



Einleitung	7
Kapitel 1 – Spielen in und mit Regelstrukturen: Sportspiele	14
1 Handzahn	15
<i>Grundfertigkeiten des Handballspielens lernen</i>	
2 Mit Hand und Ball (Teil 1)	16
<i>Einen Ball prellen</i>	
3 Mit Hand und Ball (Teil 2)	17
<i>Werfen, Dribbeln und Fangen an Stationen</i>	
4 Wurfbude	19
<i>Kegel und Hütchen umwerfen</i>	
5 Kaninchenstall	21
<i>Laufspiel</i>	
6 Feldhasen in Gefahr	22
<i>Parallel-Jägerball</i>	
7 Fußballspiele 1	23
<i>Vorformen des Fußballspielens</i>	
8 Fußballspiele 2	24
<i>Vorformen des Fußballspielens</i>	
9 Schlossball	26
<i>Spielaufbau zum Üben grundlegender Wurf- und Fangtechniken</i>	
10 Frisbee	28
<i>Die fliegende Scheibe stellt sich vor</i>	
11 I love Hockey	29
<i>Erste Erfahrungen mit dem Hockeyschläger und dem „Schieben“</i>	



Kapitel 2 – Gleiten, Fahren, Rollen: Rollsport, Bootssport und Wintersport	31
1 Wenn das Brett rollt	32
<i>Das Rollbrett und spezifische Verhaltens- und Sicherheitsregeln kennenlernen</i>	
2 Rollbrett fantastico	35
<i>Rollbrettideen mit dem Partner entwickeln</i>	
3 Im Straßenverkehr	36
<i>Eine Bewegungslandschaft mit dem Rollbrett bewältigen</i>	
4 Speedy-Fahrschule	39
<i>Trainingsstationen – Vorbereitung auf den Rollbrett-Führerschein</i>	
5 Speedy-Führerschein	42
<i>Die erlernten Fertigkeiten mit dem Rollbrett werden überprüft</i>	
6 Mit Fantasiefahrzeugen unterwegs	44
<i>Kinder bauen ihre eigenen Rollbrettfahrzeuge</i>	
7 Auf dem Teppich bleiben ist nicht alles	46
<i>Die Kinder experimentieren mit Teppichfliesen</i>	
8 Mit dem Auto unterwegs	48
<i>Gleiten mit Teppichfliesen</i>	
9 Den Schnee erobern mit Teppichfliesen	51
<i>Themenorientierter Einsatz von Teppichfliesen</i>	
10 Biathlon	54
<i>Einsatz von Teppichfliesen in Form eines Staffelbetriebs</i>	
11 Roller fahren – Los geht's	56
<i>Verhaltens- und Sicherheitsregeln mit dem Roller erlernen</i>	



Kapitel 3 – Bewegungen an Geräten: Turnen	58
1 Baustelle	59
<i>Sachgerechter Umgang mit dem Turngerät „kleine Matte“ / Bewegungserfahrung sammeln</i>	
2 Urwald	61
<i>Sachgerechter Umgang mit dem Turngerät „kleiner Kasten“; Lauf- und Sprungübungen ausführen (Einzelstunde)</i>	
3 Straßenverkehr	63
<i>Spielerische Gleichgewichtsübungen am Boden</i>	
4 Hochwasser	65
<i>Sachgerechter Umgang mit dem Turngerät „Langbank“ und Balancieren an der stabilen Bank</i>	
5 Seiltänzer	67
<i>Balancieren an der stabilen und labilen umgedrehten Bank</i>	
6 Zirkus Simsalabim	70
<i>Beim freien Balancieren in einer Bewegungslandschaft das Gleichgewicht schulen / etwas wagen und riskieren</i>	
7 Affenhaus	72
<i>Einführung des Turngeräts „Klettertau“ durch gezielte Bewegungsaufgaben</i>	
8 Rollen – grenzenlos	75
<i>Ausprobieren verschiedener Rollbewegungen</i>	
9 Methodischer Weg: Rolle vorwärts	77
<i>Hinführung zur turnerischen Bewegung der Rolle vorwärts</i>	
10 Unterwassergarten	79
<i>Übungen zur Kräftigung der Muskulatur</i>	
11 Barfußstunde	81
<i>Kräftigung der Bein- und Fußmuskulatur mit Zeitungsseiten</i>	
12 Flöhe, Frösche, Kängurus	83
<i>Übungen zum beidbeinigen Springen und zum sicheren beidbeinigen Landen</i>	
13 Methodischer Weg: Hockwende	85
<i>Hinführung zum Stützsprung „Hockwende“</i>	
14 Klettermax	88
<i>Klettern zur Verbesserung der allgemeinen Koordination und zur Konditionsschulung sowie Sicherung durch einfache Helfergriffe</i>	
15 Akrobaten	92
<i>Schulung der Körperwahrnehmung und -spannung durch akrobatische Übungen</i>	
16 Spielplatz	94
<i>Eine Bewegungslandschaft entwickeln, aufbauen und darin erlebnisorientiert bewegen</i>	



Kapitel 4 – Gestalten, Tanzen, Darstellen: Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	96
1 So bewegen sich die Tiere	97
<i>Tiere durch Bewegung darstellen</i>	
2 Mein Tag	99
<i>Einfache Alltagsabläufe durch Bewegung mit Rettungsdecken darstellen</i>	
3 Figurenlauf	101
<i>Erleben verschiedener Laufwege in der Turnhalle</i>	
4 Kim im Wunderland der Klänge	103
<i>Reagieren auf akustische Signale</i>	
5 Wie geht es dir?	105
<i>Mit Reifen Gefühle durch Mimik und Bewegung ausdrücken</i>	
6 Frühling	107
<i>Ein Gedicht durch Bewegung darstellen</i>	
7 Ponypferdchen	110
<i>Rhythmisches Bewegen mit Seilen zu einer thematischen Musik</i>	
8 Alles meins, sagt der Rabe	111
<i>Sich tanzend zu einer vorgegebenen Musik bewegen</i>	

9	Drachen im Wind	114
	<i>Thematisches Bewegen zu Musik mit Pappdrachen</i>	
10	Kleiner, grüner Kranz	117
	<i>Thematisches tänzerisches Bewegen zu Musik mit Bändern</i>	
11	Lummerland	120
	<i>Thematische Umsetzung des Liedes durch Bewegung</i>	
12	Delfine	122
	<i>Rhythmische Umsetzung eines Liedes mit dem Schwungtuch</i>	
13	Die Zuckerfee	125
	<i>Eine Spielszene zur Musik umsetzen</i>	
14	Portsmouth	127
	<i>Irishes Lied als Tanz in Kreisauflistung</i>	
15	Waiting for love	128
	<i>Tänzerische Grundformen rhythmisch in einem modernen Popsong umsetzen</i>	



Kapitel 5 – Ringen und Kämpfen: Zweikampfsport	130
1 Kontakte knüpfen	131
<i>Erste Körperkontaktspiele</i>	
2 Zweierbände	132
<i>Körperkontakt mit einem Partner</i>	
3 Verteidige den Schatz	133
<i>Körperkontaktspiele in einer Gruppe</i>	
4 Ein Drücken und Ziehen	135
<i>Spiele und Übungen zum Kräftemessen</i>	
5 Muskelpower mal 2	136
<i>Partnerspiele zum Kräftemessen</i>	
6 Mit Kraft und Geschick	137
<i>Die ersten Partnerkämpfe nach Regeln</i>	
7 Mein Ball – dein Ball	140
<i>Kämpfe um einen Ball</i>	
8 Ballkampfsport	141
<i>Gruppenkampfspiele mit Bällen</i>	
9 Wir halten zusammen	142
<i>Kampfspiele in kleineren Gruppen</i>	
10 Mannschaftsringen	143
<i>Kampfspiele in größeren Gruppen</i>	
11 Zu zweit	144
<i>Partnerkämpfe mit Vorgaben</i>	
12 Tierisch kämpfen	146
<i>Partnerkämpfe mit Vorgaben</i>	
13 Zwei auf die Matte	148
<i>Mattenringen mit einem Partner</i>	
14 Die Stunde der Herausforderer	149
<i>Partnerkämpfe an Stationen</i>	
15 Auf die Schulter!	150
<i>„Richtiges“ Ringen vor Publikum</i>	
16 Stationenkarten für den Zweikampf	151
6. Inhalte der Musik-CD	155
7. Quellen	156

Auf der diesem Buch beiliegenden Daten-CD befinden sich die Stationenkarten und weitere Materialien als veränderbare Word-Dateien.