

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	6
Die Grundkonzeption von Basisqualifikation Sport .....	8
Grundlegende didaktische Überlegungen zu den Stundenbildern .....	10
Zur Handhabung der Stundenbilder .....	26

## Mit- und gegeneinander spielen

<b>„Wenn er aber kommt, dann lauf ich nicht davon!“</b> Spielen mit Bällen .....	27
<b>„Inselball“ (90 Min.)</b> Teamspiel mit Schwerpunkt Passen und Fangen .....	30
<b>„Gigaball“</b> Spielen mit Bällen .....	33
<b>„Ein Ball zeigt, was er kann“</b> Dribbeln mit Bällen .....	36
<b>„Ritterballturnier“</b> Spielen mit Bällen an Stationen .....	40
<b>„Punch-Ball“</b> Spielen mit Pezzibällen .....	43
<b>„Unschlagbar – Spiele mit Schlägern“</b> Hockeyähnliche Spielformen .....	45
<b>„Kellnerspiel“</b> Spielen mit Schlägern .....	48
<b>„Kommt ja gar nicht in den Becher!“</b> Mit Joghurtbechern und Tennisbällen spielen .....	51
<b>„Ring, Ring, Ring!“</b> Wurfspiele mit Tennisringen .....	53



<b>„Rollen, drehen, tanzen“</b> Bewegung zur Musik und Bewegungsgrundformen aus dem Bodenturnen .....	56
<b>„Hit me up“</b> Bewegen zur Musik – moderne Tanzformen .....	59
<b>„Feuer!“ (90 Min.)</b> Spielen mit der Bewegung – Gymnastikbänder .....	63
<b>„Jonglier-Spektakulum“</b> Jonglieren mit Tüchern.....	66
<b>„Da bin ich vielleicht gespannt!“ (90 Min.)</b> Körperspannung und Kinderakrobatik.....	69
<b>„Alles steht Kopf“</b> Turnen an Geräten – Handstand.....	72
<b>„Von Liane zu Liane“ (90 Min.)</b> Turnen an Geräten – Schwingen an Ringen und Tauen.....	75
<b>„Schiffbruch“</b> Turnen an Geräten – Stützen und Schwingen am Reck .....	78
<b>„Expedition nach Ägypten“</b> Turnen an Geräten – Barren .....	81
<b>„Über Stock und Stein“ (90 Min.)</b> Balancieren, Klettern, Stützen an Großgeräten .....	84
<b>„Synchronspringen“ (90 Min.)</b> Springen an Minitrampolinen .....	87
<b>„Skateboard“ (Unterrichtsprojekt)</b> Gleichgewicht, Bewegen auf Rollen.....	90



<b>„Kenia Runners“</b> Vielseitiges und ausdauerndes Laufen .....	93
<b>„Wetterchaos“</b> Vielseitiges und ausdauerndes Laufen .....	97
<b>„Stepp mit Pep“ (2 x 45 Min.)</b> Kraftausdauer mit Telefonbüchern .....	99
<b>„Wach, flink, wendig – wie ein Leopard“</b> Schnelles Laufen und Reagieren .....	102
<b>„Urlaub am Strand“</b> Körper erleben, Körperbewusstsein entwickeln – Entspannung .....	105
<b>„Abenteuersafari“</b> Kräftigung der Arm- und Rumpfmuskulatur an Gerätebahnen .....	108
<b>„Der Weihnachtsmann mit seinem Schlitten“</b> Gesundheit, Kräftigung mit dem Rollbrett .....	111
<b>„Der Weihnachtsmann auf seiner Winterreise“</b> Gesundheit, Kräftigung mit dem Rollbrett .....	114
<b>„Mittelalterliches Markttreiben“</b> Kräfte messen – Spielformen mit- und gegeneinander .....	117
<b>„Bärenstark kämpfen“</b> Ringern und kämpfen .....	119
<b>„Vertrau mir, ich helf dir!“ (90 Min.)</b> Kinderakrobatik, Turnen .....	122
<b>„Die Bären sind los“</b> Gesundheit, Bewegungserleben mit Teppichröhren .....	125
<b>„Weltall“</b> Spielen mit der Bewegung, Körpergefühl .....	128
<b>„Auf dem Oktoberfest“</b> Gesundheit, Gleichgewicht .....	130
<b>„Wie die Dschungeltiere“</b> Gesundheit, schnell laufen an Stationen .....	133
<b>„Du bist mein Coach“</b> Weitwerfen .....	137
<b>„Ganz schön geflogen!“ (90 Min.)</b> In die Weite und Höhe springen .....	140
<b>„Waldspiele“ (90 Min.)</b> Geschicklichkeitsspiele im Freien .....	143