

*Mir geht es gut und du fühlst dich wohl*  
*„Wellnesswochen“ im Kindergarten*

Dimension des Themas/ Erfahrungsfeld der Kinder	_____2
Tipps für die Erzieherinnen/ Modellziele	_____3
Elternbrief	_____4

**m1 Willkommen auf der Wellnessfarm**

Hintergrundwissen für die Erzieherinnen	
Geschichte: Der arme reiche Prinz	_____5
Bastel- und Gestaltungsanregungen: Wohlfühlpuzzle/Regenbogenstift/ Gute-Laune-Barometer	
Medientipp	_____6
Bastelvorlage: Gute-Laune-Barometer	_____7
Anregungen: Glitzersalon/ Kuschelkissenbad	_____8
Ruhekreis: Lachmuskeltrainingslager	
Wahrnehmungsspiel: Fühlpfad	
Info: Was ist Snoezelen?	_____9

**m2 Herrliche Düfte und wohltuende Klänge**

Gestaltungsanregung: Mandala	
Medientipp	_____10
Bastelanregungen	
Hintergrund: Düfte und ihre Wirkung	_____11
Aktivitätsvorschlag: Freundliche Runde	
Bastelanleitung: Gesichtsmasken	_____12
Bastelanleitungen: Duftende Tulpen/ Blütenerwachen	
Duftmeditation	_____13
Musik und ihre Wirkung	
Beschäftigungsanregung: Tanzsäcke	
Medientipp	_____14

**m3 Essen mit Ambiente**

Lied: Das Lied vom Freuen	_____15
Rezepte: Fruchteiskekse/ Hirse-Spinat-Auflauf	
Aktivität: Teefabrik	_____16
Sprachförderung: Tischsprüche	_____17
Gestaltungsvorschlag: Spagetti mit Tomatensoße/Pommes frites	
Aktivität: Apfel-Puzzle	_____18
Rezepte	_____19
Beschäftigung: Wie wird der Tisch gedeckt?	
Anleitungen: Kerzen- und Schmetterlings- Serviette	_____20
Medientipp	
Anleitung: Kellner-Karussell	
Elternarbeit: Vattertags-Restaurant	_____21

**m4 Fitness**

Medientipp	
Lied: Kannst du auf den Zehen stehen?	_____22
Bewegungsspiele	_____23–24

**m5 Körpergefühle**

Erzählung/Gesprächsanregung:	_____25
Begriffsbildung: angenehm – unangenehm	
Spiel: Igittigitt!/Tennisballmassage	
Beschäftigung: Monsterglibber	_____26
Wer ist glücklich?	
Gesprächsanregung: Glücksmomente im Einmachglas	_____27
Beschäftigungsvorschläge: Faszinierende Experimente zum Staunen	_____28–29
Aktion: Ein gemütliches Kuschelkissenfest	_____30–31
Themenanstoß: Wut im Bauch	
Lied/Bastelangebot: Sorgenpüppchen	_____32
Bastelanregung: Kirschkerne-Kuschelkissen	
Beschäftigungsanregung: Mimürfel-Spiele	_____33

**m6 Mit Schöner verwöhnen**

Spiele: Verwöhn- und Wohlfühl- spiele	_____34–35
Gestaltungsvorschläge: Wellnessbaum/Gruppenmandalas	_____36
Spiele: Kontaktopoly/ Ich schenk dir was	_____37
Rezept: Chinesische Glückskekse	_____38
Rezeptur: Massageöl	
Lied: Alberne Sachen	_____39
Literatur- und Medienhinweise	_____40

**LERNSPIELE mit Karlchen Schlaufuchs**

So ein Durcheinander!	_____41
Der Tisch ist gedeckt ...	_____42
Bunte Seifenblasen!	_____43
Ooooooh!	_____44
So schön bunt!	_____45
Welch ein Lärm!	_____46

**MOMENT MAL ... – Kleinere Aktionen für den Kindergartenalltag**

... mein Zahn wackelt!	_____47
... Paten lesen uns was vor!	_____48
... heute steigen bunte Seifenblasen!	_____49
... heute ist doch Valentinstag!	_____50
... jetzt geht's endlich wieder in den Garten!	_____51
... Fingerlinge fingern ganz schön fix!	_____52