

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort.....</b>	<b>7</b>
<b>Einführung .....</b>	<b>8</b>
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
<b>Aufwärmspiele.....</b>	<b>14</b>
ABC-Staffel .....	15
Bewegungs-Koffer-Packen .....	16
Buchstabenlauf.....	17
Fangtuch.....	18
Kreis durchbrechen .....	19
Kurzschluss .....	20
Pappeller-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
<b>Ausdauerspiele .....</b>	<b>31</b>
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
<b>Koordinationsspiele.....</b>	<b>42</b>
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

<b>Impuls.....</b>	<b>55</b>
Irre Pfeile .....	56
Klatschball.....	57
Meine/Deine/Unsere Beine .....	58
Mülltütenvolleyball .....	59
Rhythmus schlagen .....	60
Schenkel klopfen.....	61
Stabballett.....	62
Verflixt Kreise .....	63
Yin Yang .....	64
<b>Kooperationsspiele .....</b>	<b>65</b>
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
<b>Geschicklichkeitsspiele .....</b>	<b>76</b>
Euro-Staffel .....	77
Heiße Eisen.....	78
Knoten lösen .....	79
<b>Merk- und Denkspiele.....</b>	<b>80</b>
Ballbahnen .....	81
Becher turmeln .....	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
<b>Abwärm- und Entspannungsspiele.....</b>	<b>95</b>
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
<b>Literatur .....</b>	<b>104</b>
<b>Spieleregister .....</b>	<b>105</b>
<b>Über die Autorin .....</b>	<b>107</b>