

Das Samurai-Programm



Shiatsu im Kindergarten



Katzenpfoten zum Schnurren

„Lieg gemütlich auf dem Bauch,
mach's dir bequem und ich mir auch.
Kratzen mit den Katzenpfoten
ist ab jetzt strengstens verboten!

Auf den Rücken werden jetzt
meine Pfoten aufgesetzt.
Drücke hier und drücke da –
ja, das ist ganz wunderbar. (...)"



Ziel dieser Übung:

- Stimulation der Tiefenwahrnehmung für ein besseres Körperbewusstsein.



Samurais Zauberstein

„Was ist das für ein schöner Stein?
Er passt in meine Hand hinein.
Und wenn ich ihn ganz feste drück'
Bringt er mir sicher ganz viel Glück.
Jetzt bin ich nicht mehr so allein –
ich hab ja meinen Zauberstein!“



Ziel dieser Übung:

- Die Idee des „Zaubersteins“ hat die Selbstwirksamkeit als Grundlage. Der durch den Stein stimulierte Akupunkturpunkt auf der Handfläche trägt den Namen „Palast der Nervosität“. Er wirkt beruhigend und gleichzeitig stimmungsaufhellend.
- Das gilt übrigens auch für Erwachsene!



Kleine Yukiko spürt die Sonne

„Reibt die Hände mal ganz kräftig –
aber bitte nicht zu heftig!
Wer hinter seinem Partner steht
die Hände auf die Schultern legt.

Da spürt man Wärme unter Händen
und wünscht sich, das soll niemals enden.
Und die Übung heißt, oh Wonne!
„Kleine Yukiko spürt die Sonne“.



Ziel dieser Übung:

- Kontaktaufnahme und das Anregen des Energieflusses.
- Die Aufmerksamkeit des Kindes richtet sich auf den eigenen Körper – es wird ruhig und aufmerksam.

Das Samurai-Programm

Aufrecht, wach und fit – für Klein und Groß

Das Samurai-Programm ist ein Praxisprogramm, das konkret und auf einfache Weise der Gesundheitsförderung dient. Durch Berührung, Bewegung und Schulung der Wahrnehmung lernen Kinder, wie Erwachsene, sich besser zu spüren und zu konzentrieren.

Die Techniken dieses Programms kommen aus dem Shiatsu, einer aus Japan stammenden manuellen Behandlungsform. Der theoretische Unterbau basiert auf denselben Grundlagen wie die Akupunktur.

Die Einführung in die verschiedenen Module übernehmen speziell ausgebildete Trainer.

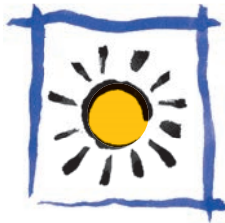
Samurai-Programm im Kindergarten

Aus dem mittlerweile sehr erfolgreich eingesetzten Programm für Schulen der „Samurai-Shiatsu“-Serie hat sich ein Kindergartenprogramm für die Kleinsten weiterentwickelt.

Auch hier vermitteln wir den Kindern auf spielerische Weise Einblicke in die japanische Kultur. Kernthema ist aber den Kindern und den Pädagogen Übungen zu zeigen, die nicht nur Spaß machen, sondern die ihnen dabei helfen, sich besser zu spüren, und sie in ihrer Aufrichtung zu unterstützen.



Über diesen Link sehen Sie einen Film der praktischen Anwendung der Übung „Katzenpfoten zum Schnurren“.
URL: <https://www.youtube.com/watch?v=dGieS-HBKFI>



Fördergesellschaft
Samurai-Programm e.V.

Fördergesellschaft Samurai-Programm e.V.,
Straße der Republik 29, D-65203 Wiesbaden

E-Mail: info@samurai-shiatsu.de

Mehr Informationen auf:
www.samurai-shiatsu.de

Das Buch zum Programm



Karin Kalbantner-Wernicke,

Thomas Wernicke

Das Kribbel-Krabbel Buch

Ein Shiatsu-Bilderbuch

zum Mitmachen

1. Aufl. 2016, 54 Karten mit farbigen

Abbildungen, Format 35,3 x 25 cm

Spiralbindung

ISBN 978-3-943324-58-7

€ 22,00

>> Mehr Informationen:

www.kiener-verlag.de

KIENER
VERLAG

Ihr/e persönliche/r Samurai-Shiatsu Ansprechpartner/in
freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme!