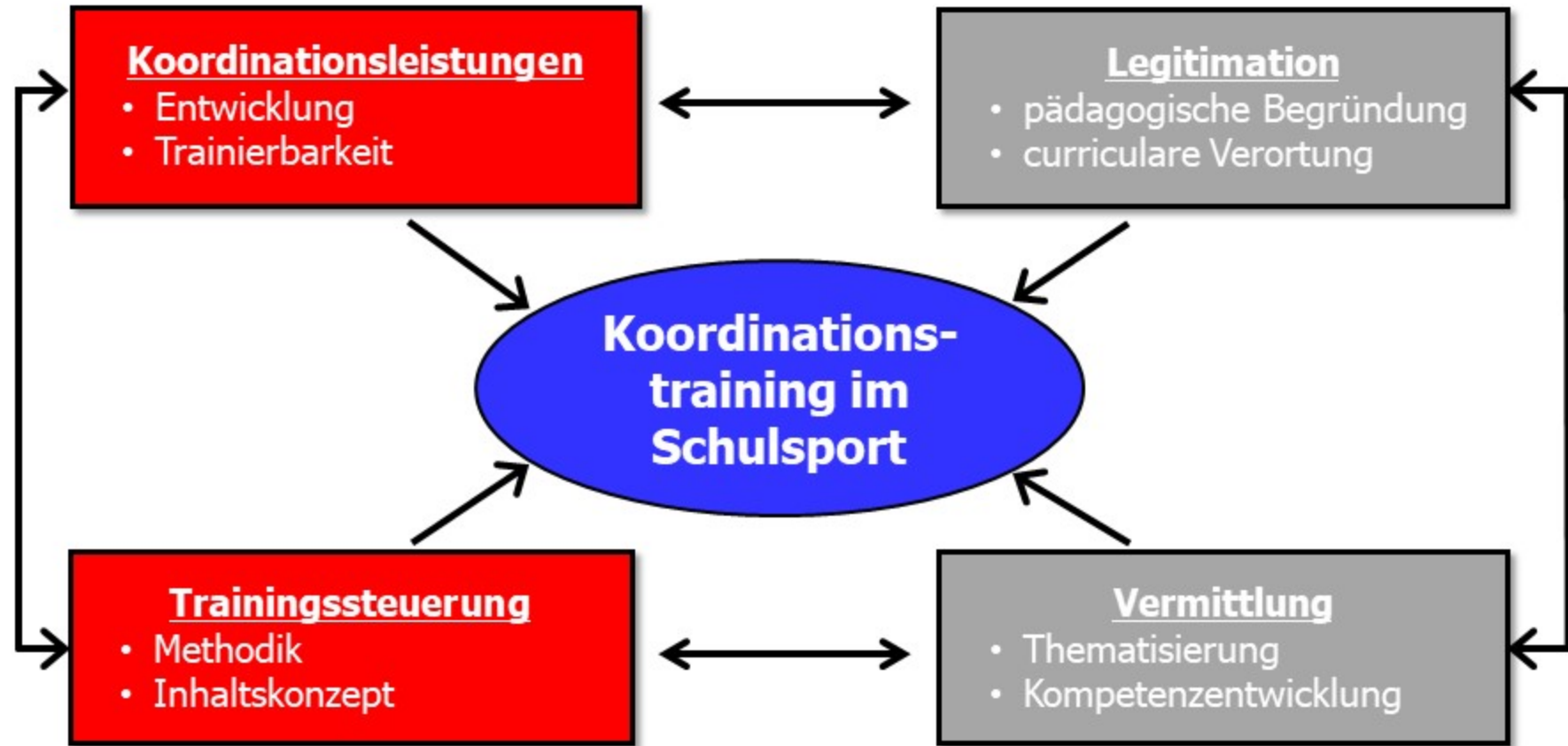
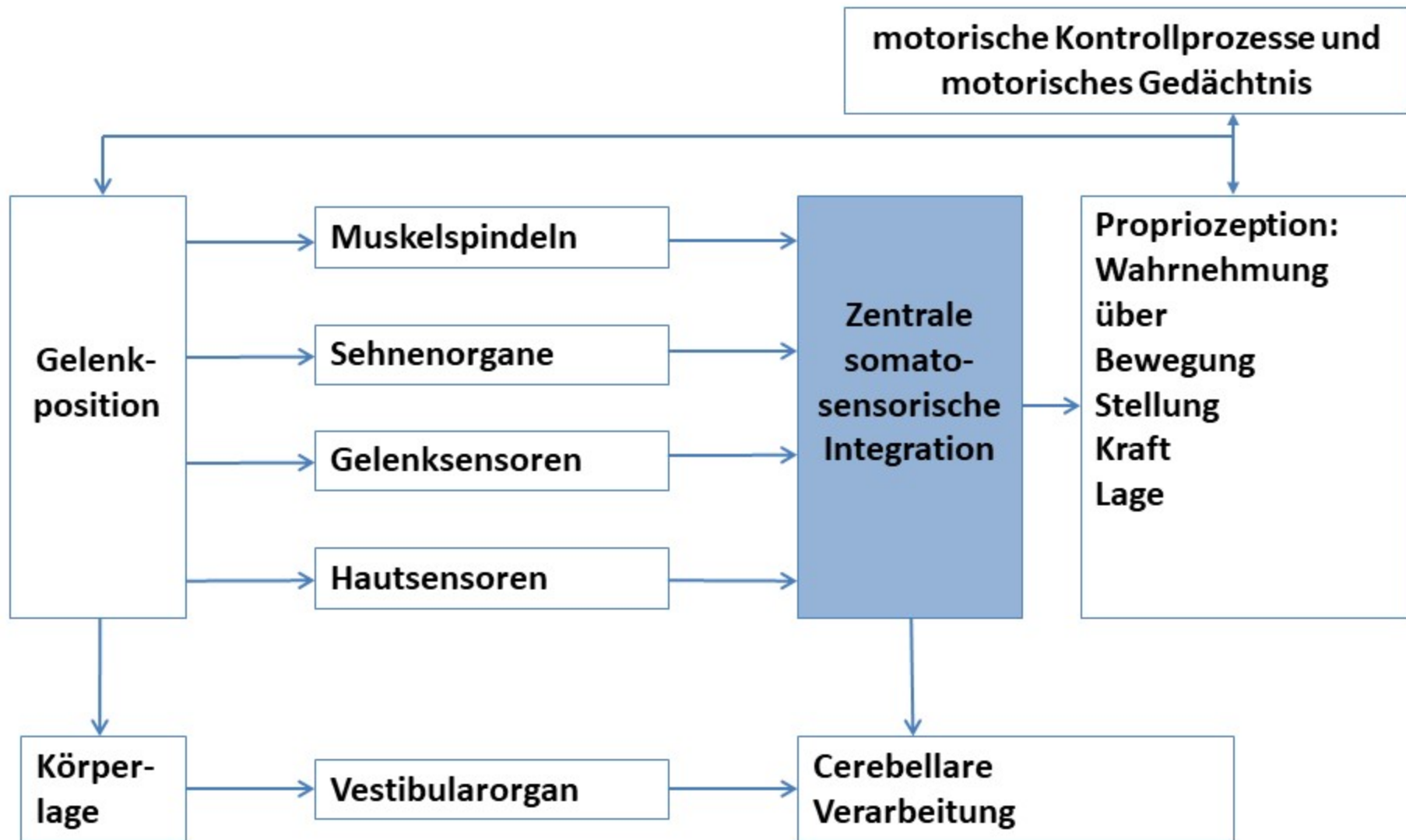


## Pädagogisch begründetes Training mit Kindern und Jugendlichen



## Didaktisch strukturiertes und zielgerichtetes Training im Sportunterricht



# Koordinationstraining im Schulsport

## Methodische Steuergrößen

- **Fertigkeitsbezogen:** beherrschte elementare und bereits erlernte sportartspezifische Fertigkeiten
- **Spielerisch-wahrnehmungsorientiert:** Einschränkung, Betonung, Kombination sensorischer Information und spielerisch (offene) Situationen
- **Anforderungsakzentuiert:** Variation von Zeit-, Präzisions-, Komplexitäts-, Organisations-, Variabilitäts- und Belastungsdruck

## Allgemeines Koordinationstraining

### Implizit-funktional

- Koordinationsaufgaben
- Spielformen

### Explizit-intentional

- Koordinationsübungen nach Fähigkeiten, Kompetenzen, Anforderungen, etc.
- Differentielles K.-training

## Spezifisches Koordinationstraining

### Sensomotorisches Training

- Standgleichgewicht und Stabilisation des Körpers
- dynamisches Gleichgewicht und Balancieren

### Technikorientiertes Koordinationstraining

- modularer Technikbaukasten
- Koordinations-ABC