

Inhalt

	Seite
A. Methodische Übungsreihen in der Übersicht	4-5
Leichtathletik – Gerätturnen – Schwimmen – Akrobatik – Jonglieren	
B. Vorwort und Einführung	6
C. Lernen und Bewegung	7-8
D. Didaktik, Methodik und motorischer Lernprozess	9-13
1. Lernvorgang und Lernphasen	
2. Didaktisch-methodische Folgerungen für die Unterrichtspraxis	
E. Methodik des Sportunterrichts	14-15
F. Methodische Verfahren	16-19
• ganzheitlich oder elementenhaft	
• deduktiv oder induktiv	
• direkt oder indirekt	
G. Methodische Maßnahmen	20-25
Bewegungsaufgabe – Bewegungsanweisung – Bewegungshilfe – Bewegungskorrektur – Vormachen – Vorzeigen – Beschreiben – Erklären	
H. Methodische Reihen im Sportunterricht	26-32
1. Aufbau von Methodischen Übungsreihen (MÜR)	
2. MÜR nach dem Prinzip der verminderten Lernhilfe	
3. MÜR nach dem Prinzip der graduellen Annäherung	
4. MÜR nach dem Prinzip der Aufgliederung in funktionelle Teileinheiten	
5. MÜR und Differenzierung	
Die einzelnen Methodischen Übungsreihen (MÜR)	33-93
Leichtathletik	33-55
Gerätturnen	56-77
Schwimmen	78-84
Akrobatik + Jonglage	85-93
Literaturverzeichnis	94