

## Ein paar Worte zuvor ...

1. Veränderte Kindheit – bedrohtes Gleichgewicht .....	10
2. Kinesiologie – ein junger Baum mit alten Wurzeln .....	16
East meets West	
<i>Ein Bündnis aus östlichem Erfahrungswissen und westlicher Wissenschaft</i> .....	16
Der Baum und seine Früchte	
<i>Die Vielfalt kinesiologischer Anwendungsmöglichkeiten</i> ...	17
3. Durch Bewegung ins Gleichgewicht – die Theorie .....	21
„Bewegung ist das Tor zum Lernen“	
<i>Die tragende Rolle der Bewegung beim Lernen mit Körper, Geist und Seele</i> .....	21
Sinnliche Entdeckungsreise	
<i>Wahrnehmung als Grundpfeiler ganzheitlichen Lernens</i> ...	22
Verkabelung	
<i>Neuronale Vernetzungen durch Bewegung und Wahrnehmung</i> .....	23
Getrennt oder mit vereinten Kräften?	
<i>Rechte und linke Gehirnhälfte, ihre Aufgaben und ihre Integration</i> .....	24
Auf allen Vieren	
<i>Das Überkreuzmuster – Grundfunktion frühkindlicher Bewegungsentwicklung</i> .....	26
Der Grundstein ist gelegt	
<i>Frühkindliche Bewegungsmuster als Basis schulischen Lernens</i> .....	29
Überkreuz und Überquer	
<i>Blockaden lösen und Defizite ausgleichen durch kinesiologische Übungen</i> .....	31

<b>4. Durch Bewegung ins Gleichgewicht – die Praxis</b> .....	<b>34</b>
Gymnastik für das Gehirn	
<i>12 Kinesiologische Basisübungen für den Kinderalltag</i> ....	<b>34</b>
Vom Quell des Lebens	
<i>Wasser unterstützt Lernen und Denken</i> .....	<b>58</b>
Wer fährt mit?	
<i>Mit der Lokomotive in drei Minuten hellwach</i> .....	<b>61</b>
Es ist nie zu spät	
<i>Entwicklungskinesiologische Spiele und Übungen</i> .....	<b>62</b>
Fließen und Strömen	
<i>Aufmunternde und beruhigende Spiele rund ums Atmen</i> ..	<b>67</b>
Mit Musik geht alles besser	
<i>Lieder begleiten kinesiologische Bewegungsübungen</i> .....	<b>75</b>
Durch den Urwald	
<i>Eine Erkundungsreise mit viel Bewegung</i> .....	<b>82</b>
Im Land der Farben	
<i>Die Farbenbalance als Spiel in der Gruppe,</i>	
<i>zu zweit oder allein</i> .....	<b>85</b>
Auf dem Berge Sinai...	
<i>Klatschspiele für die Kinesiologie wiederentdeckt</i> .....	<b>96</b>
Ich fange dich	
<i>Jonglieren mit Tüchern und weichen Bällen</i> .....	<b>99</b>
Berühren und sich berühren lassen	
<i>Massagen: Wohltat für Körper, Geist und Seele</i> .....	<b>102</b>
Und die Großen?	
<i>Selbsthilfeübungen für alle, die mit Kindern</i>	
<i>leben und lernen</i> .....	<b>110</b>
<b>5. Grenzen als Wegweiser</b> .....	<b>114</b>
Ein paar Worte zum Schluss ... ..	<b>120</b>
Serviceteil .....	<b>121</b>