

7

Lehrmittel Sporterziehung Band 4 Broschüre 7

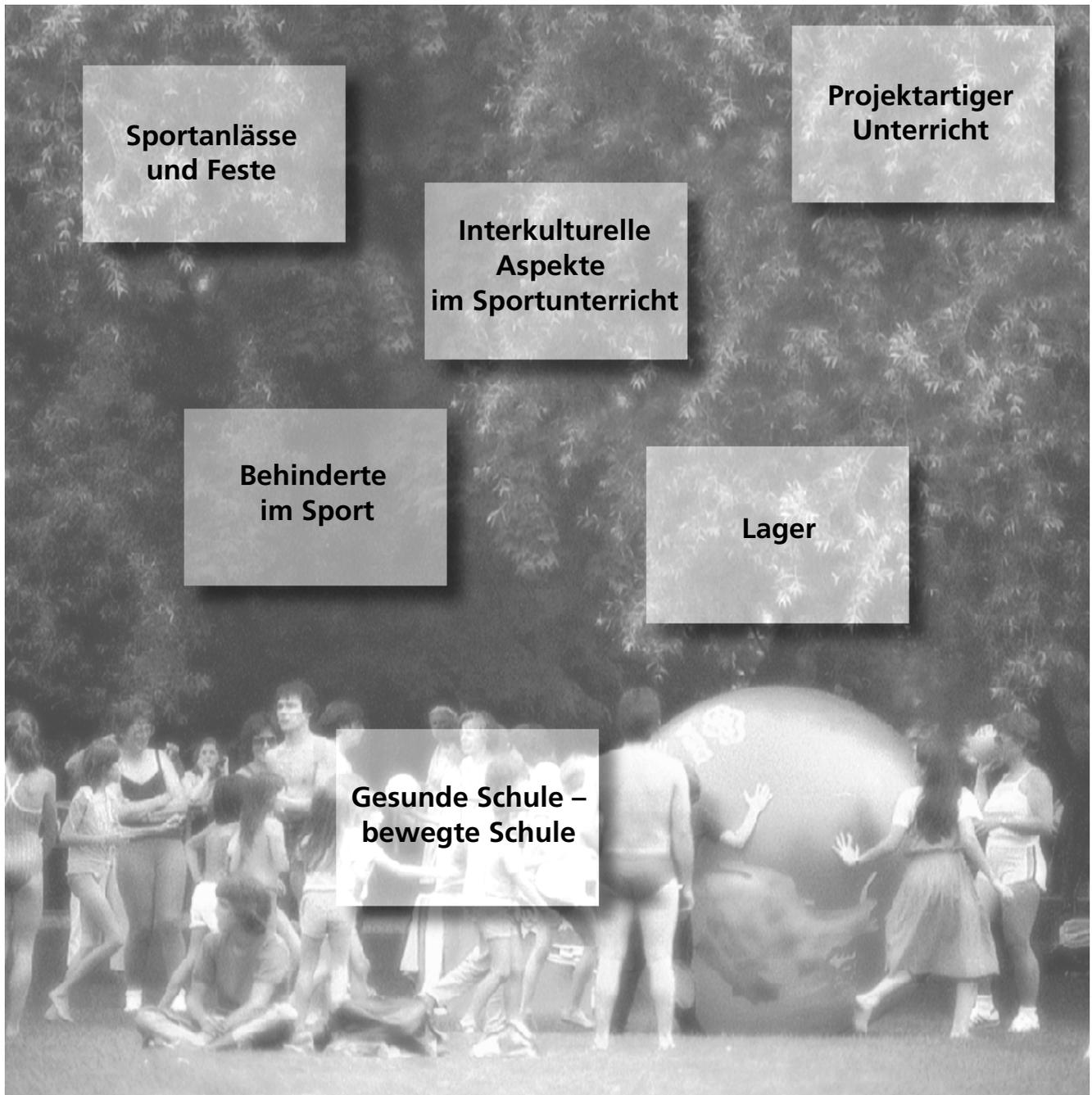


Übergreifende Anliegen

SPORTERZIEHUNG
EDUCATION PHYSIQUE
EDUCAZIONE FISICA
EDUCAZIUN FISICA



Broschüre 7 auf einen Blick



Die Schülerinnen und Schüler erleben und erfahren weitere Möglichkeiten von Bewegung, Spiel und Sport.

Schwerpunkte 4.–6. Schuljahr: ➔ Vgl. 3. Umschlagsseite, am Schluss dieser Broschüre.

Schwerpunkte in den Stufenbänden 2–6

- Gesundheit
- Behinderte und Nichtbehinderte
- Interkulturelle Aspekte der Bewegungserziehung
- Projektartiger Unterricht
- Anlässe und Feste



Vorschule

- Gesunde Schule – bewegte Schule
- Behinderte und Nichtbehinderte
- Interkulturelle Aspekte
- Projektartiger Unterricht
- Anlässe und Feste



1.–4. Schuljahr

- Gesunde Schule – bewegte Schule
- Behinderte im Sport
- Interkulturelle Aspekte im Sportunterricht
- Projektartiger Unterricht
- Sportanlässe und Feste



4.–6. Schuljahr

- Gesund sein – gesund bleiben
- Behinderte und Sport
- Interkulturelle Aspekte im Sportunterricht
- Projekte
- Anlässe und Feste
- Lager



6.–9. Schuljahr

- Gesundheit
- Sicherheit
- Soziale Aspekte im Sportunterricht
- Anlässe und Feste
- Trekking-Lager
- Ausserschulischer Sport



10.–13. Schuljahr

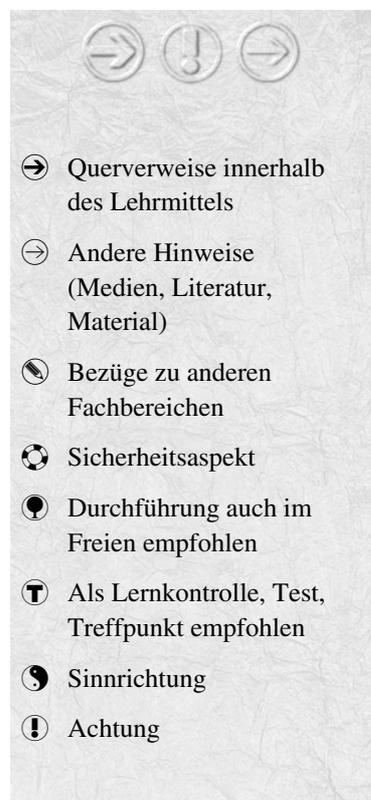
- Das Sportheft enthält Informationen und Anregungen zu verschiedenen übergreifenden Anliegen.



Sportheft

Inhaltsverzeichnis

Einführung	2
1 Gesunde Schule – bewegte Schule	
1.1 Gesundheit und Schule	3
1.2 Bewegung als Unterrichts- und Lebensprinzip	4
2 Behinderte im Sport	
2.1 Miteinander Sport treiben	6
2.2 Praxisbeispiele für gemeinsames Sporttreiben	6
3 Interkulturelle Aspekte im Sportunterricht	
3.1 Beispiele «aus aller Welt»	7
4 Projektartiger Unterricht	
4.1 Inhalt und Ziele	9
4.2 Planen – Durchführen – Auswerten	9
4.3 Das Fahrrad als Verkehrsmittel und Sportgerät	10
5 Sportanlässe und Feste	
5.1 Sporttag als Gruppenwettkampf	12
5.2 Wettkampfstationen	13
5.3 Auswertungsformular	15
Verwendete und weiterführende Literatur / Medien	16



Einführung

Sport in der Schule ist von faszinierender Vielfalt. Die Broschüren 2–6 dieses Lehrmittels enthalten in sich geschlossene Themenkreise. Diese Broschüre 7 gibt Impulse für einen fächerübergreifenden und projektartigen Sportunterricht.

Im Kapitel «Gesunde Schule – bewegte Schule» sind Anregungen zu finden, wie die Schülerinnen und Schüler im Laufe der Zeit ein individuelles Gesundheitsbewusstsein entwickeln können. Bewegung soll in der Schule als Unterrichts- und Lebensprinzip erfahren werden. Eine Vernetzung von Bewegung im Sportunterricht mit anderen Fachbereichen bereichert den Unterrichtsalltag. Eine *bewegte Schule* ist für die Entwicklung der Schülerinnen und Schüler und zur Entfaltung ihrer Leistungsfähigkeit nötig.

Der Zugang zu behinderten Kindern wird über Spiel und Bewegung erleichtert. Im fröhlichen Miteinander und mit Formen, die von Behinderten und Nichtbehinderten gemeinsam zu meistern sind, werden Hemmschwellen abgebaut. Einige Anregungen dazu werden im Kapitel «Behinderte im Sport» vorgestellt.

In vielen Schulklassen ist der Anteil von Kindern aus anderen Kulturen gross. Die Beiträge im Kapitel «Interkulturelle Anregungen» geben Impulse, wie das Andersartige, aber auch das Gemeinsame im Unterricht erlebt und erfahren werden kann.

Teamfähigkeit, selbständiges Arbeiten und die Fähigkeit, sich schnell wesentliche Informationen zu beschaffen sind im Berufsleben wichtige «Schlüsselqualifikationen». Im Kapitel «Projektartiger Unterricht» sind Grundlagen und Prinzipien beschrieben, die für einen projektartigen (Sport-)Unterricht von Bedeutung sind. Das Thema «Das Fahrrad als Verkehrsmittel und Sportgerät» zeigt eine konkrete Umsetzung.

An jeder Schule sollten regelmässig gemeinsame Sportanlässe stattfinden. Im Kapitel «Sportanlässe und Feste» wird in Form eines Gruppenwettkampfs ganz konkret eine mögliche Form für einen Sporttag vorgestellt. Die Schulklassen sollten im Sportunterricht immer wieder Gelegenheit erhalten, sich auf bevorstehende, gemeinsame Anlässe vorzubereiten.

1 Gesunde Schule – bewegte Schule

1.1 Gesundheit und Schule

Gesundheit zeigt sich nicht nur am Körper, sondern auch an der Lebensstimmung der Menschen, an ihren Gemeinschaftsformen und ihrem Umgang mit der Umwelt. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert Gesundheit wie folgt: «Gesundheit ist ein Zustand vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein das Fehlen von Krankheit und Gebrechen.»

SAGAN (1992) hält fest, dass nicht bloss regelmässiges Jogging oder gesunde Ernährung, sondern vor allem psycho-soziale Verhaltensweisen wie Selbstachtung und Gemeinschaftssinn einen hohen Stellenwert für unsere Gesundheit haben. In einem ganzheitlich orientierten Unterricht werden gesundheitserzieherische Anliegen integriert und thematisiert:

Körperliches und geistiges Wohlbefinden

- Den Schülerinnen und Schülern eine «Bewegte Schule» ermöglichen.
- Erprobungs- und Freiräume für die Grundbewegungen Laufen, Springen, Werfen, Balancieren, Klettern, Schwingen, Drehen, Fliegen ... anbieten.
- Bewegungs-, Spiel- und Sporterlebnisse im Freien und zu allen Jahreszeiten ermöglichen.
- Life-Time-Sportarten (Rückschlagspiele, Streetball, Inline-Skating ...) einführen, die auch nach der Schule betrieben werden können.
- Den Lern- und Leistungszuwachs aufzeigen (Sportheft).
- Die Wahrnehmungsfähigkeit entwickeln und Körpererfahrungen ermöglichen.

➔ Gesundheit:
Vgl. Bro 1/1, S. 25

➔ Bewegte Schule:
Vgl. Bro 7/1, S. 4 ff.

➔ Sportheft: Vgl. Bro 7/1, S. 14
➔ Körperwahrnehmung:
Vgl. Bro 2/4, S. 3 ff.

Soziales Wohlbefinden

- Gemeinsame Anlässe wie Lager, Sportfest, Spielturnier... realisieren.
- Partnerschaftliches Sporttreiben (Partnerakrobatik, Teamspiele, New-Games, Partner-OL, Team-Triathlon ...) pflegen.
- Einander beim Turnen an und mit Geräten helfen und sichern.

➔ Fairplay-Spiele:
Vgl. Bro 5/4, S. 61

➔ Kooperieren:
Vgl. Bro 3/4, S. 24 ff.

Ernährung

- Verbindung mit dem Geschichtsunterricht: Wie haben sich die Menschen in verschiedenen Epochen ernährt?
- Erkenntnisse aus der Ernährungslehre vorstellen.
- Ein «Klassen-Kochbuch» gestalten und von Zeit zu Zeit einen gemeinsamen «kulinarischen Anlass» gestalten.
- Gute und schlechte Ernährungsgewohnheiten bewusst machen.
- Einen Sponsor suchen, der für alle einen Pausenapfel anbietet.

Spannung und Entspannung

- Den Schülerinnen und Schülern ihr Stressverhalten aufzeigen.
- Den wohltuenden Wechsel von Spannung und Entspannung aufzeigen, z.B. mit Entspannungsübungen nach einer intensiven Belastung.

➔ Sich entspannen lernen:
Vgl. Bro 2/4, S. 22 ff.

1.2 Bewegung als Unterrichts- und Lebensprinzip

Für eine harmonische und ganzheitliche Entwicklung von Kindern und Jugendlichen sind vielfältige Bewegungserfahrungen eine unverzichtbare Voraussetzung. Körperliche Aktivität in der Schule darf sich nicht nur auf den Sportunterricht beschränken, sondern muss auch bei der Gestaltung des Unterrichts beachtet werden. Der handelnde Umgang, also das Lernen unter Einbezug des Sich-Bewegens, ist wichtig für das Lernen in der Primarschule. Auch aus gesundheitserzieherischer Sicht gehört Bewegung zum Schulalltag: Langes und falsches Sitzen führen oft zu Fehlhaltungen und Rückenbeschwerden.

Klassenräume sind auch Bewegungsräume

- Bei der Planung des Unterrichts das Bewegungsbedürfnis der Schülerinnen und Schüler einbeziehen und sie nicht länger als 20 Minuten sitzen lassen.
- Ruhige Bewegungsaktivität ermöglichen und tolerieren: Arbeitsblätter holen lassen statt sie auszuteilen; verschiedene Arbeitsplätze anbieten etc.
- Einige Sitzbälle anbieten, die für eine kurze Zeit als Sitzmöbel oder zur Entlastung der Rückenmuskulatur verwendet werden können.
- Verschiedene Arbeitsstellungen ermöglichen: Sitzen auf unterschiedlichen Sitzgelegenheiten, Sitzen mit der Rückenlehne nach vorne, Sitzen und Liegen am Boden, Stehen und Gehen.
- Die Stühle und Bänke periodisch der Grösse der Lernenden anpassen.
- Die Tischplatte wenn möglich schräg stellen.

Bewegungspausen im Unterricht

- Bei aufkommender Unruhe Bewegung ermöglichen und das Zimmer lüften.
- Streckende, räkelnde... Bewegungen anordnen.
- Herausfordernde Bewegungsaufgaben stellen: Jonglieren mit Tüchern ...
- Volkstänze (z.B. ➔ Alewander: Vgl. Bro 7/4, S. 8) oder Lieder mit Bewegung durchführen.
- «Pferderennbahn»: Alle Kinder knien im Kreis. Die Spielleiterin kommentiert ein Pferderennen, die Spieler ahmen das Pferdegetrappel durch Schlagen der Hände auf die Oberschenkel nach. Stationen: Start (schnelles Schlagen), Holzbrücke (auf Brustkorb schlagen), Sprung (Hände in die Höhe), Wassergraben (Klatschen), Tribüne (Jubeln), Zieleinlauf (schnelles Schlagen).

Bewegtes Lernen

Einen handelnden Umgang mit dem Lernstoff ermöglichen, z.B.:

- Sprache: Rollenspiele, Wörternennung durch rhythmisches Hüpfen ...
- Mathematik: Geometrische Figuren mit dem Gummitwist darstellen oder auf dem Pausenplatz mit Kreide, Messlatte und Schnüren zeichnen; für Selbstkorrekturen zur Wand gehen, wo das Lösungsblatt aufgehängt ist ...
- Mensch und Umwelt: Originale Begegnungen in der Natur, mit der Berufswelt usw. ermöglichen; eine 5x5 Meter grosse Bodenkarte des Wohnkantons zeichnen und im Gehen oder Hüpfen von Ort zu Ort gelangen.

☞ Sitzen ist eine Belastung: Vgl. Bro 7/1, S. 2

☞ Sitzbelastungen unterbrechen: Vgl. Bro 7/1, S. 3; weiterführende Literatur: Vgl. Bro 7/4, S. 16



☞ Beim kognitiven Lernen Bewegung einbeziehen.



Bewegung auf dem Pausenplatz

- Ausleihe von Geräten aus einer «Klassenbewegungskiste» ermöglichen: Bälle, Jongliermaterial, Minitennisschläger, Indiacas, Stelzen ...
- Geräte installieren: Basketball-Bretter, Fussball-/Hockeytore, Tischtennistische, Minitennis-Netz, Kletterwand ...
- Spielfelder auf den Pausenplatz malen: Hüpfspiele, Schach...
- Freiräume schaffen, in denen die Schülerinnen und Schüler ungestört sich bewegen, bauen und spielen können: Fussballfeld, Bauen mit Materialien (Autopneus, Bretter ...), Ruhezone, Sitzecke ...
- Im Sportunterricht Spiele einführen, die in der Pause gespielt werden können.

☞ Pausenplatzgestaltung:
Vgl. Bro 7/4, S. 16

Zur Ruhe kommen: Stille und Entspannung

- Bereits M. MONTESSORI entdeckte die innere Bereitschaft und das Bedürfnis des Kindes zu ruhiger und stiller Arbeit. Diese Stille muss nicht verordnet werden, denn das Kind sucht sie von sich aus. Grundsatz: Jede Schülerin und jeder Schüler hat pro Tag mindestens 30 Minuten Gelegenheit, still für sich allein zu arbeiten.
- Regelmässige kurze Phasen (ca. 5 Minuten) mit Spielformen zur Wahrnehmung durchführen. Beispiel «Personen-Kim»: Die Spieler werden in 2 Gruppen eingeteilt. Die eine Gruppe geht im Raum umher, die andere erhält die Aufgabe, sich die Kleidung der einzelnen Spieler zu merken. Die beobachtende Gruppe dreht sich um und die andere verändert etwas an ihrer Kleidung oder tauscht Kleidungsstücke aus. Die andere Gruppe dreht sich wieder zurück und versucht, alle Veränderungen zu benennen.

☞ Körperwahrnehmung:
Vgl. Bro 2/4, S. 3 ff.;
Entspannen:
Vgl. Bro 2/4, S. 22 ff.

Sportunterricht als Teil einer «Bewegten Schule»

- Die koordinativen und konditionellen Fähigkeiten entwickeln und dabei v.a. der zur Verkürzung bzw. Abschwächung neigenden Muskulatur Beachtung schenken.
- Die Schülerinnen und Schüler auch zu ausserschulischem Sport bewegen, z.B.: Teilnahme der Klasse an einem Spielturnier oder die Schülerinnen und Schüler anleiten, in der Freizeit etwas regelmässig zu üben (Jonglieren, Klettern, Laufen, Schwimmen, Heim-Trainingsprogramm, ☞ 24-Stunden-Triathlon: Vgl. Bro 4/4, S. 35).

☞ Verbesserung konditioneller und koordinativer Fähigkeiten: Vgl. Bro 2/4, S. 10 ff.

2 Behinderte im Sport

2.1 Miteinander Sport treiben

Behinderte und nichtbehinderte Kinder und Jugendliche treiben miteinander Sport! Beide können im spielerischen und sportlichen Umgang voneinander lernen und füreinander da sein. Gemeinsame Spiel- und Sportangebote ermöglichen für alle wichtige Begegnungen und Erfahrungen.

➔ Behinderte im Sport:
Vgl. Bro 7/1, S. 6

Warum nicht ab und zu mit einer Gruppe des Behindertenheims im benachbarten Wohnort gemeinsam eine Sportstunde, ein Spielfest oder sogar einmal ein Klassenlager durchführen? Die Schülerinnen und Schüler könnten mit der Leitung des Behindertenheims Kontakt aufnehmen. Anschliessend würden die Rahmenbedingungen abgeklärt und festgelegt.

Das Begleiten und Sichern der Bewegungen ist im Sport mit behinderten Menschen wichtig. Insbesondere beim Turnen an Geräten ist die Hilfestellung und die gezielte Auswahl des Bewegungsangebots von entscheidender Bedeutung für die Motivation. Attraktive Aufgabenstellungen und eine ruhige Atmosphäre bilden eine wichtige Grundlage zur aktiven Auseinandersetzung mit den Geräten. Auch traditionelle Sportarten wie Schwimmen, Basketball, Minitennis, Stafetten ... können durch vereinbarte Abmachungen und angepasste Ausführung gemeinsam durchgeführt werden.

2.2 Praxisbeispiele für gemeinsames Sporttreiben

Bewegungsbaustelle

Verschiedene, individuell gewählte Geräte werden miteinander verbunden. Durch deren freie Kombination entsteht ein ständig sich wandelndes «Spinnennetz». Die Schülerinnen und Schüler suchen sich einen Weg durch den Gerätegarten. Das Suchen des eigenen Weges und entsprechende Bewegungsaufgaben fordern zur individuellen Bewegungslösung auf:

⚠ Das Bewegungsangebot der jeweiligen Behinderung anpassen.

- Auf dem Weg durch den Gerätegarten soll der Boden nicht berührt werden.
- Den Weg auf den Geräten blind, mit Hilfe eines Begleiters, finden.
- Je ein Behinderter und Nichtbehinderter sind mit einem Springseil verbunden und suchen sich einen Weg im Gerätegarten.

Minitrampolin-Barren-Kombination für Sehbehinderte

Vor dem Minitrampolin stehen 2 Barren längs mit einem Abstand von ca. 50 cm. Dazwischen bilden 2 Langbänke einen Steg (Langbank und Minitrampolin-Sprungtuch sind dadurch gleich hoch). Die Barrenholmen dienen als Führungshilfe und geben Sicherheit beim Anlauf. Das Ende der Holmen entspricht dem Sprung ins Minitrampolin (taktiles Signal). Beim Sprung ins Minitrampolin übernimmt ein (nichtbehinderter) Schüler die Begleitung der Springerin durch Handfassung. Auf dem Rückweg können Bewegungsaufgaben am Barren gelöst werden.

3 Interkulturelle Aspekte im Sportunterricht

3.1 Beispiele «aus aller Welt»

Das Gemeinsame und Andersartige verschiedener Kulturen kann im Tanz, bei Spiel und Bewegung erlebt werden. Dadurch wird gegenseitiges Verstehen angestrebt.

In grösseren Orten werden Kinder aus dem Ausland in besonderen Klassen zusammengefasst. Warum nicht ab und zu eine Fremdsprachen- oder Integrationsklasse zu einem gemeinsamen Bewegungsnachmittag einladen? Dazu bereiten die Kinder ihre Lieblingsspiele, Volkstänze ... aus den verschiedenen Herkunftsländern (inkl. Schweiz) vor, erklären sie und führen sie mit ihnen durch.

Die folgenden Spiele und Tänze eignen sich auch für grössere Gruppen. Sie brauchen wenig Erklärungen und sind schnell realisierbar.

Wir lernen Bewegungs- und Spielformen aus anderen Kulturen kennen.

☞ Interkulturelle Aspekte im Sportunterricht:
Vgl. Bro 7/1, S. 7

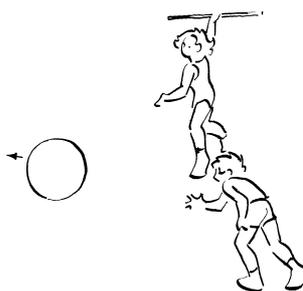
Tibetisches Zahlenspiel: Aufgeteilt in kleine Gruppen versuchen die Kinder, eine Strategie zu entwickeln, damit sie innerhalb der Gruppe die fünf Zahlen (1 = tshig, 2 = ni, 3 = sum, 4 = schi, 5 = na) beherrschen. Die Zahlen werden von der Lehrperson dreimal vorgesprochen. Anschliessend erhalten die Gruppen Zeit, die Zahlen zu üben. Bei Spielbeginn laufen die Kinder frei herum, die Lehrperson nennt eine tibetische Zahl und die Kinder formieren sich entsprechend, d.h. bei «sum» (= 3) in 3er-Gruppen. Dann laufen wieder alle frei durcheinander.

- In Angola wird das Spiel ebenfalls gespielt: 1 = mosi, 2 = vali, 3 = tatu, 4 = gualla, 5 = talu.
- Wir kennen das «Atomspiel» (☞ Vgl. Bro 5/4, S. 22).



☞ Wie zählen die Kinder in den verschiedenen Ländern?

Gutera Uriziga – ein Wurfspiel aus Ruanda: Die S bestimmen einen Spielleiter. Jeder Spieler braucht einen Stock von ungefähr 1.5 m Länge (evtl. Stein, Wurfball ...), der Spielleiter einen Reifen. Die Spielenden stellen sich mit ihren wurfbereiten Stöcken Schulter an Schulter in einer Reihe auf. Der Spielleiter steht an einem Ende der Reihe in einer Entfernung von ca. 15 m und rollt seinen Reifen vor der Spielerreihe durch. Die Spielenden werfen ihre Wurfgeräte und erzielen einen Punkt, wenn sie durch den Reifen schiessen können. Wer die meisten Punkte erzielt, ist Sieger.



☞ Wurfspiele aus aller Welt:
Vgl. Bro 6/4, S. 12

Indianisches Laufspiel: Alle Kinder laufen so lange sie wollen in einer Richtung um einen Kreis herum. Wenn ein Kind die Laufrichtung wechselt, müssen dies alle ändern auch tun. Wer müde ist, stellt sich auf die Kreislinie, ruht sich aus und beginnt dann von neuem. Das Spiel ist beendet, wenn alle Kinder während einer vorgegebenen Zeitspanne (z.B. eine Minute) in der gleichen Richtung gelaufen sind.



☞ Welche Lauf- und Fangspiele spielen die Kinder in ihren Ländern?

Mayim-Mayim: Ein israelischer Regenbeschwörungstanz (Mayim = Wasser) im Frontkreis mit gefassten Händen.

1–10 Vorspiel

Teil A:

1–4 Kreuzschritt mit dem re Bein vor dem linken (1), Seitschritt links (2), Kreuzschritt rechts hinter li (3), mit leichtem Sprung auf den linken Fuss (4).

5–16 = 1–4, 3-mal wiederholen.

Teil B:

1–4 4 Schritte vw. zur Kreismitte; re beginnen und den ersten Schritt durch einen leichten Sprung betonen, zum 2. bis 4. Schritt die Arme heben.

5–8 4 Schritte rw.; rechts beginnen und den ersten Schritt leicht springen, dabei die Arme senken.

9–16 Teil B wiederholen.

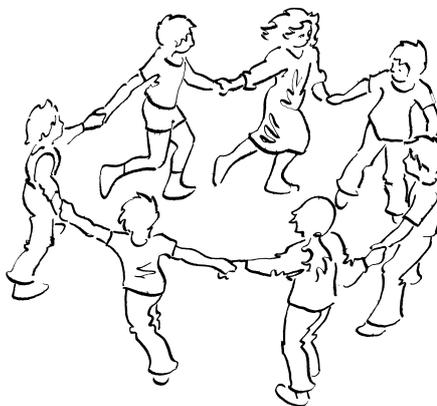
Teil C:

1–4 Vierteldrehung nach li und Schritt re, li, re, Schlusstritt li mit Vierteldrehung zur Kreismitte.

5–12 8-mal hüpfen auf dem re Fuss, li Fuss tupft dabei 4-mal abwechselnd gekreuzt vor dem re Fuss und li seitwärts. Gewichtswechsel auf den li Fuss.

13–20 = 5–12, aber gegengleich und dazu beim Kreuzen des Spielbeins 4-mal in die eigenen Hände klatschen.

☞ Wie ist das Klima und das Wetter in den verschiedenen Ländern?



☞ Musik: Kögler SP 23035 oder FK 1475

Alewander: Kindertanz aus der Schweiz. Paare nebeneinander im Frontkreis mit Blick zur Mitte. Die Hände sind auf Schulterhöhe gefasst.

1–8 Vorspiel

Teil A: Spaziergang im Kreis

1–16 15 Schritte vorwärts im Gegenuhrzeigersinn (li beginnen), Schlusstritt re neben li.

17–32 15 Schritte vorwärts im Uhrzeigersinn (re beginnen), Schlusstritt li neben re.

Teil B: Vor und zurück

1–4 4 Schritte (li beginnen): Mädchen vw. zur Kreismitte (Arme eingestützt), Knaben rw. (Arme verschränkt).

5–8 4 Schritte (li beginnen): Mädchen rw. (Arme eingestützt), Knaben vw. zur Kreismitte (Arme verschränkt).

9–16 = 1–8, aber mit vertauschten Rollen.

17–32 = 1–16

Teil A: Spaziergang im Kreis

Teil C: Einhängen der Paare

1–16 16 Schritte Handtour re (li beginnen, re Hände in Schulterhöhe gefasst, Drehung im Uhrzeigersinn).

17–32 16 Schritte Handtour li (li beginnen, li Hände in Schulterhöhe gefasst, Drehung im Gegenuhrzeigersinn).

Teil A: Spaziergang im Kreis

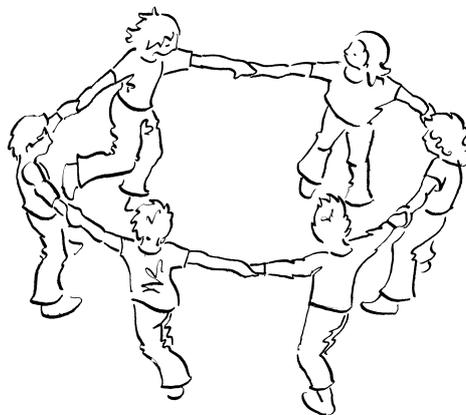
Teil B: Vor und zurück

Teil A: Spaziergang im Kreis

☞ Tanzen: Vgl. Bro 2/4, S. 32 ff.

☞ Musik: Alewander, CD: Kindertänze, Pan-Verlag.

⚠ Als Einführung kann immer nur Teil A getanzt werden (Teile B und C zuhören).



4 Projektartiger Unterricht

4.1 Inhalt und Ziele

Im Team eine gemeinsame Idee realisieren

Durch projektartigen Unterricht wird das selbständige und gemeinschaftlichen Lernen gefördert. Die Klasse, in verschiedene Interessengruppen eingeteilt, realisiert möglichst selbständig ein Projekt (eine Idee). Die Lehrperson übernimmt dabei die Rolle des «Weggefährten». Sie betreut die Lernenden zurückhaltend und unterstützend bei der Realisierung *ihrer* Ideen. Die bei der Arbeit gemachten Erfahrungen der Projektteilnehmer sind ebenso wichtig wie das Produkt. Dementsprechend müssen sie ausgewertet werden. Die Schülerinnen und Schüler lernen dabei, ihre eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten einzuschätzen. Sie setzen sich Ziele, planen Trainingssequenzen, stellen eigene Interessen in den Dienst der Gruppe und werten Ergebnisse aus.

4.2 Planen – Durchführen – Auswerten

- *Themenwahl und Gruppenbildung*: Von der Lehrperson werden die Rahmenbedingungen (z.B. Zeitraum, Gruppengrösse ...) und evtl. eine gemeinsame Projektidee (z.B. am Elternmorgen Kunststücke vorführen) festgelegt. Diese werden bekanntgegeben und allenfalls mit den Schülerinnen und Schülern geklärt und verändert. In einem Gespräch äussern alle Beteiligten ihre Interessen (z.B. Streetball, Hip-Hop, Jonglieren, Akrobatik ...). Anschliessend schreiben die Schülerinnen und Schüler 1–2 Wunschthemen auf einen Zettel, gehen umher und suchen sich Partner mit gleichen Interessen. Die gefundenen Projektgruppen (PG) werden verbindlich notiert, und sie erstellen evtl. ein Gruppenplakat, wo sie ihre Ideen veranschaulicht darstellen.
- *Planung und Vorbereitung der Arbeit*: Jede PG erstellt in ihrem Lernjournal ein Konzept mit Inhalten wie: Thema, Ziele (das möchten wir am Schluss können, vorweisen ...), Arbeitsplan, mögliche Hilfspersonen, notwendiges Material ... Die Lehrperson berät die PG und akzeptiert deren Konzept.
- *Arbeit am Projekt*: Vor jeder Lektion legen die PG ihr Vorgehen fest und notieren ihre Feinplanung ins Lernjournal. Während der ganzen Lektion arbeiten die PG selbständig. Am Schluss der Lektion steht die Reflexion: Wo stehen wir mit unserer Arbeit? Was ist als Nächstes zu tun? Gelegentlich werden die PG angehalten, eine Denkpause einzuschalten. Sie überlegen sich: Was ist an unserer Arbeit gut und was nicht? Werden die Abmachungen eingehalten? Arbeiten wir kameradschaftlich?
- *Präsentation der Ergebnisse (Aktion)*: Die Präsentation der Ergebnisse ist ein wichtiger Projekthöhepunkt. Möglichkeiten: Vorführungen am Elternmorgen, Demonstration der gelernten Fertigkeiten, gegenseitige Instruktion der Inhalte usw.
- *Rückblick und Auswertung*: Die PG und anschliessend die ganze Klasse überlegt sich: Was war gut bzw. weniger gut? Was haben wir gelernt und was nicht? Warum? Was machen wir anders, wenn wir das nächste Mal ein Projekt durchführen?

☞ Themenwahl und Gruppenbildung ausserhalb des Sportunterrichts durchführen. Evtl. verschiedene Themen zur Auswahl vorgeben.

☞ Konzepte schreiben, Lernjournal führen.

☞ Als Lehrperson im Hintergrund bleiben und die Balance zwischen Betreuung und Unterstützung, Überbetreuung und «Gängelung» finden.

☞ Projektideen:
Vgl. Bro. 7/1, S. 9.

Ⓣ Ein Projekt mit dem Akzent «Bewegung».

4.3 Das Fahrrad als Verkehrsmittel und Sportgerät

Das Thema «Fahrrad» eignet sich ausgezeichnet für fächerübergreifendes, projektartiges Lernen. Im Vordergrund stehen Bereiche wie Verkehrserziehung, das Fahrrad als Sportgerät, Wartung und Reparaturen, Einstellungen und Haltungen in Bezug auf die Umweltproblematik, das Fahrrad im Wandel der Zeit, Kartenkunde im Zusammenhang mit Radtouren und Exkursionen, Technik und Wissen...

Die nachstehenden Themenkreise können in einer «Fahrradwoche», aber auch in Kursform (z.B. während eines Quartals wöchentlich an einem Nachmittag) bearbeitet werden, wobei auch noch viele andere Ideen denkbar sind wie z.B. eine Rad-Orientierungsfahrt oder das Einladen von Spezialisten (Mechaniker, Verkehrsplaner, Polizist, Radrennfahrer).

Verkehrserziehung

In Theorie und Praxis wird das Verhalten im Verkehr erarbeitet und geübt. Besonderes Augenmerk gilt dem korrekten Fahrverhalten, dem Kennen der Verkehrsregeln sowie der gesetzlich vorgeschriebenen Grundausrüstung eines Fahrrades. Ein Fahrrad, das im öffentlichen Verkehr benützt wird, muss wie im nebenstehenden Beschrieb ausgerüstet sein.

Besonders besprochen und auf verschiedenen Strassen geübt wird das Fahren zu zweit, in einer Gruppe und im Klassenverband. Zur Verkehrserziehung gehören Kenntnisse über zweckmässige Kleidung oder sinnvolles Befestigen von Lasten auf dem Rad. Ganz besonders wichtig ist das Propagieren und Begründen des Helmtragens. Für grössere Schulhäuser ist zu überlegen, ob ein Klassensatz angeschafft werden soll (Informationen: bfu, Beratungsstelle für Unfallverhütung, Postfach, 3001 Bern).

Korrekt ausgerüstetes Fahrrad:

- Licht (nach vorne: weiss, nach hinten: rot)
- Bremsen am Vorder- und Hinterrad
- Rückstrahler nach vorne und hinten
- Pedale mit Rückstrahlern
- Glocke
- Diebstahlsicherung
- Gültige Vignette

Checkliste für Radtouren

Planen:

- Die Fahrtechnik der Schülerinnen und Schüler überprüfen und verbessern.
- Die Verkehrsregeln und einfache Reparaturen mit den Kindern üben.
- Vor der Durchführung die Tour selber mit dem Fahrrad abfahren.
- Vielbefahrene, gut ausgebaute Strassen meiden; Radwanderwege benützen.
- Die Verkehrstüchtigkeit der Fahrräder überprüfen.
- Das velotechnische Können mit den Kindern üben und kontrollieren.
- Mögliche Transportprobleme in Betracht ziehen.
- Begleitpersonen beiziehen.
- Die Fahrgruppen überlegt zusammensetzen und instruieren.
- Das Tragen eines Helms verbindlich vorschreiben.

Durchführen:

- In kleinen Gruppen fahren.
- Jede Gruppe wird von einer Begleitperson geführt.
- Jede Gruppe ist mit einer Karte, Reparaturmaterial und einer Notapotheke ausgerüstet.
- Die Gruppen fahren mit genügend grossem Abstand und treffen sich an den vorher vereinbarten Orten.
- Nur in Notfällen in grossen Gruppen fahren. Ab 10 Fahrern zu zweit nebeneinander fahren.
- Vor grösseren Abfahrten Konzentrationspausen einschalten: wärmere Kleider anziehen (Windjacke o.Ä.), Verkehrsregeln und zwingende Verhaltensweisen in Erinnerung rufen (z.B. Überholverbot, keine Rennen ...).
- Das Gepäck gut befestigen und durch die Leitenden kontrollieren.

Fahrrad-Parcours

Die Schülerinnen und Schüler planen und realisieren in Zusammenarbeit mit den Lehrpersonen auf dem Schulareal einen festen Parcours. Die einzelnen Stationen werden beispielsweise mittels Postenkarten erklärt. Dadurch können diese Posten selbständig und ohne Anleitung absolviert werden. Vielleicht kann der ganze Parcours auch auf Zeit durchgeführt werden, wobei z.B. technische Fehler mit Strafsekunden geahndet werden.

Schulweg-Gestaltung

Kinder und Lehrpersonen erarbeiten eine Schulweg-Analyse. Sie zeichnen auf einem Gemeindeplan ihren Schulweg ein und unterscheiden Wege zu Fuss, per Fahrrad oder mit dem öffentlichen Verkehrsmittel. Mit einem Fragebogen können auch andere Klassen einbezogen werden. Im Hinblick auf einen möglichst direkten und sicheren Schulweg wird eine Wunschliste mit Verbesserungsvorschlägen erstellt, die dem kommunalen Planungsamt, der Polizei oder der Schulpflege überreicht wird.

Technik und Wissen

Bei der Vermittlung von technisch-physikalischem Grundwissen könnte das Thema zur Sprache kommen, wie die Kraftübertragung durch Kette und Zahnrad funktioniert. Neben dem Erarbeiten der theoretischen Grundlagen sind die praktischen Versuche der zurückgelegten Distanzen bei einer Pedalumdrehung mit verschiedenen Gängen eindrucklich.

Das Benennen und das Funktionieren der einzelnen Teile eines Fahrrades gehört, ebenso wie das Kennen der besonderen Merkmale von verschiedenen Typen (Mountain-Bikes, Rennvelos ...), zum Grundwissen, das in diesem Bereich vermittelt wird. Zusätzlich lernen die Kinder die wesentlichen Grundsätze betreffend der optimalen Einstellung von Sattel und Lenker kennen wie z.B.: Der Sattel wird bei senkrechter Kurbelstellung so eingestellt, dass das untere Pedal mit der Ferse bequem erreicht wird.

Reparaturen

Zur Wartung des eigenen Fahrrades gehört auch das Beheben von kleinen Defekten. Die Schülerinnen und Schüler lernen, ihr Rad zu reinigen, das Ölen und Schmieren der beweglichen Teile, die Kontrolle des Reifendrucks oder das Reparieren eines defekten Schlauchs.

Fahrradfest

Als Höhepunkt einer Projektwoche wird ein Fahrradfest vorbereitet, z.B.:

- Organisation eines Flickdienstes für defekte Fahrräder;
- Fahrradputztag für die ganze Schule;
- Fahrradbörse (Kauf und Tausch von alten Rädern);
- Fahrradausstellung mit Probefahrten auf Spezialrädern;
- Fahrrad-Orientierungsfahrt mit Quiz, Absolvieren eines Fahrradparcours;
- Ausstellung der im Verlauf der Woche erarbeiteten Resultate.

➔ Parcours-Ideen und Spielformen mit dem Fahrrad:
Vgl. Bro 6/4, S. 15 f.



➔ Reparaturhinweise:
Vgl. «Das grosse Fahrradbuch», Bro 7/4, S. 16.

5 Sportanlässe und Feste

5.1 Sporttag als Gruppenwettkampf

Grundidee

Mit dieser Sporttagform wird den Schülerinnen und Schülern ein möglichst breites Bewegungsfeld angeboten, bei dem verschiedene Sinnrichtungen des sportlichen Handelns berücksichtigt werden. Im sportlichen Wettkampf sind Aspekte des sozialen Lernens, Teamgeist und Teamarbeit gefordert. Die Spielformen sind so angelegt, dass jedes Kind zum guten Abschneiden des Teams beitragen kann.

☯ Sinnrichtungen: Vgl. Bro 1/4, S. 3/4 und Bro 1/1, S. 6 ff.

Ziele: Die Schülerinnen und Schüler

- *bewegen* sich auf möglichst vielseitige Art;
- *begegnen* sich im Team und lösen Bewegungsaufgaben gemeinsam;
- *erleben* eine angenehme Wettkampfatmosphäre und freuen sich an herausfordernden Bewegungsaufgaben.

Ⓣ Die Schülerinnen und Schüler erleben einen Sporttag.

Organisation und Wertung

- Der Wettkampf besteht aus 10 Posten, die auf dem Schulhausareal und in einer Turnhalle verteilt sind. Jeder Posten wird von einer erwachsenen Person betreut. Diese achtet darauf, dass alle Gruppen die gleichen Wettkampfbedingungen vorfinden.
- Jeweils zwei Fünfergruppen absolvieren einen Posten gemeinsam. Anschliessend lassen sich die Gruppen das Resultat auf der Wettkampfkarte eintragen (➔ vgl. Bro 7/4, S. 15) und wechseln zum nächsten Posten.
- An jedem Posten findet vor dem Wettkampf eine kurze Probephase statt.
- Pro Posten stehen 10 Minuten zur Verfügung.
- Nach dem Gruppenwettkampf werden an allen Posten Rangierungen vorgenommen. Die Rangpunkte der einzelnen Posten werden addiert. Das Team mit dem kleinsten Rangpunkttotal wird Sieger des Wettkampfs.
- An diesem Gruppenwettkampf können maximal 100 Schülerinnen und Schüler teilnehmen. Er dauert etwa zwei Stunden.

➔ Wenn das Konzept eines solchen Gruppenwettkampfs für eine Schule erarbeitet ist, können die Wettkampfposten beliebig verändert werden.

Teambildung

Durch die Lehrpersonen werden im Voraus Fünfergruppen gebildet, die aus Schülerinnen und Schülern aller Klassenstufen zusammengesetzt sind. Jede Gruppe gibt sich einen Namen und entscheidet sich für ein gleichfarbiges Tenü, welches vielleicht sogar mit Comic-Figuren oder Tieren bemalt wird.

☯ Tenü selber bemalen!

Anregungen für ein Rahmenprogramm

- Zu Beginn des Sporttages singen alle Beteiligten ein im Voraus einstudiertes «Sporttag-Lied» oder führen einen eingeübten (Volks-) Tanz vor.
- Zwischen dem Wettkampf und der Rangverkündigung nehmen die Schülerinnen und Schüler eine Zwischenverpflegung ein.
- Der Sporttagmorgen wird mit gemeinsamen New Games abgeschlossen.
- Über Mittag findet in der Turnhalle ein «Showblock» mit Vorführungen aus verschiedenen Klassen statt (Tanz, Theater, Gesang, Kunststücke ...).
- Am Sporttagnachmittag wird ein gemeinsames Spielturnier durchgeführt.

➔ Sportanlässe und Feste: Vgl. Bro 7/1, S. 12 f.

5.2 Wettkampfstationen

Zonenweitsprung: Die S springen mit Anlauf so weit wie möglich in den Sand. Der Absprung erfolgt aus einer Absprungzone von 80 cm. Die Weitsprungsgrube ist durch vier Gummiseile in drei Zonen eingeteilt (2.00 m – 2.50 m – 3.00 m – 3.50 m). Jeder S hat zwei Versuche.

Wertung: Die Gesamtpunktzahl aller Teammitglieder wird in die Wettkampfkarte eingetragen.

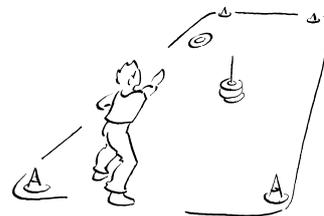


- ➔ **Ziel:**
- In die Weite springen

- ➔ **Material:**
- Weitsprunganlage
 - 4 Gummiseile
 - Stecknägel
 - Messband

Biathlon: Alle S laufen miteinander zuerst 5 Runden. Nachher wirft jedes Gruppenmitglied aus 5 Metern Distanz nacheinander drei Fahrradreifen über einen in die Wiese gesteckten Malstab und holt sie wieder. Jedes Team muss mindestens 10 Treffer erzielen. Für jeden Treffer weniger läuft die ganze Gruppe eine Zusatzrunde um das vorgegebene Feld.

Wertung: Die Gesamtzeit wird in die Wettkampfkarte eingetragen.

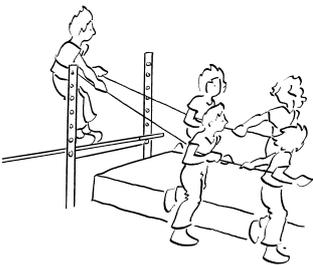


- ➔ **Ziel:**
- Ziel treffen

- ➔ **Material:**
- 4 Kegel
 - 6 Fahrradreifen
 - 2 Malstäbe (mit Spitz)
 - Stoppuhr

Skisprung: Aus 3 Langbänken und einem Reck wird eine Sprungschanze gebaut. Vor der Schanze liegt eine dicke Matte. 1 S zieht Filzpantoffeln an und hält sich an einem Tau fest. Die anderen vier ziehen den fünften über den Schanzentisch. Am Ende der Schanze lässt dieser das Tau los und springt auf die Matte. Der Landebereich ist in drei Zonen eingeteilt. Alle haben 2 Versuche.

Wertung: Die Gesamtpunktzahl aller Teammitglieder wird in die Wettkampfkarte eingetragen.



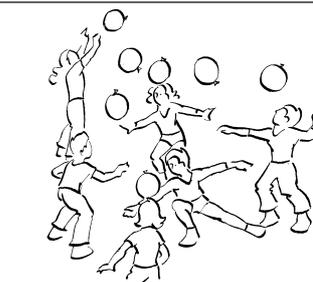
- ➔ **Ziel:**
- Zusammenarbeit fördern

- ➔ **Material:**
- 1 Reck
 - 2 Langbänke
 - 1 dicke Matte
 - 2 Paar Filzpantoffeln (evtl. Teppichfliesen oder Tücher)

- 🌀 **Zusätzlich Matten legen.**

Ballon-Stress: Die 5 S versuchen, 6 Ballone durch Schlagen möglichst lange in der Luft zu halten.

Wertung: Auf «Los!» müssen alle Ballone in die Luft geworfen werden; die Zeit läuft. Sobald der erste Ballon den Boden berührt, wird die Zeit gestoppt. 2 Versuche, der bessere wird in die Wettkampfkarte eingetragen.



- ➔ **Ziel:**
- Orientierungs- und Reaktionsfähigkeit anwenden

- ➔ **Material:**
- Stoppuhr
 - 20–30 Ballone
 - Evtl. Ballpumpe

Wassertransport: Während 5 Minuten holt jeder S mit einem Becher aus einem Brunnen (oder Planschbecken) Wasser für sein Team. Das Wasser muss durch «unwegsames Gelände» (z.B. durch Fahrradreifen schlüpfen, ohne den Becher abzustellen, über Hindernis klettern) transportiert und dann in einen Eimer geleert werden. Wie viele Liter Wasser befinden sich am Schluss im Eimer jedes Teams?

Wertung: Der Inhalt des Eimers (Liter und Deziliter) wird in die Wettkampfkarte eingetragen.



- ➔ **Ziel:**
- Ausdauer und Koordination

- ➔ **Material:**
- 11–15 Plastikbecher
 - 2 Fahrradreifen etc.
 - 2 Eimer
 - Stoppuhr

Hindernislauf: Alle S absolvieren gemeinsam einen Hindernislauf, wobei sie sich an einem Springseil festhalten müssen, ohne es loszulassen. Hindernisse: Einen Barren überqueren, durch einen Fahrradreifen schlüpfen, unter mit einer dicken Matte zugedeckten Langbänken durchkriechen, im Slalom um Malstäbe laufen...



⊙ **Ziel:**

- Koordination und Zusammenarbeit fördern

⊙ **Material:**

- 2 Springseile
- Barren
- 2 Langbänke, 1 dicke Matte
- 1 Fahrradreifen
- Stoppuhr

Wertung: Die benötigte Zeit wird gestoppt und in die Wertungstabelle eingetragen.

Plastiksackfangen: Ein S der Gruppe steht mit einem Bein in einem Fahrradreifen, den er nicht verlassen darf. In den Händen hält er einen Plastiksack. Die restlichen Gruppenmitglieder werfen aus einer Distanz von 12–20 Metern Tennisbälle, die der Fänger mit dem Plastiksack auffangen muss. Geworfene Bälle werden von einem Gruppenmitglied ständig eingesammelt und den Werfenden zurückgerollt. Der Fänger mit dem Plastiksack und der «Ballsammler» dürfen abgelöst werden.



⊙ **Ziel:**

- Wurfgenauigkeit üben

⊙ **Material:**

- 2 Plastiksäcke
- 2 Fahrradreifen
- 8 Tennisbälle
- Leine für Abwurfmarke

Wertung: Die Anzahl mit dem Sack gefangener Bälle wird eingetragen. Zeit: 4 Minuten.

Puzzlelauf: Mindestens 4 Gruppenmitglieder halten sich an einem Reifen und holen gemeinsam pro Lauf ein Puzzleteil aus dem Depot und bringen es zur Startlinie zurück. Dort wird das Puzzle möglichst schnell zusammengesetzt. Stets 1 S darf pausieren und am Zusammensetzen des Puzzles arbeiten.



⊙ **Ziel:**

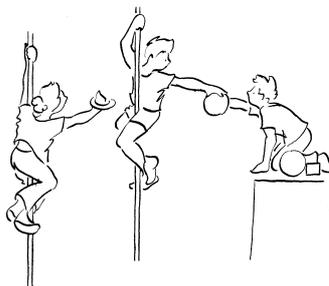
- Ausdauer und Rücksichtnahme fördern

⊙ **Material:**

- 2 Puzzle (je ca. 20 Teile)
- 2 Reifen
- Leine für Startlinie
- Stoppuhr

Wertung: Die für das Zusammensetzen des Puzzles benötigte Zeit wird in die Wettkampfkarte eingetragen.

Expedition: Alle 5 S sitzen mit der Ausrüstung im «Basislager» (Turnmatte). Über die Kletterstangen soll das Material ins «Hochlager» (Kasten) transportiert werden. Ausrüstung: Tau, 3 zusammengeknotete Springseile, 2 Medizinbälle, 3 Gymnastikstäbe und 1 Reifen. Stets 1 S darf den Boden berühren, dabei aber keine Gegenstände weitergeben!



⊙ **Ziel:**

- Kraft und Zusammenarbeit fördern

⊙ **Material:**

- 1 dünne Matte
- 1 Schwedenkasten
- 1 Tau, 3 Springseile
- 2 Medizinbälle
- 1 Reifen, 3 Gymnastikstäbe
- Stoppuhr

Wertung: Die Zeit wird gestoppt, wenn alle Bergsteiger und die Ausrüstung im Hochlager angelangt sind.

Hürdenstaffel: Jedes Team teilt sich so auf, dass 3 S über die hohen Hürden und 2 über die niedrigen Hürden laufen. Jeder S läuft seine Strecke und übergibt den Stafettenstab an den nächstfolgenden.



⊙ **Ziel:**

- Hindernisse überlaufen

⊙ **Material:**

- 12 Hürden
- 2 Stafettenstäbe
- Stoppuhr

Wertung: Die Gesamtzeit der Staffel wird in die Wettkampfkarte eingetragen.

5.3 Auswertungsformular

Teamname: _____

Namen der Schülerinnen und Schüler: _____

Disziplin	Zeit	Punkte	Rangpunkte
Zonenweitsprung		1.	
		2.	
		3.	
		4.	
		5.	
		Total:	
Biathlon			
Skisprung		1.	
		2.	
		3.	
		4.	
		5.	
		Total:	
Ballonstress		Je länger, desto besser!	
Wassertransport	Inhalt des Eimers:		
Hindernislauf			
Plastiksackfangen	Anz. gefangene Bälle:		
Puzzlelauf			
Expedition			
Hürdenstaffel			
		Punktetotal	
		RANG	

Verwendete und weiterführende Literatur / Medien

AUTORENTEAM SVSS: BAUMANN, A.:	Pausenplatzgestaltung. Bern: SVSS 1991. Fata Morgana – oder die Suche nach der verlorenen Gesundheit. Zürich: Pro Juventute 1989.	Gesundheitserziehung
SAGAN, L.:	Die Gesundheit der Nationen. Reinbeck 1992.	
AUTORENTEAM SVSS: KLUPSCH-SAHLMANN, R.:	Sitzen als Belastung. Bern: SVSS 1991. Bewegte Schule: Zs. Sportpädagogik. Seelze: Friedrich 1995.	Bewegte Schule
BUCHER, W. (Hrsg.):	814 Spiel- und Übungsformen «Bewegtes Lernen». Schorndorf 2000.	
HÄBERLI, R.:	Sport mit geistig Behinderten. Schweizerischer Verband für Behindertensport. Volketswil 1991.	Behinderte im Sport
POWEL von B.: SCHUCAN-KAISER, R.:	Körperbehindertenpädagogik. Stuttgart 1984. 1010 Spiel- und Übungsformen für Behinderte (und Nichtbehinderte). Schorndorf 1993 ³ .	
KOBEL, D., BERNI, A.:	Sporttage an der Primarschule des Kantons Zürich. Diplomarbeit an der ETH Zürich. Zürich 1994.	Sportanlässe und Feste
BUCHER, W.:	1018 Spiel- und Übungsformen auf Rollen und Rädern. Schorndorf 1994.	Projektideen Fahrrad
BUWAL:	Rund ums Velo. Unterrichtseinheit 5.–9. Schuljahr. 1991. (Best.: EDMZ 3000 Bern)	
ERNST, M.:	Radsport in Schule und Verein. Aachen 1992.	
KIM, A.:	Velo und Verkehr, Werkstatt-Unterlagen. Verlag Zürcher Kantonale Mittelstufenkonferenz, 1993.	
KUHTZ, Chr.:	Das grosse Fahrradbuch. Kiel 1986.	
AUTORENTEAM ESSM:	Leiterhandbuch Radsport. Magglingen 1995.	
ALLEMANN-GHIONDA, C.:	Schulische Probleme von Fremdarbeiterkindern. Schweiz. Koordinationsstelle für Bildungsfragen. Aarau 1988.	Interkulturelle Pädagogik im Sportunterricht
AUNHEIMER, G.:	Einführung in die interkulturelle Pädagogik. Darmstadt 1990.	
KUMMER, I.:	Fremd in der Schweiz. Texte von Ausländern. Bern 1987.	
MÜLLER-ANTOINE, M.:	Spiele rund um die Welt. Köln: UNICEF 1992.	
Video-Filme: ESSM:	<ul style="list-style-type: none"> • Mitenand. Magglingen 1993. • Bewegte Pause. Magglingen 1988. • Bewegter Unterricht; Serie. Magglingen 1993. 	
PRO JUVENTUTE:	<ul style="list-style-type: none"> • Fata Morgana – oder die Suche nach der verlorenen Gesundheit. 	
Kontakt-Stellen:		
<ul style="list-style-type: none"> • Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu • Bundesamt für Sport BASPO • Schweizerischer Verband für Behindertensport SVB 		



Verlag SVSS

Umfangreiches Angebot von Broschüren, Büchern, Video-Filmen, Tonbandkassetten und ergänzenden Medien zum vorliegenden Lehrmittel.