

# "FITNESS- UND SPIELKISTE"

---

## **Idee**

*Ein ganzheitlich vernetztes Nachschlagewerk mit 180 erprobten Lektionsausschnitten für den gesamten Fitness- und Spielbereich in der Halle, im Freien und im Wasser*

## **Konzept**

*In der Praxis direkt einsetzbare Menükarten im Taschenformat (A5/A6) mit einem minimalen Vorbereitungsaufwand.*

## **Inhalte**

### **- Theorie**

- *Der optimale Aufbau der Sportlektion*
- *Diskussionsthemen zum allgemeinen Sportunterricht*
- *Gebrauchsanweisung zur Arbeitskartensammlung*

### **- Praxis**

- *Allg. Gymnastik und spez. Gymnastik einzeln mit/ohne Geräte*
- *Konditions-/Koordinationsgymnastik einzeln, zu zweit und in Gruppen mit/ohne Geräte*
- *Spielanimation zu zweit und in Gruppen*
- *Konditions-/Koordinationsspiele zu zweit und in Gruppen*
- *Spiele und Stafetten für die Grundkondition, Spielfertigkeit und Spielfähigkeit*
- *Konditions-/Koordinationsgymnastik und Spiele im Freien und im Wasser einzeln, zu zweit, in Gruppen*
- *Tests und Bewertungstabellen für die Halle, das Freie und das Wasser*

## **Vertrieb/Info**

*DIN A5, 380 Seiten, ISBN 3- 905-125-3, neue überarbeitete Auflage, Fr. 40.-- [bbettoli@gmx.ch](mailto:bbettoli@gmx.ch)*