

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> . . . . .	5
<b>Sportunterricht ist anders – Eine Einführung</b> . . . . .	6
<b>Aufbau des Buches</b> . . . . .	8
<b>1. Spezifischer Bildungsbeitrag sowie Ziele und Inhalte des Sportunterrichts</b> . . . . .	9
<b>2. Bewegungspädagogische Grundlagen</b> . . . . .	10
2.1 Die Psychomotorik als grundlegendes Konzept. . . . .	10
2.2 Bewegung als Dialog und Bewegungslernen als Erfahrungslernen . . . . .	11
2.3 Gesundheitsförderung im Sinn von „Empowerment“ . . . . .	12
<b>3. Inhalte des Sportunterrichts</b> . . . . .	15
3.1 Spielen . . . . .	15
3.2 Turnen an Geräten und Bewegungskünste . . . . .	20
3.3 Bewegen mit und ohne Gerät gymnastisch, rhythmisch, tänzerisch gestalten . . . . .	25
3.4 Laufen, Springen, Werfen . . . . .	32
3.5 Bewegen im Wasser . . . . .	38
3.6 Rollen, Fahren, Gleiten . . . . .	41
3.7 Miteinander und gegeneinander kämpfen . . . . .	44
<b>4. Sportunterricht inszenieren</b> . . . . .	49
4.1 Zusammenhänge zwischen Methode und Ziel. . . . .	49
4.2 Inszenierungsformen und Anforderungen an den Lehrer . . . . .	52
4.3 Phasen des Sportunterrichts. . . . .	54
<b>5. Besonderheiten des Fachs Sport</b> . . . . .	56
5.1 Unterrichtszeit . . . . .	56
5.2 Unterrichtsbeginn . . . . .	57
5.3 „Kleiderregeln“ . . . . .	57
5.4 Umgang mit „Turnbeutelvergessern“ . . . . .	58
5.5 Auf- und Abbauen . . . . .	59
5.6 Mitmachen – Vormachen . . . . .	59
5.7 Umgang mit Geschlechtern . . . . .	60
5.8 Beanspruchung der Stimme . . . . .	60
<b>6. Besonderheiten des Unterrichts im 1. Schuljahr</b> . . . . .	62
6.1 Die ersten Wochen . . . . .	62
6.2 Stundenanfang und Stundenende . . . . .	65
6.3 Selbstständig arbeiten. . . . .	66

<b>7. Anleitungen und Tipps zur Unterrichtsplanung</b> . . . . .	67
7.1 Methodenvielfalt – Tipps für eine abwechslungsreiche Unterrichtsgestaltung (Einstimmung/Hauptteil/Ergebnissicherung und Reflexion) . . . . .	67
7.2 Gruppen und Teams bilden . . . . .	73
7.3 Bewegungsfelder im Jahresplan . . . . .	74
<b>8. Exemplarische Stundenbilder aus verschiedenen Bewegungsfeldern für Einzel- und Doppelstunden</b> . . . . .	77
8.1 Spielen: Einzelstunde „Ein Fangspiel weiterentwickeln“ . . . . .	77
8.2 Spielen und Rollen, Fahren, Gleiten: Doppelstunde mit zwei Themen „Ballwerkstatt und Pedalo“ . . . . .	79
8.3 Turnen an Geräten und Bewegungskünste: Doppelstunde „Zirkus Pling-Plong“ . . . . .	85
8.4 Bewegen mit und ohne Handgerät gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten: Doppelstunde „Aller guten Dinge sind acht – Tanzpuzzle“, Einzelstunde „Im Land der Trolle“ . . . . .	88
8.5 Laufen, Springen, Werfen: Doppelstunde „Weitwerfen – aber wie?“, Doppelstunde „Schnelle Laufbahnen aus Kartons bauen“ . . . . .	95
8.6 Bewegungsfeldübergreifend: Doppelstunde „Bewegungsbedeutung Springen“ . .	100
8.7 Miteinander und gegeneinander kämpfen: Doppelstunde „Einführung in Partnertkämpfe – Abwehr und Angriff“ . . . . .	106
<b>9. Leistungen im Fach Sport bewerten</b> . . . . .	109
9.1 Erzieherische Bedeutung des Leistens . . . . .	109
9.2 Leistungen feststellen und bewerten . . . . .	109
9.3 Gegenstände und Formen der Leistungsfeststellung und Bewertung . . . . .	110
9.4 Leistungsfeststellung und Bewertung in verschiedenen Bewegungsfeldern . . . . .	111
9.5 Bewertung überfachlicher Leistungen . . . . .	115
<b>10. Sportgeräteaufbau und allgemeine Sicherheitshinweise</b> . . . . .	118
10.1 Auf- und Abbau . . . . .	118
10.2 Großgeräteaufbau – aber sicher . . . . .	119
10.3 Absicherung von Geräteaufbauten . . . . .	124
10.4 Kleingeräte . . . . .	124
<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	127