
Inhalt

Vorwort	7
<i>Ewald Wutz</i> Gesundheitserziehung in der Schule aus der Sicht des Bayerischen Kultusministeriums	9
<i>Mechthild Amberger-Lahrmann/Kathrin Amberger,</i> Die Geschichte des Schulsports – eine historische Skizze	15
<i>Herbert Amberger</i> Ursachen und Konsequenzen unbewegten Lebens – Pathomechanismen des Bewegungsmangels der Schulkinder	19
<i>Klaus Weitzer</i> Haltung und Haltungsschulung – Ein theoretisches Modell und seine Bedeutung für die Praxis	36
<i>Hermann Körndle/Susanne Narciss/Klaus Weitzer</i> Welche Instruktionen sind beim Bewegungslernen hilfreich?	50
<i>Guy Burke</i> Grundlagen des Trainings von Kindern und Jugendlichen	57
<i>Klaus Schneider</i> Wie entwickelt sich die Bewegungskoordination im Kindesalter?	68
<i>Alf Zimmer</i> Bewegen ist Problemlösen – Was die experimentelle Motorik zur Variabilität der Bewegung sagt.	73
<i>Nikola Seichert</i> Sitz still!? – Aktiv-dynamisches Sitzen in der Schule	91
<i>Daniela Raith</i> Möglichkeiten zur Verbesserung des schulischen Lernklimas. Strukturiertes und situationsgerechtes An- und Entspannen	97

Franz Schweiger

Vorbeugen von Verletzungen und Haltungsschäden durch Funktionelles
Gesundheitsrelevantes (Muskel-)Aufbautraining (FGA) 106

Johannes Lindner

Muskel- und Koordinationsschulung mit dem Theraband® in der Schule 118

Rüdiger Hein

Bewegung als Lebensprinzip – Natur als Partner.
Umwelt und Gesundheitserziehung im Schullandheim
unter dem Gesichtspunkt „Wahrnehmen“ 129

Adrienne Urban

Movement: Ein Schulprojekt von Sportomed.
Prävention für Schüler und Pädagogen – Sportomed Mannheim 149

Autorenverzeichnis 158