

Inhalt

Hinweise zum Gebrauch der Arbeitskarten

1. Aufgaben	5
2. Formen	5
3. Inhalt der Mappe II	6
4. Einsatz	6
4.1 Einsatz im ersten Stundenteil	6
4.2 Einsatz im Hauptteil	7
4.3 Einsatz im letzten Stundenteil	9
5. Grundsätze für die Dosierung der Übungen	10
6. Stundenbeispiele	11
7. Statistischer Teil	17
8. Schlußbemerkungen	27

Arbeitskarten

1. Arbeitskarten für Übungen mit Großgeräten (gelb)	1 – 80
2. Arbeitskarten für Übungen mit Bällen (rot)	81 – 112
3. Arbeitskarten für Übungen mit Stäben (grau)	113 – 128
4. Arbeitskarten für Übungen ohne Geräte (grün)	129 – 144
5. Arbeitskarten für Übungen mit Seilen (blau)	145 – 152
6. Arbeitskarten für Übungen mit Reifen (weiß)	153 – 160