



Inhalt

Erläuterungen	4
Theorieteil	
Stillarbeit als Sozialform	5
Helfer für die Stillarbeit	7
Wie stelle ich Stille her?	8
Stille-Rituale	9
Wie wähle ich Stille-Rituale oder Ruhe-Signale aus?	10
Wie führe ich ein Ruhe-Signal ein?	12
Stille als Unterrichtsthema	13
Was steckt hinter Stille-Übungen?	15
Merkmale von Stille-Übungen	16
Materielle Ausstattung für Stille-Erfahrungen	17
Praxisteil	
Zeig mir, wo ich bin – Kugelrollen	18
Eine Minute Ruhe – Stecknadel fällt	19
Muskelzauber – Tiergesichter	20
Flasche zerdrücken – Zitronenübung	21
Fantasiereise – Geräusche raten	22
Materialteil	
Stille-Grafiken	23
Helfer-Wurm	24
Tier-Kärtchen	25
Bewusstes Atmen	26
Lärmampel	27
Text Fantasiereise	28