

# Bewegen an und mit Geräten

## PRAXIS IN BEWEGUNG

### 4 „Inselhopping“

Circuit mit Alltagsmaterialien

STEPHANIE ERDT / KATRIN OBERMEIER

### 9 Ballkorobics

Wir spielen Ball ... wir tanzen ... und das gleichzeitig!

ANDREAS SIMON

### 18 Bauend experimentieren

Schwimmkörper zur Fortbewegung im Wasser konstruieren

NICO MORITZ

### 22 Selfmade-Power in der Turnhalle

Mit selbstgebauten Geräten Krafttraining machen

WERNER NEUMEIER

Materialien im Mittelteil

### 26 Le Parkour

Klassische Turngeräte neu entdeckt

SVEN LANGE

### 32 Bewegungen mit dem Band

Das Handgerät Band im Sportunterricht kreativ nutzen

JIL KNITTEL



4

Dieser Circuit mit zwölf Stationen verspricht jede Menge Spaß und spannende Erfahrungen mit Bierdeckeln, Zeitungen, Fliegenklatschen usw. Natürlich kann man die Übungen und Spielformen auch unabhängig eines Circuits in den Unterricht einbauen.



9

Ballkorobics – noch nie gehört? Lassen Sie sich inspirieren von einer trendigen Sportart, die eine Mischung aus Tanz und Ballspielen darstellt und die Jungen wie Mädchen gleichermaßen anspricht.



18

In Kleingruppen konstruieren die Schülerinnen und Schüler aus den in der Schwimmhalle vorhandenen Materialien Schwimmkörper, mit denen bzw. auf denen sie sich durch das Wasser fortbewegen.

## MAGAZIN

BÜCHER

### 40 **Neue Bücher**

BIRGITT-ALEXA LIEGMANN

INTERVIEW

### 42 **Ein Blick zurück von Wolf-Dietrich Miethling**

35 Jahre Forschung zum Sportunterricht aus  
Schüler- und Lehrersicht

INTERVIEW MIT WOLF-DIETRICH MIETHLING

SPIELE SPIELEN

### 45 **Vier-Felder-Ball**

Ein actionreiches Abwurfspiel

STEFFEN RÜTER

46 VORGELESEN

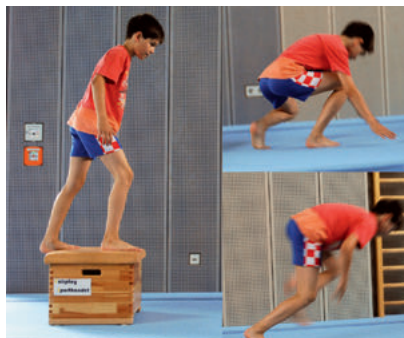
48 VORSORTIERT

49 VORSCHAU · IMPRESSUM



22

Die Turnhalle verwandelt sich in ein Fitness-Studio, indem die Schülerinnen und Schüler aus den vorhandenen Klein- und Großgeräten Fitness-Stationen entwickeln, an denen sie einmal wöchentlich trainieren. Beispielaufgaben hierzu finden sich auf den Stationskarten im Mittelteil dieser Ausgabe.



26

In den Einführungsstunden zu Le Parkour erlernen die Schülerinnen und Schüler an den klassischen Turngeräten grundlegende Techniken dieser mitreißenden Sportart, die mehr mit dem Turnen gemein hat als die Schülerinnen und Schüler zunächst vermuten.



32

Die Schülerinnen und Schüler sollen dazu animiert werden, kreativ mit dem Handgerät Band umzugehen. Nach einer Einführung in die Grundlagen entwickeln sie in Kleingruppen eine eigene Choreographie.