

Einführung 11-20 \_\_\_\_\_ 7

<b>Teil I</b>	<b>1</b>	Lernen in der vorgeburtlichen Periode. Das Alltagsverhalten der Mutter beeinflusst die Entwicklungs- und Bewegungsfähigkeit des Kindes. Fitnesstraining vor der Schwangerschaft für die Schwangerschaft.	_____ 8
	<b>2</b>	Bewegungsaktivität des Neugeborenen fördern. Mitbewegung und Selbstbewegung. Hautkontakt und Kommunikation.	_____ 10
	<b>3</b>	Anregungen für Bewegungsspiele im ersten Lebensjahr.	_____ 12
	<b>4</b>	Verfeinerung der Wahrnehmungsfähigkeit. Bewegte Objekte beobachten.	_____ 14
<b>Teil II</b>	<b>5</b>	Selbständiges Aufrichten. Die notwendige Kriechperiode. Der freie Stand als Gleichgewichtsprobe.	_____ 16
	<b>6</b>	Förderung der Spontaneität. Weitere Finger- und Zehenspiele. Kontaktspiele.	_____ 18
	<b>7</b>	Koordinationsfähigkeit: Gleichgewichtsproben, Reagieren. Beherrschte Bewegungsfertigkeiten variieren. Raumorientierung.	_____ 20
	<b>8</b>	Verhinderte Bewegungsexperimente schaffen Behinderungen. Die notwendige Klettererfahrung und Griffsicherheit. Kraftentwicklung durch Hängen und Schaukeln.	_____ 22
<b>Teil III</b>	<b>9</b>	Lernen von Bewegungsfertigkeiten durch Mitbewegen und Nachahmen. Die Bewegungsvorstellung.	_____ 24
	<b>10</b>	Das perzeptive Lernen. Variationsreiche Wahrnehmungen. Spiele mit Luftballons. Anregungen zum Unterscheiden von Richtung, Form, Tempo, Raum.	_____ 26
	<b>11</b>	Ausreichend Zeit zum Spiel. Spielfähigkeit bedeutet Konzentration. Spielaufforderung ist wichtiger als Spielleitung.	_____ 28

	12	Sprache und Bewegung. Monotonie und Wiederholung als Weg zur Rhythmisierung. Eigenwillige Tonsprache entwickeln.	30
<b>Teil IV</b>	13	Beispiele für situatives Lernen. Der Sprunghopper. Rodeln und Schaukeln. Lernen komplexer Handlungen.	32
	14	Gleichgewichtssportarten: Rollerfahren, Rollschuhlaufen, Radfahren, Eislaufen, Skilaufen.	34
	15	Lernen durch Problem-Lösen. Positives und negatives Aggressionsverhalten. Selbstbewußtsein führt zu Selbstsicherheit.	36
	16	Bewegungsphantasie und Bewegungseinfälle: Lernen durch Entdecken.	38
<b>Teil V</b>	17	Spielhandlungen und Spielideen, Handeln lernen im Gruppenspiel.	40
	18	Zusammenspiel, Aktionen und Interaktionen. Kinder suchen Gesellschaft im Spiel. Partnerschaft und Kooperation.	42
	19	Entwicklung der Individualität und des Selbstvertrauens. Kleingruppen und Spielgemeinschaften.	44
	20	Eltern gewinnen neue Kontakte zu ihren Kindern durch das gemeinsame Spiel.	46
<b>Teil VI</b>	21	Gesundheitserziehung. Kinder sind Dauerleister. Abhärtung ist keine Härtemaßnahme. Hygienische Maßnahmen.	48
	22	Haltung ist kein statischer Begriff. Fußkraft und Fußschwäche. Rumpfkraft und Rumpfschwäche. Kontrolle des Alltagsverhaltens.	50
	23	Ausdauer und Schnelligkeit.	52
	24	Kraft, Beweglichkeit und Geschicklichkeit.	54
<b>Teil VII</b>	25	Spielräume – richtig geplant – im Haus, am Haus, auf dem Spielplatz.	56
	26	Spielgeräte zum rechten Gebrauch.	58
	27	Proben und Selbstkontrolle 0–5 Jahre.	60
	28	Proben und Selbstkontrolle 6–8 Jahre.	62
		Literatur und Filme	64