

Walter Häusler

Sport und Spiel

**Lehren und Lernen in Schule,
Verein und Freizeit**

Band 5

Gymnastik und Tanz

Kallmeyer'sche Verlagsbuchhandlung
Velber/Wolfenbüttel

Inhalt

Vorwort

Gymnastik

Konditions- und Bewegungsschulung ohne Gerät

Konditionsschulung mit Kindern (<i>Rudolf Heer</i>)	11
Körperschule mit Kindern (<i>Rita Hölzer/Magda Kaliweit</i>)	15
Gesellige Partnerübungen (<i>Jochen Benecke I Nanda Fischer</i>)	20
Gruppenübungen ohne Gerät (<i>Heiko Mühlens</i>)	24
Motive und Aufgaben zur Stundeneinleitung (<i>Christiane Kleinke</i>)	29
Laufen mit dem Partner (<i>Rita Hölzer</i>)	33

Konditions- und Bewegungsschulung mit Gerät

Bewegungsschulung mit Alltagsmaterialien (<i>Otto Sandvoß</i>)	39
Das Gummiband - ein Fitneßgerät (<i>Marianne und Günter Koppe</i>)	44
Das Sandsäckchen - ein Gymnastikgerät (<i>Magda Kaliweit</i>)	48
Rollen und Prellen mit dem Ball (<i>Rita Hölzer I Nanda Fischer</i>)	52
Grundform mit dem Reifen (<i>Jutta Hagedorn</i>)	56
Gymnastik mit dem Stab (<i>Rita Hölzer</i>)	61
Umgang mit der Keule (<i>Rita Hölzer</i>)	65
Einleitende Übungen mit dem Springseil (<i>Jutta Hagedorn</i>)	69
Partner- und Gruppenaufgaben mit dem Springseil (<i>Magdalene Brüns</i>)	73
Gymnastik mit dem Band (<i>Christiane Kleinke</i>)	77
Gymnastik mit Ball und Reifen - Ball und Band (<i>Christiane Kleinke</i>)	81
Gymnastik mit Ball und Stab (<i>Jutta Hagedorn</i>)	85
Gymnastik mit Ball und Keule (<i>Franz-Jürgen Meriens</i>)	87

Jazzgymnastik

Jazzgymnastik I (<i>Karin Schabert</i>)	93
Jazzgymnastik II (<i>Karin Schabert</i>)	96
Bodenformen der Jazzgymnastik (<i>Karin Schabert</i>)	100
Rollenspiel im Jazzgymnastikunterricht (<i>Karin Schabert</i>)	104

Tanz

Kindertänze

Kindertänze I (<i>Ela Klindt I Karin Schabert</i>)	111
Kindertänze II (<i>Rita Hölzer</i>)	114
Kindertänze III (<i>Ela Klindt I Karin Schabert</i>)	119
Kindertänze IV (<i>Ela Klindt I Karin Schabert</i>)	123
Kindertänze V (<i>Ela Klindt I Karin Schabert</i>)	126
Moderne Kindertänze zur Improvisation (<i>Heidrun Wasmuth</i>)	131

Beat-Tänze

Tanzen nach Beat I (<i>Ela Klindt I Karin Schabert</i>)	137
Tanzen nach Beat II (<i>Ela Klindt I Karin Schabert</i>)	141
Tanzen nach Beat III (<i>Ela Klindt I Karin Schabert</i>)	146
Tanzformen nach Rhythmen moderner Musik (<i>Christian Kleinke</i>)	150

Jazz Dance

Jazz Dance I (<i>Karin Schabert</i>)	155
Jazz Dance II (<i>Ela Klindt</i>)	162
Jazz Dance III (<i>Ela Klindt</i>)	166
Jazz Dance IV (<i>Ela Klindt</i>)	170
Jazz Dance V (<i>Karin Schabert</i>)	174

Folklore

Norddeutsche Tänze I (<i>Klaus Witte</i>)	183
Norddeutsche Tänze II (<i>Klaus Witte</i>)	187
Einfache amerikanische Tänze (<i>Karin Schabert</i>)	194
Griechische Tänze (<i>Rolf Mosebach</i>)	202
Israelische Tänze (<i>Karin Schabert</i>)	214
Jugoslawische Tänze I (<i>Karin Schabert</i>)	223
Jugoslawische Tänze II (<i>Ela Klindt I Karin Schabert</i>)	227
Zwei russische Tänze - rasch erlernt (<i>Rita Hölzer I Renate Tesch</i>)	232