

(Get free) Fröhliche Verse zum Kinder-Yoga: bungsanleitungen und Entspannungsideen

Fröhliche Verse zum Kinder-Yoga: bungsanleitungen und Entspannungsideen

Von Elke Gulden, Bettina Scheer
ebooks | Download PDF | *ePub | DOC | audiobook



DOWNLOAD



READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrang: #60135 in BcherVerffentlicht am: 2012-09-01Abmessungen: 7.68 x .67b x 7.05l, Einband: Taschenbuch120 Seiten | File size: 37.Mb

Von Elke Gulden, Bettina Scheer : Fröhliche Verse zum Kinder-Yoga: bungsanleitungen und Entspannungsideen before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Fröhliche Verse zum Kinder-Yoga: bungsanleitungen und Entspannungsideen:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen12 von 12 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Tolles Kinder- Yoga- bungsbuch !!!!!Von Pfaffenberger Daniela ErichYoga mit Kindern wird immer beliebter und hlt zunehmend Einzug in die Kindergärten.Dieses Ringbuch (sehr praktische Handhabung) entht zahlreiche bungsideoen verpackt in fröhliche, kurze Verse zu verschiedensten Themen.Yoga verbessert die Konzentrationsfhigkeit, das Krpergefh, die Beweglichkeit und das Selbstbewusstsein der Kinder. Durch das Erlernen einer bewussten Atmung und Entspannung knnen diverse gesundheitliche und krperliche Beeintrchtigungen gelindert werden. Kinder bewegen sich gern- und Yoga bungen bieten dazu einen idealen Anlass.Kinder- Yoga unterscheidet sich aber etwas vom Erwachsenen- Yoga. Bei Kindern wird Yoga in spielerischer Form durch Geschichten oder Bilder vermittelt, sie lernen durch Wiederholungen und die bewussten Entspannungsphasen fallen wesentlich krzer aus, wie bei den Groen.Das Besondere an diesem Buch:Man kann die kurzen Verse individuell einsetzen oder sich eine bungsfolge

zusammenstellen. (Viele mir bekannte Kinder- Yoga- Bücher haben eine Grundidee, auf welcher die Yoga- Geschichten aufgebaut sind. Das ist hier anders !)

Durch die Ringbindung und die Buchgröße ergibt sich eine sehr leichte und praktische Handhabung. Jede Übung ist mit kleinen Yogi- Haltungsskizzen, dem farblich abgesetzten Vers und der nebenstehenden kurzen Erklärung beschrieben. Dazu findet man passende Entspannungshaltungen oder Liedempfehlungen. Hinzu kommt ein farblich abgesetztes Kästchen mit Infos zu den Förderschwerpunkten: (Dehnung, Körperspannung, Kräftigung)

Inhalt: *auf ca. 60 Seiten Einzelübung auf Einzelübung (Baum, Adler, Blatt, halbe Kerze) *Übungsfolgen z. B. unter dem Thema Im Märchenland ; Weihnachtszeit; Der verschluckte Hosenknopf

*Entspannungsgeschichten *Literaturtipps Persönliches Fazit: Praktische Handhabung; tolle - einfache Verse, die man ohne große Vorbereitungen und Vorbereitungen umsetzen kann; viele unterschiedliche Ideen ; für mich sehr empfehlenswert

!6 von 6 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Eine super Hilfe für die Haltungsschulung mit Kindern!

Von Julia Ich arbeite im Kindertanzbereich und bin begeistert wie einem dieses Yogabuch hilft, tolle Übungen mit wunderschönen phantasievollen Versen, für die Haltungsschulung mit Kindern anwenden zu können!

Aufgrund der Abbildungen und ausführlichen Erklärungen zu jedem Schritt einer Übung, ist selbst für Yoga-Unerfahrene die Durchführung leicht nachzuvollziehen. Endlich kann man professionelle Übungen anwenden, auch ohne zuerst den gesamten Yoga-Bereich studiert haben zu müssen.

4 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Tolles Buch

Von Gisela-Hedwig Ein sehr ansprechendes und hilfreiches Buch für den Kinderjogalunterricht mit vielen Anregungen für Erzieher, Lehrer und Eltern. Leicht Umsetzbar und die Ideen sind bunt gewirbelt. Die Übungsanleitungen und Entspannungsideen werden von den Kindern gut umgesetzt ich kann es sehr gut weiterempfehlen.

Kurzbeschreibung Kinder-Yoga ist heute ein fester Bestandteil im Kinderturnen und wird von vielen Yoga-Schulen angeboten. In der Kita und Grundschule nutzen ErzieherInnen und Lehrkräfte einzelne Übungen aus dem Yoga, weil diese die Beweglichkeit, Körperhaltung, Wahrnehmung und Konzentration der Kinder fördern. In ihrem Buch stellen Elke Gulden und Bettina Scheer bildhafte Verse vor, mit denen sich die Bewegungsabläufe besonders leicht merken lassen. So werden die Kinder dank Katze, Kobra und Krokodil von Stunde zu Stunde immer mehr zu echten kleinen Yogis. Mit Entspannungsgeschichten. Inkl. Downloadcode für Mandalavorlagen. bei den Autor und weitere Mitwirkende

Elke Gulden ist Tanzpädagogin und staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin. In ihrem Institut bietet sie Fortbildungen zur musikalischen Förderung, zum kreativen Kindertanz und zum Kinderyoga an. Sie lebt in Stuttgart.

Mit Bettina Scheer gibt sie die Fachzeitschrift "Musik in der Kita heraus". Bettina Scheer, Studium der Grundschulpädagogik, gibt Fortbildungen für ErzieherInnen zur Sinnesentwicklung und ganzheitlichen musikalischen Früherziehung. Die Fachbuchautorin lebt im Saarland. Mit Elke Gulden gibt sie die Zeitschrift "Musik in der Kita" heraus.