

Koordination

PRAXIS IN BEWEGUNG

4 Koordination verbessern

Ein kreativer Baukasten für differenzierte

Angebote

STEFFEN GREVE

10 Spielerisch koordinieren

Koordinative Fähigkeiten in Spielformen

herausfordern

INA KNOBLOCH

17 Schultennis koordinativ!

Von Anfang an Erfahrungen in der Spielpraxis sammeln

MATTHIAS MICHAELSEN

24 Das ist doch leicht!

So leicht ist Laufen, Springen, Werfen nun eben doch nicht

ANDREAS SIMON

Materialien im Mittelteil

30 Schnelles Umschalten gefragt

Die Handlungsschnelligkeit in den Sportspielen schulen

JOCHEN BÄR | MATTHIAS WOLFF



4

Gerade im Grundschulalter lassen sich die koordinativen Fähigkeiten noch sehr gut schulen und effektiv verbessern. Vielfältige Übungen mit unterschiedlichen Materialien und hohem Aufforderungscharakter laden die Schülerinnen und Schüler ein, differenziert zu üben und machen dabei auch noch Spaß.



10

Koordinationsschulung für große Gruppen, die ohne Partner- und Einzelarbeit auskommt? In diesem Beitrag werden Spielformen vorgestellt, die die Koordination der Lernenden der Mittelstufe spielerisch verbessern. Sie sprechen unterschiedliche koordinative Fähigkeiten an und lassen sich auf vielfältige Weise variieren.



17

Koordinative Fähigkeiten sind eine Voraussetzung, um sich sportliche Techniken anzueignen. Hier wird das zusammen gedacht: Die Schülerinnen und Schüler erlernen nicht nur die Sportart Tennis, sondern schulen im gleichen Zug ihre Koordination. Am Ende des Vorhabens entwickeln sie eigene Übungen mit Schläger und Ball.

MAGAZIN

FORSCHUNG IN BEWEGUNG

37 Integrative Prozesse im Sport
Anspruch und Wirklichkeit

PAUL NIEBER

SPIELE SPIELEN

41 Fußballtennis

Ein Spiel für die ganze Klasse

STEFFEN GREVE

BÜCHER

42 Bücher zum Hefthema und
Neuerscheinungen

BIRGITT-ALEXA LIEGMANN

44 VORGELESEN**47 VORSORTIERT****48 VORSCHAU · IMPRESSUM****24**

Turnbänke, Matten, Kästen, Reifen und viele verschiedene Bälle – mit allem was die Turnhalle zu bieten hat, wird geübt, gespielt und koordiniert. Dabei werden grundlegende Fertigkeiten wie Laufen, Springen und Werfen immer aufs Neue variiert. Die Übungsformen werden mal allein, zu zweit oder in der Gruppe durchgeführt – mit- und gegeneinander.

**30**

Koordination für Fortgeschrittene: Diese Spiel- und Übungsformen haben es in sich. Angelehnt an die großen Sportspiele Basketball, Fußball und Handball schulen sie neben den koordinativen Fähigkeiten zugleich die Handlungsschnelligkeit in den jeweiligen Sportspielen und verbessern die exekutiven Funktionen.

**41**

Selbstverständlich auch koordinativ anspruchsvoll: Fußballtennis! Bei diesem Spiel sind alle Schülerinnen und Schüler in Bewegung und werden entsprechend ihrer Voraussetzungen gefordert. Mit einigen kleinen Variationen wird aus dem „Klassiker“ ein anspruchsvolles Spiel für die gesamte Klasse.