

Sport draußen

PRAXIS IN BEWEGUNG

4 Triathlonwettkampf

Ein Ausdauersportfest für die Grundschule

BRITTA-MARIA BRINKHOFF

Kopiervorlagen im Mittelteil

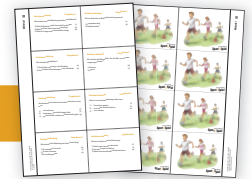


28 Spielerische Ausdauererschulung

Ausdauerfähigkeit über kleine Laufspiele erreichen

MARTIN BASCHTA

Karteikarten im Mittelteil



10 Zweikampf im Rugby

Spielerisch zum Kontakt-Rugby

TOBIAS QUICK

16 Beachspiele

Eine Doppelstunde im Sand verbringen

VERA VOLKMANN/CLAUS KRIEGER

20 Einfach weit springen

Von der Rhythmusfähigkeit zum Weitsprung

ALEXANDER SEEGER

34 Snowboardwoche

Mehrperspektivische Anfängerschulung im Schnee

OLE DREWES

40 Ultimate Frisbee

Ein faszinierendes und faires Spiel spielgemäß vermitteln

NATALIE MOSER



4

Gerade die jüngsten Schülerinnen und Schüler sind mit Begeisterung beim Ausdauersportfest dabei. Wie ein Triathlonwettkampf in der Grundschule, an dem alle teilnehmen, organisiert werden kann und was Sie bei der Vorbereitung beachten müssen, lesen Sie im ersten Beitrag des Heftes.

10

Viele haben von Rugby als kampfbetontes Mannschaftsspiel ein falsches Bild und schrecken deshalb davor zurück, es im Unterricht einzuführen. Die Verletzungsgefahr ist jedoch eher gering. Der Beitrag bietet über viele kleine Spiele, in denen es – zunächst ohne Körperkontakt – um Raum- und Balleroberung geht, einen mitreißenden Weg zum Kontakt-Rugby an.

16

Sie planen eine Klassenfahrt oder eine Exkursion an einen Strand? Oder Sie verfügen gar über eine eigene Beach-Anlage auf dem Schulgelände bzw. haben die Möglichkeit, in der Nähe eine derartige Anlage zu besuchen? Dann lassen Sie sich inspirieren von den Beachspielen des Strand-Wettkampfes.

MAGAZIN

FORSCHUNG IN BEWEGUNG

48 Lafevents für Schulen**Marathon gemeinsam laufen**

DETLEF KUHLMANN (unter Mitarbeit von TIMO KEIL)

51 VORGESTELLT

SPIELE SPIELEN

54 Völkerball all inklusiv**Ein klassischer Inhalt – spielbar für alle?!**

STEFFEN GREVE/HANJA GREVE

56 VORSORTIERT**57 VORSCHAU · IMPRESSUM****20**

Für Erfolgserlebnisse im Weitsprung ist es von entscheidender Bedeutung, ein besonderes Augenmerk auf den Übergang von Anlauf zum Absprung zu legen. Wichtig ist natürlich auch das Erzielen einer hohen Anlaufgeschwindigkeit. Der Beitrag zeigt einen erfolgreichen methodischen Weg für gute Weitsprungergebnisse.

**34**

Das Konzept der Snowboardwoche verbindet mehrere Pädagogische Perspektiven miteinander. Zwei dieser je zweieinhalbstündigen Einheiten werden hier exemplarisch vorgestellt: „Das Snowboarden in unterschiedlichem Gelände“ sowie „Etwas wagen und verantworten an Kicker und Box.“

**40**

Ultimate Frisbee fasziniert nicht allein durch das Spielgerät und dessen unglaubliche Wurfeigenschaften. Ein besonderer Reiz liegt auch darin, dass das Spiel vollkommen ohne Schiedsrichter auskommt, die Schülerinnen und Schüler sich also von Beginn an bei Regelübertretungen untereinander einigen müssen.