

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	VII
Einleitung	1
1. Warum das Lernen vielen schwerfällt	5
2. Grundsätzliche Voraussetzung: Ein guter Sportunterricht	13
3. Ziele und Ansatzpunkte der Lernförderung	25
3.1 Verantwortung für das Lernen übernehmen und sich selbst motivieren	29
3.2 Emotionales Verhalten regulieren	41
3.2.1 Eigene Emotionen erkennen, benennen und regulieren lernen	42
3.2.2 Die Perspektive anderer wertschätzen und positive Beziehungen zu anderen aufbauen können	53
3.3 Von- und Miteinanderlernen konstruktiv und ergiebig gestalten	57
3.3.1 Zuverlässigkeit entwickeln und zeigen	58
3.3.2 Hilfsbereitschaft entwickeln und zeigen	64
3.3.3 Kritikfähigkeit entwickeln und zeigen	68
3.4 Aktiv mitdenken, tief in die Sache eindringen, sinnvoll üben	72
3.4.1 Neugier entwickeln und zeigen	73
3.4.2 Sorgfalt und Konzentration in der Sache entwickeln und zeigen	80
3.4.3 Sinnvolles Üben entwickeln und zeigen	100
3.5 Mit der Leistungsbeurteilung konstruktiv umgehen	102
4. Grenzen sehen	112
Literatur	115