

Inhaltsverzeichnis

In jedem Band:

workies – was, warum, wieso?	5
SchülerInnen im Sportunterricht	6
Der Aufbau einer workies -Arbeitskarte	7

Speziell in diesem Band:

Die Entstehungsgeschichte von workies 1	8
Gesundheitserziehung im Sportunterricht	9
Grundlagen der Funktionellen Kräftigung	9
Aktuelle Gesundheitsanalyse unserer SchülerInnen	10
Vor dem Einsatz: Eine Einführungsstunde	11
Einsatzmöglichkeiten der workies im Sportunterricht	13
Übersicht über alle workies 1	14