

Schriftenreihe des Behinderten-Sportverbandes NW  
Behinderte machen Sport  
Band 3

Michael Kolb

# **Spiele für den Herz- und Alterssport**

**Perspektive und Praxis  
einer spielorientierten Bewegungstherapie**



Meyer & Meyer Verlag

***Inhaltsverzeichnis***

Vorworte.....7  
Einleitung.....11

**Die theoretischen Grundlagen**

**1. Zur Genese des Herzinfarkts**

Problematische Aspekte einer funktionsorientierten  
Bewegungstherapie.....13  
Die komplexen Einflüsse auf die Genese des Herzinfarkts.....15  
Zur Rehabilitation des Herzinfarkts.....23

**2. Die Perspektive einer spielorientierten Bewegungstherapie**

Die komplexe Zielstellung der Rehabilitation  
und der Bewegungstherapie.....28  
Zur Umsetzung der Rehabilitationsziele: die Perspektive  
einer spielorientierten Bewegungstherapie.....31  
Spiel als variabler sozialer Erfahrungsraum.....32

**3. Spielen im Alterssport**

Die Ziele des Alterssports.....37  
Zur Entwicklung und Aufgabe der Altersphase.....38  
Der Stellenwert des Spielens im Alterssport.....41

*Inhaltsverzeichnis*

**Die Praxis der Spiele**

<b>1. Hinweise zur Praxis der spielorientierten Bewegungstherapie</b>	
Zur Gliederung der Spielekapitel.....	43
Zum Aufbau der Spielbeschreibungen.....	44
Zum Verhalten des Spielleiters.....	47
<b>2. Ankommen und in Bewegung kommen.....</b>	<b>51</b>
<b>3. Spiele im Kreis.....</b>	<b>81</b>
<b>4. Spiele zum Laufen.....</b>	<b>101</b>
<b>5. Spiele zum Fangen und Werfen.....</b>	<b>115</b>
<b>6. Spiele mit Stäben, Reifen und Seilen.....</b>	<b>135</b>
<b>7. Spiele mit dem Gleichgewicht.....</b>	<b>175</b>
<b>8. Spiele, ohne zu sehen.....</b>	<b>183</b>
<b>9. Spiele mit der Wahrnehmung.....</b>	<b>207</b>
<b>10. Spiele zur Lockerung, Entspannung und Konzentration.....</b>	<b>227</b>
<b>11. Zum Ende kommen.....</b>	<b>241</b>
Systematisches Spieleverzeichnis.....	251
Alphabetisches Spieleverzeichnis.....	255
Verzeichnis der Symbole.....	259
Literatur.....	260