

# Inhalt

Vorwort .....	4
Gefühle gehören zu uns – Spiele für emotionales und soziales Wohlbefinden .....	6
Sich darstellen und ausdrücken – Rollenspiele, Theater, Musik, Tanz und Kunst .....	22
Ich bin ich und du bist du – Angebote zur Körper- und Umweltwahrnehmung .....	44
In Bewegung sein – Bewegungsangebote und Erlebnisspiele .....	58
Draußen unterwegs – Naturerfahrungen mit allen Sinnen .....	74
Nähe, Ruhe und Geborgenheit – Massage und Entspannungsübungen .....	82
Was braucht mein Körper? – Angebote zur Gesundheitsförderung .....	90
Anhang .....	102