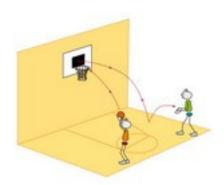


## **Praxiserprobte Stundenbeispiele**

Seit 1989 veröffentlichen der Landessportbund NRW und die Sportjugend NRW die Artikelserie "Praktisch für die Praxis". Vielfältige Themen von Sportstunden im Kinder-, Jugend- und Erwachsenenbereich werden ausführlich und übersichtlich mit einem Stundenablaufkonzept beschrieben. In regelmäßigen Abständen erscheinen neue Artikel und so ist bereits ein stattliches Archiv mit über 660 Artikeln verfügbar.

Aktuelle Stundenbeispiele

## November 2025



<u> Wir spielen Brettball und alle spielen mit! - Umsetzung des CHANGE-IT-Modells anhand des Mannschaftsspiels Brettball</u>
des Mannischartsspiels Diettball
Oktober 2025
Spuk an Halloween - Wahrnehmung mit allen Sinnen
September 2025



<u>Barre Workout–Ein Einstieg - Ein Ganzkörper-Workout mit Einfluss von Balletttechniken und funktionellem Training</u>

August 2025: Die Würfel sind los! - Kraftausdauertraining im Gesundheitssport mit Älteren

Juli 2025: Outdoor-Intervalltraining für (Wieder)-Einsteiger\*innen (HILIT)

Juni 2025: Diversität, Differenzieren, Dabei sein! - Inklusives Spielen für Kinder

Mai 2025: Sport im Park

April 2025: Yoga & Achtsamkeit

März 2025: <u>Joint-by-Joint-Ansatz – Wechselspiel von Mobilisation und Stabilisation</u>

Februar 2025: Kraft als Schlüssel zu einem langen und erfüllten Leben

Januar 2025: Der Seiltänzer

