



Liebe Leserin, lieber Leser,

fühlen Sie sich fit? Dann sind Sie wahrscheinlich auch gesund! Auch Kinder sollen sich in ihrem Körper und ihrem Leben wohlfühlen. Einen Teil dazu kann der Sportunterricht beitragen, denn Bewegung ist wie ein „Breitbandmedikament für Gesundheit mit Langzeitwirkung“. Das fängt morgens auf dem Zu-Fuß-zur-Schule-Weg mit dem „Walking Bus“ an und endet evt. in der „Muki-Bude“

in der Sporthalle oder auch auf dem Sportplatz. Auch für wütende und aggressive Kinder gibt es Möglichkeiten, sich über Bewegung abzureagieren und sich (wieder) wohlfühlen. Für all diese Themen bietet die 3. Ausgabe von Grundschule Sport anregende Unterrichtsideen und interessante Materialien.

Blieben Sie gesund und vermitteln Sie Kindern, wie wichtig Gesundheit und Fitness für ein erfülltes Leben sind, das wünscht sich Ihre

Christine Stadler

Christine Stadler (Redaktion)

Heft 03 | 2014

Fit & gesund!

Grundlagen

Sergio Zioli

Gesundheit & Fitness im Schulsport

Bildung braucht Bewegung!

2

Unterricht

Miriam Kehne

Walking Bus

Auf die Füße – fertig – los!

6

Andreas Klose

In der Muki-Bude

Muskeln kräftigen und stärken

8

Klaus Völker

Zur Sache: Ausdauersport

Gesund, aber langweilig

12

Uta Lindemann

Ideenkiste: Bewegungspausen im Unterricht

Kleine Unterbrechung mit großer Wirkung

14

Josef Kloker

Auf einen Streich

Ein Laufspiel mit der Ernährungspyramide

16

Judith Kanders

Bericht: Initiative „Fit durch die Schule“

20

Inga Hense | Horst Hübner

Der Klassiker: Bewegung, Spiel und Sport

Attraktiv und sicher gestalten!

21

Petra Vogel-Deutsch

Wie fühlst du dich jetzt?

Umgang mit wütenden Kindern

22

Patrick Singrün

Miteinander auspowern

Fitnessboxen macht's möglich!

24

Service

Hinweise zu den Materialien

Magazin

28

29

Einwurf

Dietrich Kurz

Kompetenzwende

Wird der Sportunterricht besser?

30

Abpiff

Autorinnen und Autoren, Vorschau, Impressum

32

Material

Kartei „Fitnesszirkel“

Spielvorlagen „Laufspiel mit der Ernährungspyramide“ (Beitrag S. 16 ff.)

Kopiervorlagen auf der Homepage

www.grundschule-sport.de

Download-Code: XXXXXXXXXX