



14,8 x 21,0, ca. 15 Seiten, DIN A5, 15 Klappkarten, 14 Übungsfolgen, beidseitig bedruckt, auf festem 350g-Karton, farbig illustriert, inkl. methodischer Hinweise, in farbiger Pappbox, plastikfrei verpackt mit OVP-Siegel
EAN: 426069492 011 4
€ 18,00 (D) / € 18,50 (A) / sFr 22,00 (CH)

Elke Gulden, Gabriele Pohl, Bettina Scheer

Kinderyoga-Bildkarten für die Grundschule

3-Minuten-Flows im Klassenzimmer: für mehr Ruhe und Aufmerksamkeit

Yoga im Klassenzimmer: Diese Bewegungsübungen sorgen für Ruhepausen!

Grundschulern fällt es häufig noch schwer, über einen längeren Zeitraum hinweg stillzusitzen und sich zu konzentrieren. Dann hilft ein „Buchstabentea“ oder eine „Weltraumreise“: Diese Yoga-Entspannungsübungen machen den Kopf frei für neuen Unterrichtsstoff!

Die erfahrenen Übungsleiterinnen Elke Gulden, Bettina Scheer und Gabriele Pohl haben ein Kartenset mit Yogaübungen für Kinder zusammengestellt, die für Entspannung im Klassenzimmer sorgen und die Konzentration der Kinder fördern. Alle Klappkarten zeigen ein buntes Motiv zur Einstimmung auf der Vorderseite und kindgerechte Abbildungen des vollständigen Flows mit einem passenden Merkvers zum Nachmachen auf den Folgeseiten.

- Yoga in der Grundschule: 14 Übungsfolgen für Kinder ab sechs Jahren
- Dehnen, Strecken, Mitsprechen: Merkreime machen Lust auf Bewegung
- Alle Kinderyoga-Übungen funktionieren in Sitzhaltung oder im Stehen am Platz
- Speziell geeignet für Entspannungs- und Bewegungsangebote in der Grundschule
Keine Yoga-Vorkenntnisse, keine Matten und keine Vorbereitung nötig

Mit Kinderyoga Stress abbauen und die innere Balance finden

Die langsamen Abläufe und die Konzentration auf den eigenen Atem helfen Kindern, ihre Muskulatur zu entspannen und ihre Aufmerksamkeit zu verbessern. Um die Bewegungsübungen jederzeit im Unterricht einflechten zu können, enthält „Kinderyoga-Bildkarten für die Grundschule“ nur kurze Übungen, die in Alltagskleidung ohne Aufwärmphase im Klassenzimmer direkt am Platz umgesetzt werden können.

So schaffen Sie es, wohltuende Ruhemomente im anstrengenden Schulalltag zu gestalten!

Empfohlenes Alter: 6 bis 10 Jahre



© www.elke-gulden.de

Elke Gulden

Elke Gulden ist Tanzpädagogin und staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin. In ihrem Institut bietet sie Fortbildungen zur musikalischen Frühförderung, zum kreativen Kindertanz und zum Kinderyoga an. Sie lebt in Stuttgart. Mit Bettina Scheer gibt sie die Fachzeitschrift "Musik in der Kita" heraus.



Gabriele Pohl

Gabriele Pohl, Grafik-Designerin, illustriert Kinder- und Sachbücher und veröffentlicht Comics, sie arbeitet im eigenen Grafikbüro in München.



Bettina Scheer

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.

Bezugsmöglichkeiten

Alle Titel von Don Bosco Medien erhalten Sie in Ihrer Buchhandlung, im Onlinehandel oder direkt auf donbosco-medien.de. Telefonische Bestellannahme: + 49 / 89 / 4 80 08 – 3 30 (Mo. – Do.: 9:00 bis 17:00 Uhr und Fr. 9:00 bis 15:00 Uhr). Fordern Sie unseren aktuellen Katalog an.

Presse

Coverabbildungen, Autorenfotos, weiterführende Produkt- und Autoreninformationen, Kontakt zu Autoren und Rezensionsexemplare fordern Sie bitte hier an:

presse@donbosco-medien.de, Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 3 48

Lizenzen und Foreign Rights

Abdruckgenehmigungen richten Sie bitte an: rechte@donbosco-medien.de

Inlandslizenzanfragen und Foreign Rights richten Sie bitte an: rights@donbosco-medien.de

Wiederverkäufer

Verlagsauslieferungen

D: AZB Auslieferungszentrum Bercker, helga.behr@azb.de, Tel. 0 28 32 / 9 29- 2 90

A: Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH, bestellung@mohrmorawa.at, Tel. 01 / 6 80 14 – 0

CH: Balmer Bücherdienst AG, info@balmer-bd.ch, Tel. 055 / 4 18 89 89

Innendienst

Für Coverabbildungen, Titeldatensätze, Konditionen, Kontakt zum Außendienst, Büchertische und Veranstaltungen nehmen Sie bitte Kontakt auf mit:

vertrieb@donbosco-medien.de, Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 3 45