

1. Zum Anliegen	4
2. Schulische Bedingungen	7
3. Unterrichtsziele im Gerätturnen	8
4. Zur Idee des Gerätturnens	9
5. Reize des Turnens	11
5.1 Reichtum an Bewegungsmöglichkeiten • 5.2 Reize des Bewegungskönnens, Beherrschungsfreude – »aus wenig viel machen« • 5.3 Reize, die in einer weiterführenden methodischen Gestaltung liegen	
6. Stufenspezifika	16
7. Zum besseren Verständnis der nachfolgenden Abhandlungen	20
8. Pädagogisch-methodische Aspekte im Gerätturnen	22
9. Bodenturnen	28
9.1 Klasse 5–7 Vorbereitung einer Übungsverbindung • 9.2 Klasse 5–7 Übungsverbindungen • 9.3 Klasse 8–10 Partner- und Gruppenturnen	
10. Stützsprünge/Minitramp	54
10.1 Klasse 5–7 Sprunggrätsche und Sprunghocke • 10.2 Klasse 8–10 Gruppen- und Synchronspringen • 10.3 Klasse 8–10 Springen mit dem Minitramp	
11. Barrenturnen Parallelbarren	66
11.1 Klasse 5–7 Vorbereitung einer Übungsverbindung • 11.2 Klasse 5–7 Übungsverbindungen • 11.3 Klasse 8–10 Partnerturnen Gruppenturnen Synchronturnen	
12. Reck und Stufenbarren	86
12.1 Klasse 5–7 Vorbereitung einer Übungsverbindung • 12.2 Klasse 5–7 Übungsverbindungen am Reck bzw. am unteren Holm • 12.3 Synchronturnen Jungen Klasse 7/8 am Reck Mädchen Klasse 9/10 am Stufenbarren als Wahlgeräte	
13. Schwebebalken	105
13.1 Klasse 5–7 Vorbereitung einer Übungsverbindung • 13.2 Klasse 5–7 Übungsverbindungen • 13.3 Klasse 8–10 Gruppenturnen Synchronturnen	
14. Theoretische Basis: Ein dialektisches Unterrichtskonzept	114
Literaturverzeichnis	120