

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	6
Die Grundkonzeption	8
Grundlegende didaktische Überlegungen zu den Stundenbildern.....	10
Zur Handhabung der Stundenbilder	26
„Wenn er aber kommt, dann lauf ich nicht davon!“	
Spielen mit Bällen	27
„Inselball“ (90 Min.)	
Teamspiel mit Schwerpunkt Passen und Fangen.....	30
„Gigaball“	
Spielen mit Bällen	33
„Ein Ball zeigt, was er kann“	
Dribbeln mit Bällen	36
„Ritterballturnier“	
Spielen mit Bällen an Stationen	40
„Punch-Ball“	
Spielen mit Pezzibällen.....	43
„Unschlagbar – Spiele mit Schlägern“	
Hockeyähnliche Spielformen	45
„Kellnerball“	
Spielen mit Schlägern	48
„Kommt ja gar nicht in den Becher!“	
Mit Joghurtbechern und Tennisbällen spielen.....	51
„Ring, Ring, Ring!“	
Wurfspiele mit Tennisringen	53

Bewegung gestalten

„Rollen, drehen, tanzen“	
Bewegung zur Musik und Bewegungsgrundformen aus dem Bodenturnen	56
„Hit me up“	
Bewegen zur Musik – moderne Tanzformen	59
„Feuer!“ (90 Min.)	
Spielen mit der Bewegung – Gymnastikbänder	63
„Jonglier-Spektakulum“	
Jonglieren mit Tüchern.....	66
„Da bin ich vielleicht gespannt!“ (90 Min.)	
Körperspannung und Kinderakrobatik.....	69
„Alles steht Kopf“	
Turnen an Geräten – Handstand.....	72
„Von Liane zu Liane“ (90 Min.)	
Turnen an Geräten – Schwingen an Ringen und Tauen.....	75
„Schiffbruch“	
Turnen an Geräten – Stützen und Schwingen am Reck	78
„Expedition nach Ägypten“	
Turnen an Geräten – Barren	81
„Über Stock und Stein“ (90 Min.)	
Balancieren, Klettern, Stützen an Großgeräten	84
„Synchronspringen“ (90 Min.)	
Springen an Minitrampolinen	87
„Skateboard“ (Unterrichtsprojekt)	
Gleichgewicht, Bewegen auf Rollen.....	90

„Kenia Runners“ Vielseitiges und ausdauerndes Laufen.....	93
„Wetterchaos“ Vielseitiges und ausdauerndes Laufen.....	97
„Stepp mit Pep“ (2 x 45 Min.) Kraftausdauer mit Telefonbüchern.....	99
„Wach, flink, wendig – wie ein Leopard“ Schnelles Laufen und Reagieren	102
„Urlaub am Strand“ Körper erleben, Körperbewusstsein entwickeln – Entspannung.....	105
„Abenteuersafari“ Kräftigung der Arm- und Rumpfmuskulatur an Gerätebahnen.....	108
„Der Weihnachtsmann mit seinem Schlitten“ Gesundheit, Kräftigung mit dem Rollbrett.....	111
„Der Weihnachtsmann auf seiner Winterreise“ Gesundheit, Kräftigung mit dem Rollbrett.....	114
„Mittelalterliches Markttreiben“ Kräfte messen – Spielformen mit- und gegeneinander	117
„Bärenstark kämpfen“ Ringen und kämpfen.....	119
„Vertrau mir, ich helf dir!“ (90 Min.) Kinderakrobatik, Turnen	122
„Die Bären sind los“ Gesundheit, Bewegungserleben mit Teppichröhren	125
„Weltall“ Spielen mit der Bewegung, Körpergefühl	128
„Auf dem Oktoberfest“ Gesundheit, Gleichgewicht	130
„Wie die Dschungeltiere“ Gesundheit, schnell laufen an Stationen.....	133
„Du bist mein Coach“ Weitwerfen	137
„Ganz schön geflogen!“ (90 Min.) In die Weite und Höhe springen.....	140
„Waldspiele“ (90 Min.) Geschicklichkeitsspiele im Freien	143