

Husten, Schnupfen, Heiserkeit

Gesundheit durch mehr Achtsamkeit

- 1 Vorwort/Modellziele/Buch- und Spieltipp
- 2 Bildungsbausteine
- 3 Elternbrief

1 Mein Körper

- 4 Gestaltungsanregung: Mein Körperbuch
Buchtipps
- 5-8 Vorlagen: Junge und Mädchen
- 9  Bewegungslied: Kopf und Schulter
Bewegungsspiel: Körper-Rap
- 10 Info: Bewegung hält fit und gesund
Seilspiele: Karussell
Das Gras wächst
- 11 Hüpfkästchen: Himmel und Hölle
Ballspiele: Kirschen essen
Eins, zwei, drei – Wer hat den Ball?
- 12 Reaktionsspiele für große Gruppen:
Körper tanzen, Körper ruhen
Pferderennen
Tipp: Die Bewegungsbaustelle
- 13 Info: Sehen, fühlen schmecken ...
Sinneswahrnehmung: Wer bin ich?
Was fühlt sich gleich an?
Info: Schmecken und Riechen
- 14 Impuls: Geruchsprobe
Gestaltungsanregung: Wie riecht das?
Experiment: Hör mal!
Spiel: Drehmühle

2 Sauber und gesund

- 15 Experimente: Niestest
Mikroskopieren
Impuls: Seife gießen, Handtücher bedrucken
Lied/Fingerspiel: Zeigt her eure Hände
- 16/17  Geschichte: Lilli geht zum Zahnarzt
Gesprächsimpulse
Bildvorlage: In der Zahnarztpraxis
- 18  Gestaltungsanregung: Zahndosen
Lied: Mein Zahnputzlied

LERNSPIEL

- 19 Immer drei!

3 An apple a day ...

- 20 Info/Gesprächsimpuls: So esse ich richtig!
Buchtipps
- 21 Rezept: Dinkelvollkornbrot mit Sonnenblumenkernen
Backofengemüse

Erdbeer-Himbeer-Smoothie
Impuls: Ein Veggie-Tag im Kindergarten

LERNSPIEL

- 22 Gesund oder ungesund?
- 23 Info: Dagegen ist wohl ein Kraut gewachsen!
Kim-Spiel: Kräuter schnuppern, Kräuter schmecken
Impuls: Elternaktion
Blitzrezept: Tomaten-Mozzarella-Spieße
Gestaltungsanregung: Mein Kräutertopf für zu Hause
Gestaltungsanregung: Mein Kräuterbuch
- 24 Bildvorlage: Kräuter
- 25/26 Gestaltungsanregung: Mein Kräuterbuch

4 Vom Kranksein und Gesundwerden

- 27  Geschichte: Hannah ist krank
- 28 Bildvorlage: In der Kinderarztpraxis
Gesprächsimpulse
- 29 Impuls: Die Kinderarztpraxis im Kindergarten
Gestaltungsanregungen: Keine Angst vor: Spritz(en)bildern!
Schalen aus Gipsbinden
- 30 Gestaltungsanregung/Spiel/
Vorlagen: Arztkoffer
- 31 Mitlesegeschichte: Ida wird geimpft
Gesprächsimpuls
- 32 Wimmelbild: Rund ums Krankenhaus
- 33  Geschichte: Tom hat einen Unfall

LERNSPIEL

- 34 Puzzle: Mein Krankenwagen

LERNSPIEL

- 35 Motorikübung: Auf dem Weg ins Krankenhaus

LERNSPIEL

- 36 Kopiervorlage: Krankenhaus
Memospiel
- 37 Impuls: 112 ist keine Zauberei!
Spieltipp

5 Achtsamkeit

- 38 Traumreise: Eine Wolkenreise
- 39 Info: Kinder wachsen im Schlaf
Gestaltungsanregung: Wolkenbild

Achtsamkeitsübung: Die kleine Feder
Tipp: Ruheraum, Snoezelen und Co.
40 Partnermassage: Von Regen und Sonnenschein
Impuls: Lärmampel

- 41 Anregungen: Kleine Auszeiten in der Mittagspause
Ritual: It's Tea time
Meditation: Mein Raum!
Impuls: Eine Atemübung für neue Energie
Rezept: Duftende Zitronenhand-creme

- 42/43  Geschichte: Lena hat Bauchschmerzen
Info: Achtsamkeit
Anregung: Gruppenbildung
44 Impuls: Der Komplimente-Thron
Gestaltungsanregung: Mein „Ich bin ich“ Medaillon
- 45 Achtsamkeitsspiele: Pantomimespiel zur Begrüßung
Die Sonne geht auf Schatten
Bär sucht Baum!
Magnetische Hände
„Sooo wütend bin ich!“
- 46 Vorlage: Wie fühlst du dich heute?

JAHRESZEITLICHES & KREATIVES für zwischendurch

- 47 Gestaltungsanregung: Ich als schöner Schwan
Info: Hans Christian Andersen
- 48/49 Märchen: Das hässliche junge Entlein
Tanzimpuls: Der schöne Schwan
- 50 Vorlage: Schwan

Kleinere Aktionen und Angebote für Kinder unter 3 Jahren

- 51 Kniereiterspiel: Ein Schiffelein auf dem Meer
Streichelmassage: Der Tag beginnt
- 52  Impuls: Malen mit Rasierschaum
Gestaltungsanregung/Motorik-übung: Steckbox
Fingerspiellied: Meine Finger sind so lustig