

# Sport Praxis

## Jahresinhaltsverzeichnis 2014

### Autoren

#### A

AGOSTON, Marta:

- Beckenbodentraining: Aktivierung der Stützmuskeln. 3+4, S. 50ff.

ANDRÄ, Christian:

- Laufspiele: Schnelligkeits- und Gedächtnis-Training. 3+4, S. 18ff.

ARNDT, Lisa → PETKO, Andreas

#### B

BANSEMER, Christina Anna:

- Salto vorwärts: Der Traum vom Fliegen. 11+12, S. 12ff.
- Gerätturnen: Schulung der Grundlagen. 11+12, S. 21ff.

BAUMANN, Johanna:

- Triathlon: Lehrplankonform im Schulunterricht – Teil II. 9+10, S. 20ff.

BIELIGK, Michael:

- Geländespiele einmal anders: Natur erleben mit allen Sinnen. SH, S. 57ff.

BINDER, Albrecht:

- Geländespiele im Winter: Bewegung und Spaß bei Eis und Schnee. SH, S. 62ff.

BIRNBAUM, Antje:

- Winterspaß mit dem Zipflbob: Rodeln einmal anders. 1+2, S. 18ff.

BLEIS, Carola:

- Abwechslungsreiches Training mit dem großen Ball. 3+4, S. 37f (ÜL)
- Entspanntes Rückentraining mit Wirbelsäulengymnastik und Yoga-Elementen. 7+8, S. 35f. (ÜL)
- Yoga-Dance: Rhythmisches Fitnesstraining. 11+12, S. 33f. (ÜL)

BÖHLKE, Nicola:

- Spaß auf dem Rollbrett: „Mit dem Jeep auf den Gipfel!“ 1+2, S. 39ff.

#### D

DANIEL, Klaus:

- Wasserballspiel: Erprobte Übungen zur Einführung in Schule und Verein. 7+8, S. 21ff.

DETSCH, Marcus:

- Kreative Aufwärmideen: Super Mario und Star Wars im Sportunterricht. 11+12, S. 47ff.

#### E

ENGELS, Uta:

- Gesund + fit mit DOSB und SportPraxis Die Fitness-Trends für 2014: Weniger Kommerz – mehr einfache Geräte. 3+4, S. 59ff.

- Gesund + fit mit DOSB und SportPraxis Kinder fördern: Bewegte Lebenswelten schaffen und vermitteln. 5+6, S. 60ff.

- Gesund + fit mit DOSB und SportPraxis Crosssport: Freestyle-Variationen bekannter Spielformen liegen im Trend. 9+10, S. 60ff.

ENGELS, Ute → NAß, Melanie

ERDMANN, Felix → MAUSOLF, Dan → OPIGEZ, Philippe:

- Slacklining: Der Trendsport im Gelände. SH, S. 52ff.

ESPENSCHIED, Eric:

- Snowboard fahren: Anfängerschulung leicht gemacht. 1+2; s. 13ff.

#### F

FAHRNER, Marcel:

- Kraulschwimmen: Erfolgreiche Techniks Schulung. 7+8, S. 12ff.

#### G

GAGEUR, Jasmin:

- Abenteuer Geocaching: Ein Überblick. SH, S. 44ff.
- Gleichgewicht fördern: Die Turnhalle als Balancierparcours. 11+12, S. 6ff.

GAMISCH, Sonja:

- Geländespiele bei Nacht: Das besondere Gruppenerlebnis. SH, S. 29ff.

GAUß, Tobias:

- Parkoursport: Der Tic Tac. 9+10, S. 26ff.

GIESSING, Jürgen:

- Medizinisches Grundwissen für den Sportalltag:
- Heute: Woher kommen die Kraftsteigerungen nach dem Krafttraining? 1+2, S. 53ff.
- Heute: Was bedeutet das Wort „Kondition“ beim Sport? 3+4, S. 54ff.
- Heute: Ist ein Grundlagenausdauertraining beim Fußball notwendig? 5+6, S. 56ff.
- Heute: Wie atmet man am besten unmittelbar vor dem Tauchen? 7+8, S. 58ff.
- Heute: Was ist antagonistisches Muskeltraining? 9+10, S. 58ff.
- Heute: Was bedeuten die Begriffe Glucose, Glykogen und Glykolyse? 11+12, S. 56ff.

GLAS, Brigitte:

- Neue Bewegungsideen: Spiele mit dem Osterei. 3+4, S. 14ff.
- Neue Bewegungsideen: Spiele für den Herbst. 9+10, S. 48ff.

GOHLKE, Stephanie:

- Fit mit Lachyoga: „Have a smile“. 1+2, S. 35f. (ÜL)

GREVE, Steffen:

- Handball im Sportunterricht: Kreative Bereicherung mit Spaßfaktor. 9+10, S. 39ff.

GRÜGER, Constanze:

- Bewegungslandschaft im Kleinkinderturnen: „Auf dem Spielplatz“. 3+4, S. 31f. (ÜL)

#### H

HALBACH, Bettina:

- Stimmtraining: Mit Organgymnastik zum besseren Klang. 7+8, S. 51ff.

HECHTEL, Carola:

- Pfiffige Idee: Training mit Spielkarten. 5+6, S. 37ff. (ÜL)

HECKEL, Alexandra:

- Kooperative Spiele: Förderung der Sozialkompetenz. SH, S. 24ff.

HEUPEL, Vanessa:

- Skilanglauf: Auf die Technik kommt es an. 1+2, S. 6ff.

HUBER, Anne:

- Anfängerschwimmen: Wassergewöhnung als unverzichtbare Voraussetzung. 7+8, S. 16ff.

HORN, Axel → Weber, Christian

#### K

KLENK, Esther:

- Kommunikationstraining: Gruppenarbeit im Sportunterricht. 11+12, S. 44ff.

KÖHLER-HOLLE, Stefan:

- Vielseitiges Klettern: Hoch, höher, Hallendecke. 1+2, S. 21ff.

KÖNIG, Stefan:

- Update Sportwissenschaft (I): Neues zur Unterrichtsplanung. 9+10, S. 44ff.

KUHLMANN, Bastian → SCHACHE, Stefan:

- Mädchen „kicken“ mit: Fußball für alle in der Schule. 5+6, S. 6ff.

KUNERT, Christian:

- Moderner Fitness- und Gesundheitssport mit dem Gymstick. 3+4, S. 35f. (ÜL)
- Fit mit einem klassischen Gerät: Der Medizinball. 5+6, S. 35f (ÜL)
- Modernes Fitnesstraining mit Reaktivhanteln. 7+8, S. 33f. (ÜL)
- Sling Training: Anspruchsvolle Koordinationsübungen. 9+10, S. 31f (ÜL)

## L

LANGE, Anja:

- Spielehits: Mit Geschicklichkeit zum Ziel. 1+2, S. 25ff.
- Spielehits: Fernsehshows in der Turnhalle. 3+4, S. 44ff.
- Wasserspaß: Spiele und Übungen für und mit adipösen Kindern und Jugendlichen. 1+2, S. 47ff.
- Spielehits: Die Würfel sind gefallen. 5+6, S. 39ff.
- Spielehits: Abwechslungsreiches Aufwärmen als Basis einer gelungenen Stunde. 7+8, S. 45ff.
- Spielehits: Übungen zur Schärfung der Sinne. 11+12, S. 39 ff.
- Rallyes: Förderung des Teamgeistes mit viel Spaß. SH, S. 38ff.
- Buchvorstellungen: Viele neue Ideen für spannende Spiele. 1+2, S. 56ff.
- Buchvorstellungen: Viele neue Ideen für spannende Spiele – Teil II. 3+4, S. 56ff.

LEFFLER, Thomas:

- Bodenkampf zu zweit: Spielerisch die Techniken erlernen. 5+6, S. 22ff.

LINDEL, Matthias:

- DKV-Sound-Karate®: Leichter als gedacht! 11+12, S. 51ff.

LIPFERT, Katharina:

- Großgeländespiele: Abenteuer im weitläufigen Gebiet. SH, S. 17ff.

## M

MARBE, Carina:

- Angstbewältigung: Praxistipps für den Schwimmunterricht. 7+8, S. 7ff.

MAUSOLF, Dan → OPIGEZ, Philippe → ERDMANN, Felix

MEHLER, Christian:

- Geländespiele: Planung und Organisation. SH, S. 4ff.
- Geocaching für Fortgeschrittene: Planung einer GPS-Route. SH, S. 48ff.

MEMMERT, Daniel → WEINECK, Jürgen → UHING, Matthias

MIEHLING, Gerd:

- Koordinationsschulung für Ältere: Propriozeptisches Training. 1+2, S. 37f. (ÜL)

MITTELBACH, Tom:

- Boxen in der Schule: Projekt zur Gewaltprävention. 3+4, S. 22ff.

MOLL, Cornelia:

- Leichtathletik: Zielgerichtetes und effektives Aufwärmen. 9+10, S. 6ff.

MOOSMANN, Klaus:

- Mini-WM: Eigenes Turnier in Schule und Verein. 5+6, S. 44ff.

## N

NAß, Melanie → ENGELS, Ute:

- Gesund + fit mit DOSB und SportPraxis Entspannung in der Schule: „Berührung mit Respekt®“. 1+2, S. 58ff.

## O

- OPIGEZ, Philippe → ERDMANN, Felix → MAUSOLF, Dan

## P

PARGÄTZI, Jonathan:

- Kraulschwimmen: Übungsreihe zum Erlernen der Rollwende. 3+7, S. 39ff.
- Orientierungsläufe im Team: Spielerisches Ausdauertraining. SH, S. 34ff.

PETKO, Andreas → ARNDT, Lisa:

- Fitness-Training mit dem Handtuch. 5+6, S. 31f. (ÜL)
- Ein starker Rücken: Zeitsparend und effektiv trainieren. 9+10, S. 37f. (ÜL)
- Zirkeltraining: Abwechslungsreiche Lernlandschaft mit Denkaufgaben. 11+12, S. 26ff.

PRITZNER, Tina → KAUFMANN, Günter:

- Abenteuerreise für Senioren: „Alle in einem Boot“. 1+2, S. 33f. (ÜL)

PRÖLL, Anna Maria:

- Mit gezielten Entspannungsübungen von Aktion auf Ruhe umschalten. 9+10, S. 33f (ÜL)

## R

RAHN, Stefanie:

- Faszien-Fitness: Das Workout für ein elastisches Bindegewebe. 11+12, S. 35f. (ÜL)

REINSCHMIDT Vicki und Christian:

- Olympische Winterspiele in der Halle. 1+2, S. 31f. (ÜL)
- Partner-Akrobatik an Stationen. 5+6, S. 33f. (ÜL)
- Trendsport im Stationsbetrieb zur Koordinationsschulung. 7+8, S. 31f. (ÜL)

RIEHL, Daniel → SIMON, Andreas

## S

SCHACHE, Stefan → KUHLMANN, Bastian:

SCHARENBERG, Swantje:

- Deutsches Sportabzeichen: Umsetzung in der Schule am Beispiel Gerätturnen. 11+12, S. 16ff.

SCHUEERMANN, Regina:

- Geländespiele im Team. SH, S. 8ff.

SCHILD, Simon:

- Spiele für große Gruppen. Mehr Spaß durch Vielfalt. SH, S. 12ff.

SCHILLING, Bär von:

- Fit mit dem Kettlebell-Training. 3+4, S. 33f. (ÜL)
- Funktionelles Training: Muskuläre Balance und Verletzungsprävention. 7+8, S. 37f. (ÜL)

SCHLEY, Karl:

- Fußball mit allen: Praxiserprobtes Inklusionsprojekt. 5+6, S. 12ff.

SIMON, Andreas:

- Sensomotorisches Training: Ein Präventionszirkel für Anfänger. 11+12, S. 31f. (ÜL)

SIMON, Andreas → RIEHL, Daniel:

- Knaller-Spiele: Von Schülern getestet und ausgewählt. 5+6, S. 50ff.

STARY, Ingo → UHRMEISTER, Jörn:

- Moderne Aufwärmübungen: Mehr Beweglichkeit, Stabilität und Kraft. 11+12, S.

37f. (ÜL)

STASCH, Patricia:

- Nach Olympia ist vor Olympia: Sommerspiele im Wasser. 3+4, S. 11ff.

## T

TUBES, Gisela:

- Aktionstag: Das lebend der Tiere im Wald erkunden. SH, S. 21ff.

## U

UHING, Matthias → MEMMERT, Daniel →

WEINECK, Jürgen:

- Koordinationstraining im Fußball: Zaubern wie Super-Star Messi. 5+6, S. 17ff.
- Koordinationstraining im Fußball: Zaubern wie Super-Star Messi – Teil II. 7+8, S. 26ff.

UHRMEISTER, Jörn → STARY, Ingo

## V

VOGEL, Franz → WIRTH, Christina → ZIEMAINZ,

Heiko:

- Triathlon: Lehrplankonform im Schulunterricht. 7+8, S. 39ff.
- Triathlon: Lehrplankonform im Schulunterricht. 9+10, S. 20ff.

VORNBERGER, Maren:

- Hip-Hop: Moderner Tanz für jede Altersstufe. 11+12, S. 58ff.

## W

WASCHKE, Torben:

- Inlinehockey: Rasantes Spiel in der Halle. 3+4, S. 6ff.
- Inlinehockey: Rasantes Spiel in der Halle – Teil II. 5+6, S. 27ff.
- Inklusion: Sport mit chronisch kranken Kindern. 7+8, S. 54ff.
- Inklusion: Sport mit chronisch kranken Kindern – Teil II. 9+10, S. 52ff.

WEBER, Christian → HORN, Axel:

- Drehwürfe: Schön und weit mit Schwung. 9+10, S. 12ff.

WEINECK, Jürgen → UHING, Matthias →

MEMMERT, Daniel

WIRTH, Christina → ZIEMAINZ, Heiko → VOGEL, Franz

WITTE, Dirk:

- Training im Park für alle. 9+10, S. 35f (ÜL)

## Z

ZETZMANN, Christine:

- Turnübungen: So bleiben Kinder im Gleichgewicht. 1+2, S. 43ff.
- Turnübungen: So bleiben Kinder im Gleichgewicht – Teil II. 3+4, S. 27ff.

ZIEMAINZ, Heiko → VOGEL, Franz → WIRTH, Christina

# Überblick nach Rubriken

## Akrobatik

REINSCHMIDT Vicki und Christian:  
Partner-Akrobatik an Stationen. 5+6, S. 33f. (ÜL)

## Ballspiele /-sport

GREVE, Steffen:  
Handball im Sportunterricht: Kreative  
Bereicherung mit Spaßfaktor. 9+10, S. 39ff.

## Bewegungsabenteuer

GRÜGER, Constanze:  
Bewegungslandschaft im Kleinkinderturnen:  
„Auf dem Spielplatz“. 3+4, S. 31f. (ÜL)

## Buchvorstellung

LANGE, Anja:  
Buchvorstellungen: Viele neue Ideen für  
spannende Spiele. 1+2, S. 56ff.  
Buchvorstellungen: Viele neue Ideen für  
spannende Spiele – Teil II. 3+4, S. 56ff.

## Entspannung

PRÖLL, Anna Maria:  
Mit gezielten Entspannungsübungen von Aktion  
auf Ruhe umschalten. 9+10, S. 33f. (ÜL)

## Fahren, Rollen, Gleiten

BIRNBAUM, Antje:  
Winterspaß mit dem Zipflbob: Rodeln einmal  
anders. 1+2, S. 18ff.  
BÖHLKE, Nicola:  
Spaß auf dem Rollbrett: „Mit dem Jeep auf den  
Gipfel!“ 1+2, S. 39ff.  
WASCHKE, Torben:  
Inlinehockey: Rasantes Spiel in der Halle. 3+4, S.  
6ff.  
Inlinehockey: Rasantes Spiel in der Halle – Teil II.  
5+6, S. 27ff.

## Fitness & Körperwahrnehmung

AGOSTON, Marta:  
Beckenbodentraining: Aktivierung der  
Stützmuskeln. 3+4, S. 50ff.  
BLEIS, Carola:  
Abwechslungsreiches Training mit dem großen  
Ball. 3+4, S. 37f (ÜL)  
Entspanntes Rückentraining mit  
Wirbelsäulengymnastik und Yoga-Elementen.  
7+8, S. 35f. (ÜL)  
GOHLKE, Stephanie:  
Fit mit Lachyoga: „Have a smile“. 1+2, S. 35f. (ÜL)  
KUNERT, Christian:  
Moderner Fitness- und Gesundheitssport mit  
dem Gymstick. 3+4, S. 35f. (ÜL)  
Fit mit einem klassischen Gerät: Der Medizinball.  
5+6, S. 35f (ÜL)  
Modernes Fitnesstraining mit Reaktivhanteln.  
7+8, S. 33f. (ÜL)

PETKO, Andreas & ARNDT, Lisa:  
Fitness-Training mit dem Handtuch. 5+6, S. 31f.  
(ÜL)  
RAHN, Stefanie:  
Faszien-Fitness: Das Workout für ein elastisches  
Bindegewebe. 11+12, S. 35f. (ÜL)  
SCHILLING, Bär von:  
Fit mit dem Kettlebell-Training. 3+4, S. 33f. (ÜL)  
Funktionelles Training: Muskuläre Balance und  
Verletzungsprävention. 7+8, S. 37f. (ÜL)  
STARY, Ingo → UHRMEISTER, Jörn:  
Moderne Aufwärmübungen: Mehr Beweglichkeit,  
Stabilität und Kraft. 11+12, S. 37f. (ÜL)

## Fußball

KUHLMANN, Bastian & SCHACHE, Stefan:  
Mädchen „kicken“ mit: Fußball für alle in der  
Schule. 5+6, S. 6ff.  
MOOSMANN, Klaus:  
Mini-WM: Eigenes Turnier in Schule und Verein.  
5+6, S. 44ff.  
SCHLEY, Karl:  
Fußball mit allen: Praxiserprobtes  
Inklusionsprojekt. 5+6, S. 12ff.  
UHING, Matthias & MEMMERT, Daniel &  
WEINECK, Jürgen:  
Koordinationstraining im Fußball: Zaubern wie  
Super-Star Messi. 5+6, S. 17ff.  
Koordinationstraining im Fußball: Zaubern wie  
Super-Star Messi – Teil II. 7+8, S. 26ff.

## Geländespiele

BIELIGK, Michael:  
Geländespiele einmal anders: Natur erleben mit  
allen Sinnen. SH, S. 57ff.  
BINDER, Albrecht:  
Geländespiele im Winter: Bewegung und Spaß  
bei Eis und Schnee. SH, S. 62ff.  
ERDMANN, Felix & MAUSOLF, Dan & OPIGEZ,  
Philipp:  
Slacklining: Der Trendsport im Gelände. SH, S.  
52ff.  
GAGEUR, Jasmin:  
Abenteuer Geocaching: Ein Überblick. SH, S. 44ff.  
GAMISCH, Sonja:  
Geländespiele bei Nacht: Das besondere  
Gruppenerlebnis. SH, S. 29ff.  
HECKEL, Alexandra:  
Kooperative Spiele: Förderung der  
Sozialkompetenz. SH, S. 24ff.  
LANGE, Anja:  
Rallyes: Förderung des Teamgeistes mit viel Spaß.  
SH, S. 38ff.  
LIPFERT, Katharina:  
Großgeländespiele: Abenteuer im weitläufigen  
Gebiet. SH, S. 17ff.  
MEHLER, Christian:  
Geländespiele: Planung und Organisation. SH,  
S. 4ff.  
Geocaching für Fortgeschrittene: Planung einer  
GPS-Route. SH, S. 48ff.

PARGÄTZI, Jonathan:  
Orientierungsläufe im Team: Spielerisches  
Ausdauertraining. SH, S. 34ff.  
SCHEUERMANN, Regina:  
Geländespiele im Team. SH, S. 8ff.  
SCHILD, Simon:  
Spiele für große Gruppen. Mehr Spaß durch  
Vielfalt. SH, S. 12ff.  
TUBES, Gisela:  
Aktionstag: Das lebend der Tiere im Wald  
erkunden. SH, S. 21ff.  
WITTE, Dirk:  
Training im Park für alle. 9+10, S. 35f (ÜL)

## Gesund + fit mit DOSB und SportPraxis

ENGELS, Uta:  
Gesund + fit mit DOSB und SportPraxis Die  
Fitness-Trends für 2014: Weniger Kommerz –  
mehr einfache Geräte. 3+4, S. 59ff.  
Gesund + fit mit DOSB und SportPraxis Kinder  
fördern: Bewegte Lebenswelten schaffen und  
vermitteln. 5+6, S. 60ff.  
Gesund + fit mit DOSB und SportPraxis  
Crosssport: Freestyle-Variationen bekannter  
Spielformen liegen im Trend. 9+10, S. 60ff.  
NAß, Melanie & ENGELS, Ute:  
Gesund + fit mit DOSB und SportPraxis  
Entspannung in der Schule: „Berührung mit  
Respekt®“. 1+2, S. 58ff.

## Inklusion

WASCHKE, Torben:  
Inklusion: Sport mit chronisch kranken Kindern.  
7+8, S. 54ff.  
Inklusion: Sport mit chronisch kranken Kindern –  
Teil II. 9+10, S. 52ff.

## Koordination

ERDMANN, Felix & MAUSOLF, Dan & OPIGEZ,  
Philipp:  
Slacklining: Der Trendsport im Gelände. SH, S.  
52ff.  
REINSCHMIDT Vicki und Christian:  
Trendsport im Stationsbetrieb zur  
Koordinationsschulung. 7+8, S. 31f. (ÜL)  
KUNERT, Christian:  
Sling Training: Anspruchsvolle  
Koordinationsübungen. 9+10, S. 31f (ÜL)

## Kämpfen, Raufen und Verteidigen

LEFFLER, Thomas:  
Bodenkampf zu zweit: Spielerisch die Techniken  
erlernen. 5+6, S. 22ff.  
LINDEL, Matthias:  
DKV-Sound-Karate©: Leichter als gedacht! 11+12,  
S. 51ff.  
MITTELBACH, Tom:  
Boxen in der Schule: Projekt zur  
Gewaltprävention. 3+4, S. 22ff.

## Körperwahrnehmung

GOHLKE, Stephanie:

Fit mit Lachyoga: „Have a smile“. 1+2, S. 35f. (ÜL)

## Leichtathletik

ANDRÄ, Christian:

Laufspiele: Schnelligkeits- und Gedächtnis-  
Training. 3+4, S. 18ff.

MOLL, Cornelia:

Leichtathletik: Zielgerichtetes und effektives  
Aufwärmen. 9+10, S. 6ff.

WEBER, Christian → HORN, Axel:

Drehwürfe: Schön und weit mit Schwung. 9+10,  
S. 12ff.

## Prävention

SIMON, Andreas:

Sensomotorisches Training: Ein Präventionszirkel  
für Anfänger. 11+12, S. 31f. (ÜL)

## Senioren-sport

MIEHLING, Gerd:

Koordinationsschulung für Ältere:  
Propriozeptisches Training. 1+2, S. 37f. (ÜL)

PITZNER, Tina & KAUFMANN, Günter:

Abenteuerreise für Senioren: „Alle in einem  
Boot“. 1+2, S. 33f. (ÜL)

## Spiele

DETSCH, Marcus:

Kreative Aufwärmideen: Super Mario und Star  
Wars im Sportunterricht. 11+12, S. 47ff.

GLAS, Brigitte:

Neue Bewegungsideen: Spiele mit dem Osterei.  
3+4, S. 14ff.

Neue Bewegungsideen: Spiele für den Herbst.  
9+10, S. 48ff.

HECHTEL, Carola:

Pfiffige Idee: Training mit Spielkarten. 5+6, S. 37f  
(ÜL)

REINSCHMIDT Vicki und Christian:

Olympische Winterspiele in der Halle. 1+2, S. 31f.  
(ÜL)

SIMON, Andreas & RIEHL, Daniel:

Knaller-Spiele: Von Schülern getestet und  
ausgewählt. 5+6, S. 50ff.

## Spielehits

LANGE, Anja:

Spielehits: Mit Geschicklichkeit zum Ziel. 1+2, S.  
25ff.

Spielehits: Fernsehshows in der Turnhalle. 3+4,  
S. 44ff.

Spielehits: Die Würfel sind gefallen. 5+6, S. 39ff.

Spielehits: Abwechslungsreiches Aufwärmen als  
Basis einer gelungenen Stunde. 7+8, S. 45ff.

Spielehits: Übungen zur Schärfung der Sinne.  
11+12, S. 39 ff.

## Sportartenvorstellung

BAUMANN, Johanna:

Triathlon: Lehrplankonform im Schulunterricht –  
Teil II. 9+10, S. 20ff.

VOGEL, Franz & WIRTH, Christina & ZIEMAINZ,

Heiko:

Triathlon: Lehrplankonform im Schulunterricht.  
7+8, S. 39ff.

Triathlon: Lehrplankonform im Schulunterricht.  
9+10, S. 20ff.

## Sport in der Gruppe

HECHTEL, Carola:

Pfiffige Idee: Training mit Spielkarten. 5+6, S.  
37ff. (ÜL)

PETKO, Andreas → ARNDT, Lisa:

Zirkeltraining: Abwechslungsreiche  
Lernlandschaft mit Denkaufgaben. 11+12, S.  
26ff.

REINSCHMIDT Vicki und Christian:

Olympische Winterspiele in der Halle. 1+2, S. 31f.  
(ÜL)

## Sportmedizin – Hättet Ihr es gewusst?

GIESSING, Jürgen:

Medizinisches Grundwissen für den Sportalltag:  
Heute: Woher kommen die Kraftsteigerungen  
nach dem Krafttraining? 1+2, S. 53ff.

Heute: Was bedeutet das Wort „Kondition“ beim  
Sport? 3+4, S. 54ff.

Heute: Ist ein Grundlagenausdauertraining beim  
Fußball notwendig? 5+6, S. 56ff.

Heute: Wie atmet man am besten unmittelbar  
vor dem Tauchen? 7+8, S. 58ff.

Heute: Was ist antagonistisches Muskeltraining?  
9+10, S. 58ff.

Heute: Was bedeuten die Begriffe Glucose,  
Glykogen und Glykolyse? 11+12, S. 56ff.

## Sport und Stimme

HALBACH, Bettina:

Stimmtraining: Mit Organgymnastik zum  
besseren Klang. 7+8, S. 51ff.

## SportPraxis reflektiert

KLENK, Esther:

Kommunikationstraining: Gruppenarbeit im  
Sportunterricht. 11+12, S. 44ff.

## Tanzen

BLEIS, Carola:

Yoga-Dance: Rhythmisches Fitnessstraining. 11+12,  
S. 33f. (ÜL)

VORNBERGER, Maren:

Hip-Hop: Moderner Tanz für jede Altersstufe.  
11+12, S. 58ff.

## Turnen und Bewegungskünste

BANSEMER, Christina Anna:

Salto vorwärts: Der Traum vom Fliegen. 11+12, S.  
12ff.

Gerätturnen: Schulung der Grundlagen. 11+12, S.  
21ff.

GAGEUR, Jasmin:

Gleichgewicht fördern: Die Turnhalle als  
Balancierparcours. 11+12, S. 6ff.

GAUß, Tobias:

Parkoursport: Der Tic Tac. 9+10, S. 26ff.

KÖHLER-HOLLE, Stefan:

Vielseitiges Klettern: Hoch, höher, Hallendecke.  
1+2, S. 21ff.

PETKO, Andreas → ARNDT, Lisa:

Zirkeltraining: Abwechslungsreiche  
Lernlandschaft mit Denkaufgaben. 11+12, S.  
26ff.

SCHARENBERG, Swantje:

Deutsches Sportabzeichen: Umsetzung in der  
Schule am Beispiel Gerätturnen. 11+12, S. 16ff.

ZETZMANN, Christine:

Turnübungen: So bleiben Kinder im  
Gleichgewicht. 1+2, S. 43ff.

Turnübungen: So bleiben Kinder im  
Gleichgewicht – Teil II. 3+4, S. 27ff.

## Update Sportwissenschaft

KÖNIG, Stefan:

Update Sportwissenschaft (1): Neues zur  
Unterrichtsplanung. 9+10, S. 44ff.

## Wassersport

DANIEL, Klaus:

Wasserballspiel: Erprobte Übungen zur  
Einführung in Schule und Verein. 7+8, S. 21ff.

FAHRNER, Marcel:

Kraulschwimmen: Erfolgreiche Technikschi-  
lung. 7+8, S. 12ff.

HUBER, Anne:

Anfängerschwimmen: Wassergewöhnung als  
unverzichtbare Voraussetzung. 7+8, S. 16ff.

LANGE, Anja:

Wasserspaß: Spiele und Übungen für und mit  
adipösen Kindern und Jugendlichen. 1+2, S.  
47ff.

MARBE, Carina:

Angstbewältigung: Praxistipps für den  
Schwimmunterricht. 7+8, S. 7ff.

PARGÄTZL, Jonathan:

Kraulschwimmen: Übungsreihe zum Erlernen der  
Rollwende. 3+7, S. 39ff.

STASCH, Patricia:

Nach Olympia ist vor Olympia: Sommerspiele im  
Wasser. 3+4, S. 11ff.

## Wintersport

ESPENSCHIED, Eric:

Snowboard fahren: Anfängerschulung leicht  
gemacht. 1+2; s. 13ff.

HEUPEL, Vanessa:

Skilanglauf: Auf die Technik kommt es an. 1+2,  
S. 6ff.

REINSCHMIDT Vicki und Christian:

Olympische Winterspiele in der Halle. 1+2, S. 31f.  
(ÜL)