

# Inhaltsverzeichnis

<b>I</b>	<b>Theorie</b> .....	<b>1</b>	5.1.4	Aufwärmen und Lockern mit Bewegungsliedern .....	34
<b>1</b>	<b>Grundlagen der MAKS- Therapie</b> .....	<b>3</b>	5.1.5	Übungen mit Motto .....	35
<b>2</b>	<b>Wirksamkeit der MAKS- Therapie</b> .....	<b>5</b>	<b>5.2</b>	<b>Übungen für den Hauptteil</b> .....	<b>38</b>
<b>3</b>	<b>Einordnung der MAKS-Therapie in das Gesamtkon- zept pflegerischen Handelns</b> ...	<b>9</b>	5.2.1	Bunte Tücher oder Fitnessbänder ...	38
<b>4</b>	<b>Durchführung der MAKS-Therapie</b> .....	<b>13</b>	5.2.2	Handtuchgymnastik .....	40
4.1	Leitziele der Module .....	13	5.2.3	Gymnastikstab .....	42
4.2	Planung von Gruppenaktivierungen .....	14	5.2.4	Doppelklöppel .....	43
4.2.1	Personelle Aspekte .....	14	5.2.5	Ballspiele .....	45
4.2.2	Räumliche Aspekte und Material ...	15	5.2.6	Zielwerfen .....	47
4.2.3	Planung und Vorbereitung .....	15	5.2.7	Übungen mit Körnersäckchen .....	49
4.2.4	Zeit-Management .....	18	5.2.8	Hanteltraining .....	50
4.2.5	Umgang mit Demenzzkranken und therapeutisches Konzept .....	20	5.2.9	Gerätetransport (motorische Ketten) .....	52
4.3	Leitbild der Ganzheitlichkeit und kulturelle Aspekte .....	22	5.2.10	Schwimmnudel .....	54
4.3.1	Einsatz und Wirkung der MAKS-Farben .....	22	5.2.11	Schwungtuch .....	62
4.3.2	Musik und Rhythmus .....	22	5.2.12	Luftballon schnappen .....	64
4.3.3	Modelle der Implementierung .....	23	5.2.13	Luftballon und Frisbee .....	65
4.3.4	Schulungen .....	24	5.2.14	Zauberschnur .....	66
<b>II</b>	<b>Praktische Beispiele aus der MAKS- Therapie</b> .....	<b>27</b>	5.2.15	Bewegung würfeln .....	67
<b>5</b>	<b>Motorische Aktivierung</b> .....	<b>29</b>	5.2.16	Becherstapeln .....	68
5.1	Aufwärmübungen .....	30	5.2.17	Hallenboccia .....	71
5.1.1	Aufwärmen und Lockern ohne Handgeräte .....	30	5.2.18	Stockschießen und „Schlenzen“ ...	71
5.1.2	Aufwärmen und Lockern mit dem Igelball .....	31	5.2.19	Kegeln .....	74
5.1.3	Aufwärmen und Lockern mit einem leichten Ballspiel .....	33	5.2.20	Tischkicker .....	75
			<b>5.3</b>	<b>Tanz, Bewegungslieder, Rhythmusübungen</b> .....	<b>76</b>
			5.3.1	Farbtanz für Paare .....	76
			5.3.2	Tanzen und Sitztanz .....	78
			5.3.3	Übungen mit Klanghölzern .....	79
			5.3.4	Bewegungslied „Luftballon und Frisbee“ (Variante 1) .....	81
			5.3.5	Bewegungslied mit der Zauberschnur (Variation 1) .....	83
			5.3.6	Bewegungsspiel „Erntearbeit“ ...	85
			<b>5.4</b>	<b>Übungen im Garten</b> .....	<b>86</b>
			5.4.1	Boccia .....	86
			5.4.2	Krocket .....	87
			5.4.3	Wassergymnastik nach Kneipp ...	88
			5.4.4	Punkte schießen .....	90
			5.4.5	Wikinger-Schach .....	90
			5.4.6	Bierdeckelspiel in der Mannschaft ..	91

5.4.7	Federball .....	92	6.2.9	Perlensterne .....	137
<b>6</b>	<b>Alltagspraktische Aktivierung ..</b>	<b>95</b>	6.2.10	Dartspiel .....	138
6.1	Imbiss zubereiten .....	96	6.2.11	Übungen mit Nägeln .....	140
6.1.1	Belegte Sandwiches oder Brötchen ..	96	6.2.12	Vogelhaus .....	141
6.1.2	MAKS-Käse-Igel .....	97	6.2.13	Beetstecker Windrad .....	142
6.1.3	Kartoffelsalat .....	99	6.2.14	Teelicht Martinsgans .....	143
6.1.4	Pizza .....	100	6.2.15	Weben .....	144
6.1.5	Kartoffelsuppe .....	101	6.2.16	Ostereier färben .....	145
6.1.6	Schnittlauch-Schnitten oder -Brezeln .....	103	6.2.17	Kräuterstrauß zu Maria Himmelfahrt .....	146
6.1.7	Schweizer Wurstsalat .....	104	6.2.18	Türkranz aus Naturmaterialien ....	148
6.1.8	Mozzarellatomaten .....	105	6.2.19	Erntesymbole .....	149
6.1.9	Flammkuchen .....	105	6.2.20	Adventskalender .....	150
6.1.10	Spargelgericht klassisch .....	107	6.2.21	Christbaumschmuck .....	151
6.1.11	Griechischer Bauernsalat .....	108	6.2.22	Lebkuchenhaus .....	152
6.1.12	Eiskaffee .....	110	<b>6.3</b>	<b>Alltagspraktische Spiele .....</b>	<b>154</b>
6.1.13	Apfel- oder Zwetschgenkompott ...	110	6.3.1	Mensch ärgere Dich nicht .....	154
6.1.14	Schokoladenpudding und Vanillepudding .....	112	6.3.2	Riesen-Mikado .....	155
6.1.15	Obstsalat .....	113	6.3.3	Riesen-Scrabble .....	156
6.1.16	Vanilleeis mit heißen Himbeeren ...	114	6.3.4	Zündholz-Salat .....	157
6.1.17	Erdbeerkuchen .....	115	6.3.5	Obstfarben würfeln .....	158
6.1.18	Milchshake .....	116	6.3.6	Stapelspiele .....	159
6.1.19	Heiße Schokolade .....	117	6.3.7	Wandernde Alltagsgegenstände ...	161
6.1.20	Früchte-Bowle .....	119	6.3.8	Gruppenkunstwerk .....	161
6.1.21	Zwetschgenkuchen .....	120	6.3.9	Farbsignalspiel .....	162
6.1.22	Waffeln backen .....	121	6.3.10	Farbe rollt zur Farbe .....	164
6.1.23	Kaiserschmarrn .....	122	6.3.11	Schätzaufgabe (Kategorien) .....	164
6.1.24	Obstquark .....	124	6.3.12	Schätzaufgabe (Alltagsgegenstände) .....	166
6.1.25	Joghurteis zubereiten mit der Eismaschine .....	124	<b>6.4</b>	<b>Wahrnehmungsübungen .....</b>	<b>167</b>
6.1.26	Martinsgänse aus Quarköl-Teig ....	126	6.4.1	Prima-Übung „Riechen“ .....	167
6.1.27	Weckmännchen backen .....	127	6.4.2	Prima-Übung „Hören“ .....	168
6.1.28	Butterplätzchen backen .....	128	6.4.3	Prima-Übung „Tasten“ .....	168
6.1.29	Osterbrot .....	129	6.4.4	Prima-Übung „Schmecken“ .....	169
<b>6.2</b>	<b>Handwerkliche Übungen .....</b>	<b>131</b>	<b>6.5</b>	<b>Feinmotorische Übungen mit alltagsprak- tischem Material (PC und Beamer) .....</b>	<b>170</b>
6.2.1	Labyrinth .....	131	6.5.1	Legeaufgaben mit Riesenzündhölzern .....	170
6.2.2	Rollen und Legen auf einem Labyrinth .....	132	6.5.2	Bunte Wattebäusche und Wattestäbchen .....	171
6.2.3	Domino .....	132	6.5.3	Korken und Kronkorken .....	172
6.2.4	Domino spielen .....	133	6.5.4	Pinnen und Messen .....	173
6.2.5	Holzspiel „Punkte kugeln“ .....	133	6.5.5	Steckübungen mit Nadeln oder Reißnägeln .....	174
6.2.6	Holzspiel „Punkte kugeln“ spielen ..	134			
6.2.7	Beetstecker Nistkasten basteln ....	135			
6.2.8	Salzsterne und Salzherzen .....	136			

## XII Inhaltsverzeichnis

6.5.6	Lege- und Steckübungen mit Büroklammern	175	7.4.1	Fotopuzzle ohne Animation	215
6.5.7	Dehnen und Stecken mit Gummiringen	175	7.4.2	Abtippen (vom Bild zum Wort)	216
6.5.8	Steckübungen mit Länderfahnen	177	8	<b>Spirituelle Einstimmung</b>	219
6.6	<b>Sonstige Aktivitäten</b>	178	8.1	<b>Danken</b>	225
6.6.1	Nutzgarten und Tiere	178	8.1.1	Mein Name	225
6.6.2	Feiern	179	8.1.2	Die Sinne – Das Sehen – Die Blumen	230
6.6.3	Tagesausflüge	182	8.1.3	Die Sinne – Das Hören – Klänge und Töne	233
7	<b>Kognitive Aktivierung</b>	185	8.1.4	Die Sinne – Das Riechen – Obst	236
7.1	<b>Kognitive Einstiegsübungen</b>	189	8.1.5	Die Sinne – Das Schmecken – Obst und Gemüse	239
7.1.1	Bleistiftgymnastik	189	8.1.6	Die Sinne – Das Fühlen – Weiches Kissen	242
7.1.2	Fingergymnastik	191	8.2	<b>Leben und Lebensfreude</b>	245
7.1.3	Schere, Stein, Papier	193	8.2.1	Die Hände	247
7.2	<b>Prototypen Papier- und Bleistiftübungen</b>	194	8.2.2	Die Füße	250
7.2.1	Würfelspiel	195	8.2.3	Von den Vögeln	253
7.2.2	Was passt nicht dazu? Thema Kleidung	196	8.3	<b>Freundschaft</b>	255
7.2.3	Bilder einprägen und wieder erkennen	197	8.3.1	Wunschlos glücklich	255
7.2.4	Fotopuzzle zum Ausschneiden	198	8.3.2	Beste Freunde	258
7.2.5	Kalender	198	8.3.3	Liebe wachsen lassen	261
7.2.6	ABC-Übungen	199	8.4	<b>Kirchlicher Jahreskreis</b>	263
7.2.7	Sätze und Wörter verbinden	200	8.4.1	Farben und Symbole des Advents – Die vier Kerzen – stufenweiser Aufstieg	263
7.2.8	Zahlenpaare anstreichen	201	8.4.2	Symbole des Weihnachtsfestes – Christstollen, eine „in Windeln gewickelte“ Köstlichkeit	265
7.2.9	„Lachende Gesichter“	202	8.4.3	Aschermittwoch	268
7.2.10	Symbolpaare zählen (bunt)	203	8.4.4	Passions-/Fastenzeit – Erfahrung mit Kreuz und Leid	272
7.2.11	Zählübungen	204	8.4.5	Osterwoche mit Ostersymbolen – Osterspeisen und Osterglocke	276
7.2.12	Linien abzeichnen	205	8.4.6	Pfingsten – Der heilige Geist und die Vollendung des Menschen	279
7.2.13	Bunte Muster übertragen	206	8.5	<b>Persönliche Segnung zum Wochenschluss</b>	282
7.3	<b>Prototypen PC-Übungen mit Beamer</b>	207		<b>Anhang Kopiervorlagen</b>	289
7.3.1	Was passt nicht dazu? Thema Werkzeuge (Schweregrad 1)	208		<b>Register</b>	311
7.3.2	Kalender (Monate)	209			
7.3.3	Gegenstände benennen: Thema Haushalt	210			
7.3.4	Clickfix	211			
7.3.5	Symbolpaare erkennen	212			
7.3.6	Zählübungen mit Fotos (2–3 Schweregrade)	213			
7.3.7	Kognitiv und alltagspraktisch	214			
7.4	<b>Prototypen PC-Übungen mit Touchscreen oder als Einzelförderung</b>	215			