

Inhalt

Zitate	6
Vorwort	9
1. Einleitung	11
2. Ausgewählte Kampfsportarten	15
2.1 Ringen	16
2.2 Judo	18
2.3 Boxen	19
3. Pädagogische und therapeutische Aspekte des Ringens, Rangelns und Raufens	25
3.1 Zielsetzungen	25
3.2 Überlegungen zur Auswahl der Inhalte	32
3.3 Methodische Überlegungen	40
3.4 Übersicht über motorische Aktivitäten im Zweikampf	44
3.5 Sicherheitsaspekte	46
4. Praxis: Spielen – Kämpfen – Üben	53
4.1 Zum Umgang mit der Spielesammlung	53
4.2 Erläuterung von Fachbegriffen	55
4.3 Spielesammlung	59
4.3.1 Bewegungsfreude – entwickeln	61
4.4.2 Körperkontakt – aufnehmen und akzeptieren	91
4.5.3 Vertrauen – entwickeln und stabilisieren	119
4.6.4 Ringen, Rangeln und Raufen – anbahnen und entwickeln	149
4.7.5 Ringen, Rangeln und Raufen – erproben und verfeinern	191
4.8.6 Ringen, Rangeln und Raufen – genießen und ausleben	237
4.4 Spiele im Überblick	279
5. Literatur	286