

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	7
Einführung.....	8
Zur Bedeutung des Sporttreibens für Ältere	8
Zur Bedeutung des Spielens für Ältere	8
Vom Umgang mit Spielemuffeln	9
Vermittlung der Spielregeln	10
Risiken und Gefahren bei Bewegungsspielen mit Älteren.....	11
Hinweise zur Benutzung des Buches	12
Aufwärmspiele.....	14
ABC-Staffel	15
Bewegungs-Koffer-Packen	16
Buchstabenlauf.....	17
Fangtuch.....	18
Kreis durchbrechen.....	19
Kurzschluss	20
Pappteller-Tennis	21
Partnersuche	22
Rad-Staffel.....	23
Reifen-Memory	24
Zeitung wedeln	25
Squash-Ball	26
Tuchwanderung	27
Zauberkugel.....	28
Steine transportieren.....	29
Zwinkern	30
Ausdauerspiele	31
Alternativ-Biathlon	32
Ball in der Luft.....	33
Figuren laufen	34
Kastenhandball.....	35
Kegelvölkerball.....	36
Post verteilen	37
Spielfeld freihalten.....	38
Tunnelball.....	39
Umkreisen.....	40
Zahlenlauf	41
Koordinationsspiele	42
2 vor – 1 zurück.....	43
Angestiftet	44
Balla Balla	45
Balance-Akt	46
Bechertennis	47
Flasche bewachen	48
Bierdeckel-Wurf	49
Chinesisch essen.....	50
Drei-Scheiben-Spiel	51
Beladen balancieren	52
Ha Ha Ha.....	53
Handtuchrallye.....	54

Impuls.....	55
Irre Pfeile	56
Klatschball.....	57
Meine/Deine/Unsere Beine	58
Mülltütenvolleyball	59
Rhythmus schlagen	60
Schenkel klopfen.....	61
Stabballett.....	62
Verflichte Kreise	63
Yin Yang.....	64
Kooperationsspiele	65
Blind zählen.....	66
Blinde Formen	67
Decke wenden.....	68
Ferngesteuert	69
Knöpfe sammeln.....	70
Schwungvoll sortieren.....	71
Transportlösungen.....	72
Verknotete Schlange	73
Zusammenhalt	74
Zwei Leute – Zwei Hände	75
Geschicklichkeitsspiele	76
Euro-Staffel	77
Heiße Eisen.....	78
Knoten lösen	79
Merk- und Denkspiele.....	80
Ballbahnen	81
Becher türmen	82
Elf Stäbe.....	83
Becher Scrabble.....	84
Ja-Nein-Spiel	85
Kreuz, Pik, Herz, Karo.....	86
Matten-Mühle.....	87
Memory laufend	88
Schnappschuss	89
Sehen und Gehen.....	90
Spielerparlament	91
Sprachlose Reihen.....	92
Ups die Sieben.....	93
Tic-Tac-Toe	94
Abwärm- und Entspannungsspiele.....	95
Berühren und Spüren.....	96
Gefühlstheater	97
Doppeltes Denkmal	98
Kreismassage	99
Redensart – Pantomime	100
Sender und Empfänger.....	101
Spannungsfelder.....	102
Spiegelpantomime.....	102
Wer war das?	103
Literatur	104
Spieleregister	105
Über die Autorin	107