

# SPORT IN DER GRUNDSCHULE

## 3. Laufen, Werfen, Springen

Asmus Asmussen  
Rainer Boldt  
Herbert Burmeister  
Klaus Dechant  
Michael Medler  
Arnd Schuster  
Frank Thieme

Inhalt	Seite
Vorwort	3
Laufen, Werfen, Springen - Grundlagen der Leichtathletik	5
Leichtathletik - spielerisch erleben	6
Allen Freude an der Bewegung vermitteln	6
Das "Miteinander" betonen	7
Im Freien bewegen	8
Wettbewerbe gestalten	9
Praktische Beispiele:	10
1. Laufen - schnell und schneller	10
2. Laufen - lange durchhalten	25
3. Werfen	- 37
4. Springen	44
5. Wettbewerbe	61
Literatur	76