

Inhalt

Vorwort 5

Zur Benutzung des Buches 7

■ ■ ■ ■ ■ Ruhig verlaufende, hemmende Übungen 10

Platzübungen 10

Begegnungen 19

Übungen ohne Sprachkommandos (mit Handzeichen) 24

■ ■ ■ ■ ■ Aufmerksamkeitsfördernde Übungen 28

Fuß-Gehen 28

Formation 36

Abrufen mit und ohne Ablenkung 41

■ ■ ■ ■ ■ Konzentration durch Körperschulung 46

Stangen 46

Reifen 49

Gartenzaun 51

Gitterrost 53

Actionübungen 54

Menschensuche 54

Gehorsamsspiele 57

Reizangelspiele (mit Stopp und Start) 63

Erlebnisspaziergänge 66

Geländetraining 66

Stadttraining 76

Apportieren 86

Gruppenübungen 86

Einzelübungen 90

Kombinierte Übungen 94

Rollenspiele 94

Stationen 98

Bleiben 102

Stoppen auf Entfernung 105

Verzeichnisse 107

Literatur 107

Bildquellen 107

Register 109