnberg : Dorling Kindersley, 2006. - 48 S. : Ill.  
Eine spielerische Einführung ins Yoga. Mit Übungen zur Entspannung und  
Kräftigung der Muskulatur. Ab 5 Jahren.  
(Freizeit-Sport)

## **Müller, Else:**

Träumen auf der Mondschaukel : Autogenes Training mit Märchen und Gute-Nacht-Geschichten  
München : Kösel, 2003. - 125 S. : Ill.  
Die Pädagogin hat Entspannungsgeschichten für lebhaftere Kinder und schlaffördernde Gute-Nacht-  
Geschichten zusammengestellt.  
(Familie-Erleben mit allen Sinnen)

### **Snoezelen - Traumstunden für Kinder**

Münster : Oekotopia. - 1 Buch + 1 CD

### **Snoezelen - Traumstunden für Kinder**

Münster : Oekotopia. - 1 Buch + 1 CD

Buch: Praxishandbuch zur Entspannung und Entfaltung der Sinne : mit Anregungen zur Raumgestaltung, Fantasiereisen, Spielen und Materialhinweisen / Sybille Günther.

Münster : Oekotopia, 2002. - 115 S.

(Familie-Erleben mit allen Sinnen)

### **Snoezelen - Traumstunden für Kinder**

Münster : Oekotopia. - 1 Buch + 1 CD

CD. Erde - Feuer - Wasser - Luft : Musik zur Entspannung und Gestaltung von Traumreisen

Ralf Kiwit. - 2003. - 1 CD

(Familie-Erleben mit allen Sinnen)

### **Diederich, Henner: / CD-K-Entspannung**

Djingalla : Tanz- & Bewegungsmusik - Bad Lippspringe : Uccello, 1998. - 1 CD

Das Ensemble Rossi unter der Leitung von Henner Diederich, bekannt geworden durch Einspielungen traditioneller europäischer Volkstänze, hat mit dieser CD eine Sammlung von 24 Musikstücken verschiedenster Tempi und Stilrichtungen produziert, die zum spielerischen kreativen Bewegen und Tanzen einlädt.

### **Evans, Gomer Edwin:/ CD-K**

Gute-Nacht-Musik : harmonische Instrumental-Musik zum Träumen für Kinder

Gomer Edwin Evans. - München : Neptun Music, 1993. - 43 Min.

Sanfte, harmonische Instrumentalmusik mit verschiedenen klassischen Instrumenten und Glockenspiel zum Einschlafen für Kinder.

### **Horn, Reinhard: / CD-K-Entspannung**

Babys Einschlaf-Musik

Lippstadt : Kontakte-Musikverl., 2000. - 1 CD

Beruhigende Synthesizer-Musik aus der Reihe "Alphaklang", die auf einer naturharmonischen Klangstimmung beruht und die Babies zum entspannteren Einschlafen führen soll; auch als Hintergrundmusik beim Stillen einsetzbar. Noten und Gitarrengriffe sind im Booklet abgedruckt.

### **Horn, Reinhard: / CD-K-Entspannung**

Einmal Himmel und zurück : 13 Phantasiereisen für Kinder Lippstadt

Kontakte Musikverl., 1996. - 1 CD + Beih. (36 S.) in Box

13 Musikstücke für die Meditationsarbeit mit Kindern in Kindergarten und (Vor)Schule.

Mit Anleitungen zur Durchführung.

### **Humpe, Inga: / CD-K-Hörspiel 3-6**

Eloisius' Reise zum Mond : Entspannung für Kinder.

Hamburg : Oetinger audio, 2006. - 1 CD ; 36 min. ab 4 Jahren

### **Kiwit, Ralf: / CD-K-Entspannung**

Streicheltöne - Wohlfühlmassagen : Lieder und Geschichten, die bei Massagen und Entspannungsübungen für Kinder eingesetzt werden können.

Vertonte Verse, Geschichten und Lieder zur Begleitung von Kindermassagen

Münster : Ökotopia-Verl., 2003. - 1 CD - (Ökotopia Mit-Spiel-Lieder)

**Kreusch-Jacob, Dorothée: / CD-K-Entspannung**

Das Wolkenboot : Neue Klangbilder und Meditationen für Kinder

Düsseldorf : Patmos, 1996. - 1 CD - (Pläne-Kinder-CD)

"Mach auf das Tor und geh hinein in deinen Zaubergarten", "Ich will ein Vogel sein", "Fahr mit mir im Wolkenboot" locken die Lieder, laden ein zum Träumen und Stillewerden. (ab 5)

**Zwergelinchen / CD-K-Entspannung**

Eine phantasievolle Reise ins Land der Entspannung ; autogenes Training für Kinder und Erwachsene  
Tanja Strohm. Musik: Kurt Hummel ... Erzählerin: Nanette Scriba.

Hamburg : PolyGram, 1999. - 1 CD + Buch (62 S.)

Fantasievolle Entspannungshilfe für Kinder und Eltern auf der Basis des Autogenen Trainings,  
bestehend aus acht aufeinander aufbauenden Märchen und dem dazu passenden Klangteppich. (ab 5)