

Inhalt

Vorwort	7
Noch ein Gymnastikbuch?	8
1 Einführung in den Problemkreis	11
1.1 Zum Begriff „Gymnastik“	11
1.2 Die Gymnastikbewegung	13
1.3 Ansätze der modernen Gymnastik	14
1.3.1 Der pflegerische Ansatz	14
1.3.2 Der rhythmische Ansatz	14
1.3.3 Der tänzerische Ansatz	15
1.4 Erscheinungsformen der Gymnastik	16
1.5 Von der Gymnastikbewegung zur Gymnastik in der Schule	18
1.6 Zur pädagogischen Legitimation der Gymnastik	20
1.6.1 Bewegungsqualität	21
1.6.2 Gesundheitserziehung	25
1.6.3 Bewegungserziehung	27
1.6.4 Musische Erziehung	27
1.7 Lernziele im Überblick	28
1.7.1 Im motorischen Bereich	29
1.7.2 Im kognitiven Bereich	29
1.7.3 Im sozial-affektiven Bereich	30
1.8 Die Voraussetzungen für die Gymnastik im Pflichtschulalter (Grund- und Hauptschule)	31
1.8.1 Schulanfang, 1. und teilweise noch 2. Schuljahr	31
1.8.2 Grundschulzeit, 3. und 4. Schuljahr	33
1.8.3 Hauptschulzeit, 5., 6. und 7. Schuljahr	35
1.8.4 7. und 8. Schuljahr	37
1.8.5 Schulabschluß, 8. und 9. Schuljahr	38
1.9 Exkurs zur Koedukation in der Gymnastik	41
2 Lehrinhalte der Gymnastik in der Schule	49
2.1 Versuch einer methodischen Ordnung der Lehrinhalte	51
2.2 Anwendung der methodischen Ordnung auf die Gymnastik ohne Handgeräte	53
2.3 Anwendung der methodischen Ordnung auf die Gymnastik mit Handgeräten	54
2.4 Spezielle Gütekriterien der Grundformen	55
2.5 Spezielle Gütekriterien des Bewegens mit Handgeräten	57
2.6 Lehrplanentwürfe	59
2.6.1 Minimalanforderungen für die Grund- und Hauptschule	60
2.6.2 Lehrplanentwurf für ein 4. Schuljahr	64

3	Lehrwege	73
3.1	Deduktives Vorgehen	76
3.2	Induktives Vorgehen	80
3.3	Überlegungen zum Stundenaufbau	83
3.4	Die Information zur Steuerung der Lernprozesse	90
3.5	Die Lehrersprache	95
3.6	Die rhythmisch-musikalische Unterstützung der Bewegung	97
3.7	Intensivierung des Unterrichts	102
4	Lehrpraxis	111
4.1	Lehrbeispiele ohne Handgeräte	112
4.2	Lehrbeispiele mit Handgeräten	139
4.3	Lehrbeispiele aus der Ausbildung Studierender	152
4.4	Sichern des Unterrichtserfolges	167
4.5	Zur Benotung in der Gymnastik	174
5	Exkurs Gymnastik und Tanz	179
5.1	Die Vielfalt der Tanzens	179
5.2	Tanzen in der Schule	179
5.3	Zur pädagogischen Legitimation	180
5.4	Die Unterrichtsinhalte (das Lehr- und Übungsgut)	181
5.5	Mögliche Lehrwege	183
6	Zur Praxis einer Gesundheitserziehung in Gymnastik und Tanz	187
6.1	Von der Gesundheitsförderung zur Gesundheitserziehung	187
6.2	Ebenen der Vermittlung	189
6.3	Physisches Wohlbefinden	190
6.4	Psychisches Wohlbefinden	193
6.5	Soziales Wohlbefinden	196
6.6	Problemorientiertes Unterrichten	198
	Namenregister	203