

# Inhalt

Vorwort der Autorinnen . . . . .	7
<b>1 Turnen mit Erlebnislandschaften . . . . .</b>	<b>9</b>
1.1 Welche Zielgruppe sprechen wir an? . . . . .	9
1.2 Welche Ziele verfolgen wir? . . . . .	10
1.3 Welche Regeln sind wichtig? . . . . .	10
1.3.1 Regeln im Umgang mit Erlebnislandschaften . . . . .	10
1.3.2 Praktische Durchführung . . . . .	11
1.3.3 Sicherheit geht vor . . . . .	11
<b>2 Sammlung von Praxisbeispielen . . . . .</b>	<b>15</b>
2.1 Zur Legende . . . . .	15
2.2 Praxisbeispiele . . . . .	16
<b>3 Planung einer Bewegungs-, Spiel- und Sportstunde . . . . .</b>	<b>59</b>
3.1 Allgemeine Voraussetzungen . . . . .	59
3.2 Organisation und Durchführung . . . . .	60
3.3 Die Aufgaben des Übungsleiters/Lehrers . . . . .	60
3.4 Hallenplanungen unter speziellen Thematiken . . . . .	61
<b>4 Einsatzmöglichkeiten am Beispiel des Familiensportes . . . . .</b>	<b>69</b>
4.1 Zum Begriff Familiensport . . . . .	69
4.2 Begründungen und Zielsetzungen des Familiensportes . . . . .	69
4.2.1 Begründung des Familiensports . . . . .	69
4.2.2 Zielsetzungen des Familiensports . . . . .	70
4.3 Konzept an der TU-Berlin . . . . .	70
4.3.1 Teilnehmerstruktur . . . . .	70
4.3.2 Stundenplanung zum Familiensport der TU-Berlin . . . . .	71
4.4 Beispiele für Hallenaufbauten in der TU-Sporthalle . . . . .	74
<b>5 Literaturhinweise . . . . .</b>	<b>79</b>