

Inhaltsverzeichnis

	Vorwort	7
1	Einleitung	9
1.1	Spezielle Bewegungsangebote für Kinder	9
1.2	Bewegungsarmut – Ursachen und Wirkungen	10
2	Gesundheitssport für Kinder – was, warum, für wen?	13
2.1	Zielsetzungen	13
2.2	Voraussetzungen	14
2.3	Hinweise zur Vereinsstruktur	15
2.4	Inhalte	18
2.5	Stundenaufbau	18
2.6	Gruppenzusammensetzung	19
3	Pädagogische Grundlagen	21
3.1	Psychomotorische Arbeitsweise	22
3.2	Didaktische und methodische Grundsätze	23
4	Die Programme im Vergleich	26
4.1	„Spiel – Sport – Spaß“ (präventive Ausrichtung, Angebot A)	26
4.2	Stundeninhalte und Materialien	28
4.3	Psychomotorische Bewegungsförderung (rehabilitative Ausrichtung, Angebot B)	29
5	Stundenbilder Kursangebote nach Prof. Dr. Renate Zimmer	34
5.1	Hinweise zur Gestaltung der Kursstunden	34
5.2	1. Übungseinheit: Kontaktaufnahme	38
5.3	2. Übungseinheit: Bewegungsspiele	40
5.4	3. Übungseinheit: Spielen und Bauen	42
5.5	4. Übungseinheit: Spielen mit verschiedenen Materialien	43
5.6	5. Übungseinheit: Spielen mit dem Pezziball	45
5.7	6. Übungseinheit: Spielen mit Seilen	47
5.8	7. Übungseinheit: Balancieren	49
5.9	8. Übungseinheit: Bewegungsspiele mit Zeitungspapier	51
5.10	9. Übungseinheit: Werfen und Balancieren	52
5.11	10. Übungseinheit: Werfen und Spielen	53
6	Praxis Haltungsförderung	55
6.1	Psychische und soziale Einflüsse auf die Haltung	55

6.2	Körpererfahrung als wichtiger Praxisbereich der psychomotorisch orientierten Haltungsförderung	56
6.3	Gefühle durch Bewegung ausdrücken können	59
6.4	Spieleisiche Fußgymnastik	59
6.4.1	Aufmerksamkeit für die FüÙe wecken	60
6.4.2	Sensibilisieren	61
6.4.3	Greifübungen mit Tüchern	62
6.4.4	Greifübungen mit Materialien	62
6.4.5	Weitere Spielideen	63
6.5	Die Bewegungslandschaft „Fluß“	64
7	Praxis Spiel – Spaß	66
7.1	Angstabbau/Risikofähigkeit	66
7.2	Psychomotorisch orientierter Geräte- und Materialeinsatz	68
7.2.1	Sitzen, Knien, Stehen	68
7.2.2	Drehen, Rollen, Wälzen	69
7.2.3	Rutschen, Gleiten	69
7.2.4	Fahren	69
7.2.5	Gehen, Hüpfen auf verändertem Untergrund	70
7.2.6	Hüpfen, Springen	71
7.2.7	Klettern, Hängen, Hangeln	71
7.2.8	Schwingen, Schaukeln	71
8	Organisationshilfe für Vereine	73
8.1	Weiterführende Angebote	75
8.2	Durchführungshilfen	76
8.3	Kursleiterqualifikation	77
8.4	Zielgruppenhinweise für Übungsleiter	78
8.5	Räumlichkeiten und Geräte	78
8.5.1	Geräteliste für Gruppe „Spiel – Sport – Spaß“	79
8.5.2	Geräteliste für Gruppe „Psychomotorische Bewegungsförderung“	79
8.6	Kostenkalkulation	80
8.7	Soziale Aspekte der Kursgebühr	80
8.8	Öffentlichkeitsarbeit	82
8.8.1	Checkliste für Vereine	83
8.8.2	Werbung in der Öffentlichkeit	85
8.8.3	Zeitungsartikel	92
8.8.4	Schulinfos	92
8.9	Vergleichende Gegenüberstellung der Angebote A und B	93
9	Literatur, Adressen	95