Koordinationsförderung

Zu Zweit mit BallMit dem Ball koordinative Grundfähigkeiten fördern

Zeit: 60 Minuten, **TN**: 10–20 Kinder im Alter von 8–10 Jahren, **Ort**: Sporthalle

Die koordinativen Grundfähigkeiten stellen, neben den motorischen Grundfähigkeiten und sportmotorischen Fertigkeiten, den dritten Gegenstandsbereich der menschlichen Motorik dar. Sie sind Fähigkeiten, die primär koordinativ wirken, d. h., durch sie werden Prozesse der Bewegungssteuerung und -regelung möglich.
Dezember 2012

Einführung in das Rope SkippingEs lebe Rope Skipping - das schnelle Seilspringen!

Zeit: 60 Minuten**, TN:** Kinder und Jugendliche, **Ort**: Sport-, Gymnastikhalle mit Schwingboden oder Freiluftanlage mit federndem Untergrund (Tartanbahn, Rasenfläche)

Aus Amerika kommt die neue Art des Seilspringens mit einem extra entwickelten „Speed-Rope“ mit Hohlgriff zu uns. International hat sich Rope Skipping bereits zu einer eigenständigen Sportart entwickelt.
März 2006

Schulung der koordinativen Fähigkeiten - Folge 3Beispiele zur Schulung der Rhythmus- und Orientierungsfähigkeit
Mai 1994

Schulung der koordinativen Fähigkeiten - Folge 2Beispiele zur Schulung der Reaktions- und Differenzierungsfähigkeit
April 1994

Schulung der koordinativen Fähigkeiten - Folge 1Methodische Variationen und Beispiele zur Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit

März 1994