

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	4
Bewegungsspiele im Unterricht .....	5
Bewegungsgeschichten, Entspannungsspiele und Entspannungsmassagen für Bewegungspausen.....	6
Auflockerungs- und Konzentrationsübungen .....	7
<b>Empfehlung zum Einsatz hinsichtlich der Klassenstufen ....</b>	8
<b>Hinweise zum Umgang mit den Spielen .....</b>	12
Ideen für die Wochenplan- und Freiarbeit .....	14
 <b>Bewegungsspiele für den Mathematikunterricht .....</b>	18
 <b>Bewegungsspiele für den Deutschunterricht .....</b>	59
 <b>Bewegungsspiele für den Englischunterricht .....</b>	89
 <b>Bewegungsgeschichten für Bewegungspausen .....</b>	123
 <b>Entspannungsmassagen für Bewegungspausen.....</b>	130
 <b>Entspannungsspiel für Bewegungspausen .....</b>	137
 <b>Auflockerungs- und Konzentrationsübungen .....</b>	138
 <b>Literaturverzeichnis .....</b>	146