





Ausleihen von Fach- und Medienartikel zum Thema Sport



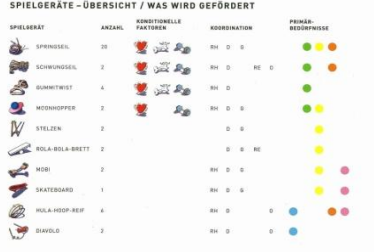
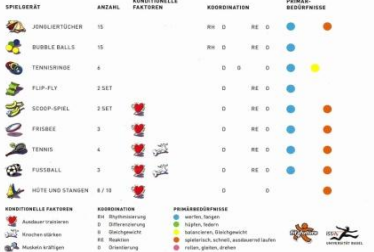

graubündenSPORT führt schon seit einiger Zeit eine interne Bibliothek. Es können Gegenstände wie Bücher, CD's und DVD's rund um das Thema Sport ausgeliehen werden. Pro Person kann grundsätzlich immer nur ein Artikel ausgeliehen werden. Die Ausleihdauer beträgt in der Regel höchstens einen Monat. Ausnahmen können mit graubündenSPORT abgeklärt werden. Der gewünschte Gegenstand ist wenn möglich bei uns abzuholen.

Ausleihartikel:

Diverses

<p>Artikelnr. GR080Div</p> 	<p>Tacco & Flipp Essen & Bewegen im Kindergarten und Primarschule Gesundheitsförderung Schweiz</p>	<p>Inhalt: Körperwahrnehmungsspiele für die tägliche 15-minütige Spiel- und Sportaktivität im Kindergarten</p>
<p>Artikelnr. GR081Div</p> 	<p>Mut tut gut Bewegen, riskieren, erleben auf der Basisstufe Autor: Hansruedi Baumann</p>	<p>Inhalt: Karteien mit Bewegungsübungen für Kindergartenkindern (Fotos +Beschreibungen)</p>
<p>Artikelnr. GR082Div</p> 	<p>Schule bewegt Modul Gruppenspiele BASPO</p>	<p>Inhalt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesellschaftsspiele • Schauspiele • Geschicklichkeitsspiele • Konzentrationsspiele • Fantasiespiele
<p>Artikelnr. GR083Div Artikelnr. GR084Div</p> 	<p>Schule bewegt Modul Schulweg BASPO</p>	<p>Inhalt: Beobachtungsaufgaben und Übungen für draussen, welche zu Fuss, mit fahrzeugähnlichen Geräten oder mit dem Velo umgesetzt werden. Ausserdem werden knifflige Fragen zum Thema Verkehr gestellt.</p>

<p>Artikelnr. GR085Div</p> 	<p>Schule bewegt Modul Footbag</p> <p>BASPO</p>	<p>Inhalt: Das Modul „Footbag“ eignet sich für bewegte Pausen im Unterricht und Freizeitgestaltung sowie für Bewegungshausaufgaben</p>
<p>Artikelnr. GR086Div</p> 	<p>Schule bewegt Modul Erholungspausen</p> <p>BASPO</p>	<p>Inhalt: Übungen welche eher ruhig verlaufen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Atemübungen • Konzentrationsübungen usw..
<p>Artikelnr. Gr087Div</p> 	<p>Schule bewegt Modul Bewegungspausen</p> <p>BASPO</p>	<p>Inhalt: Verschiedene Bewegungsübungen</p>
<p>Artikelnr. GR088Div</p> 	<p>Schule bewegt Zusatzmodul Ernährung</p> <p>BASPO</p>	<p>Inhalt: Dieses Zusatzmodul liefert wichtige Grundlageninformationen zum Thema Ernährung. Zudem zeigt es mit zahlreichen Ideen auf, was die Schule zu einer gesunden Ernährung beitragen kann.</p>
<p>Artikelnr. GR089Div</p> 	<p>Schule bewegt BASPO</p>	<p>Inhalt: Das Modul Seil+ eignet sich für bewegte Pausen im Unterricht, für die Pausen- und Freizeitgestaltung sowie für Bewegungshausaufgaben</p>
<p>Artikelnr. GR090Div Artikelnr. GR091Div (ital)</p> 	<p>Schule bewegt BASPO</p>	<p>Inhalt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausdauer trainieren • Geschicklichkeit verbessern

<p>Artikelnr. GR092Div Artikelnr. GR093Div (ital)</p> 	<p>Schule bewegt</p> <p>BASPO</p>	<p>Inhalt: Ausauer trainieren, Beweglichkeit erhalten, Geschicklichkeit verbessern, Knochen stärken, Muskeln kräftigen</p>
<p>Artikelnr. GR094Div</p> 	<p>Schule bewegt</p> <p>BASPO</p>	<p>Inhalt: Zu Hause, Unterwegs, Auf dem Pausenplatz: - Bike - Trottinett - Inline-Skates - zu Fuss Spiele und Ideen, die Geschicklichkeit in den jeweiligen Sportarten spielerisch zu erlernen resp. zu verbessern.</p>
<p>Artikelnr. GR095Div</p> 	<p>Kleiner Drache</p> <p>fit4future / Uni Basel</p> <p><-- Abbildung der ersten Übersichtsseite</p>	<p>Inhalt: Förderung der Bewegungskoordination, vorallem im Bereich Gleichgewicht. Folgende konditionelle Faktoren werden in den Übungen vorallem verbessert: - Ausdauer trainieren - Knochen stärken - Muskeln kräftigen</p>
<p>Artikelnr. GR096Div</p> 	<p>Kleiner Drache</p> <p>fit4future / Uni Basel</p> <p><-- Abbildung der zweiten Übersichtsseite</p>	<p>Inhalt: Förderung der Bewegungskoordination, vorallem im Bereich Gleichgewicht. Folgende konditionelle Faktoren werden in den Übungen vorallem verbessert: - Ausdauer trainieren - Knochen stärken - Muskeln kräftigen</p>
<p>Artikelnr. GR097Div</p> 	<p>Verkehrsmemory</p> <p>BASPO</p>	<p>Inhalt: Auf spielerische Weise alle Verkehrssignale erlernen.</p>
<p>Artikelnr. GR099Div</p>	<p>bissig&camastal '05</p>	<p>Inhalt: Ideenkarten mit Übungen zu</p>

KIPPMÄNNCHEN

Stellt euch wie auf dem Bild auf.

Das „Gspändli“ in der Mitte lässt sich im Handstand nach vorne und nach hinten fallen.

Die „Gspändlis“ aussen sind verantwortlich, dass das Mittlere nicht stürzt.

💡 Das „Gspändli“ in der Mitte, macht sich steif wie ein Brett.



Koordination und Körperspannung.