

Vorwort	4
1 Didaktische Hinweise zum Unterricht und zur Bewertung	5
2 Erlernen der Bodenturngrundelemente	8
2.1 Mobilisation	9
2.2 Kräftigung	12
2.3 Allgemeine Hinweise zum Einsatz der Stationskarten	17
2.4 Die Rolle vorwärts	18
2.4.1 Vorbereitende Übungen zum Rollen nach vorne	20
2.4.2 Stationskarten für Lehrkräfte	22
2.5 Die Rolle rückwärts	26
2.5.1 Vorbereitende Übungen zum Rollen nach hinten	28
2.5.2 Stationskarten für Lehrkräfte	29
2.6 Das Rad	32
2.6.1 Vorbereitende Übungen zum Radschlagen	34
2.6.2 Stationskarten für Lehrkräfte	35
2.7 Der Handstand	40
2.7.1 Vorbereitende Übungen für den Handstand	42
2.7.2 Stationskarten für Lehrkräfte	44
3 Gestalten einer Bodenturnkür	47
3.1 Gründe für die Entwicklung einer Kür	47
3.2 Methodisch-didaktische Hinweise	47
3.3 Varianten der Grundelemente	50
3.3.1 Differenzierungskarten für die Grundelemente	51
3.4 Weitere Elemente für die Bodenturnkür	54
3.4.1 Bewegen innerhalb der Kür	54
3.4.2 Akrobatik für alle	55
3.4.3 Partnerakrobatik	57
4 Schlusswort	60
5 Anhang: Stationskarten für die Schüler	61