

Christina Müller / Ralph Petzold
Siegfried Hofmann / Martina Volkmer

Sportunterricht gestalten



Erproben, Üben, Spielen

Cornelsen
SCRIPTOR

Inhalt

Vorwort	6
1 Grundgedanken zum Sportunterricht in den Klassen 1 bis 4	8
2 Erkunden	18
2.1 Spielgeräte erkunden	20
2.2 Alltags- und Naturmaterialien erkunden	26
2.3 Klein- und Großgeräte erkunden	36
3 Üben	45
3.1 Elementare turnerische Fertigkeiten variiert üben	46
3.2 Vielfältige Formen des Laufens, Springens, Werfens üben ...	54
3.3 Mit dem Ball spielerisch üben	69
3.4 Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen, Rollen rhythmisch üben ..	82
3.5 Sportmotorische Fertigkeiten üben	91
3.6 Koordinative Fähigkeiten variiert schulen	114
3.7 Konditionelle Fähigkeiten vielseitig schulen	127
3.8 Bewegen und Wahrnehmen	155
4 Spielen	163
4.1 In Pause und Freizeit spielen	164
4.2 Sich in andere Rollen versetzen	169
4.3 Mit Alltags- und Naturmaterialien spielen	178
5 Wettfeiern	195
5.1 Mit sich selbst wetteifern	195
5.2 Gemeinsam wetteifern	206
6 Fachübergreifend und fächerverbindend unterrichten	212
Anhang	233
Literatur	233
Nachweis der Zeichnungen	236
Sachwortregister	237