

Inhalt

Vorwort	4
Was heißt „Ringen und Kämpfen“ im Sportunterricht in der Grundschule?	5
Warum soll Ringen und Kämpfen unterrichtet werden?	6
1. Durch Ringen und Kämpfen die Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern	6
2. Durch Ringen und Kämpfen sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten	6
3. Durch Ringen und Kämpfen etwas wagen und verantworten	6
4. Durch Ringen und Kämpfen das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen	7
5. Durch Ringen und Kämpfen kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen	8
6. Durch Ringen und Kämpfen Gesundheit fördern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln	9
Wie kann Ringen und Kämpfen unterrichtet werden?	10
1. Allgemeine methodische Hinweise	10
2. Der Aufbau einer Unterrichtsreihe	10
3. Der Aufbau einer Unterrichtsstunde	13
4. Ringen und Kämpfen im 1./2. Schuljahr	14
5. Ringen und Kämpfen im 3./4. Schuljahr	15
Literatur	16
Praxisteil	17
Hinweise	17
Stundenbeispiel für Körperkontaktspiele	18
Stundenbeispiele für das 1./2. Schuljahr	20
Stundenbeispiele für das 3./4. Schuljahr	30
Spiele und Übungen	42