

<u>1. THEORETISCHE GRUNDLAGEN</u>	6
★ Warum integrativer Freizeitsport?	7
★ Prinzipien zum Aufbau einer Freizeitsportstunde	9
★ Organisatorische Voraussetzungen	11
<u>2. AUFBAU EINER SPORTSTUNDE</u>	13
★ Raster zum Aufbau einer Sportstunde	14
★ Spiel- und Bewegungsangebote:	15
1. DER ANFANG UND DAS ENDE	15
2. GYMNASTIK EINMAL ANDERS	18
3. BEWEGUNGSTHEMEN FÜR EINE STUNDE	25
4. GERÄTE - ARRANGEMENTS	46
5. ALLERLEI SPIELE	60
6. MATERIAL - IDEEN	75
7. MIT MUSIK GEHT ALLES BESSER	90
8. ENTSPANNUNG	96

	SEITE
<u>3. SPEZIELLE ANGEBOTE FÜR ÄLTERE KINDER</u>	100
1. KLEINE SPIELE	101
2. PARTNER - SPIELSTATIONEN	106
3. ROLLBRETTER ALS SPIELGERÄTE	110
4. ABENTEUER - SPIELPLATZ	118
5. HALLEN - MINIGOLF	120
6. AKROBATIK	121
<u>ANHANG</u>	127