



Stundenbeispiel: Bewegungsparcours für Kinder mit der Koordinationsleiter

06.03.2023

Praktisch für die Praxis: Vertraut werden mit der Koordinationsleiter – Koordinationsleiter Teil 1

Zeit: 60 Minuten, **TN:** Bis zu 20 Kinder im Alter von 6–12 Jahren, **Ort:** Sporthalle, Sportplatz, Schulhof, Bewegungsräume

Die Koordinationsleiter ist ein Trainingsgerät, mit dem durch Schritt- und Sprungfolgen auf einfache Art die Sprungkraft, Schnelligkeit und Koordination verbessert werden können. In diesem Stundenbeispiel erfährt die Koordinationsleiter einen spielerischen Einsatz und durch Bewegungsaufgaben an Stationen sollen die Kinder selber Schritt- und Sprungfolgen in- und außerhalb der Koordinationsleiterfelder erfinden, Bewegungserfahrungen machen und ihre Koordination schulen.

[Stundenbeispiel März 2023](#)

[Zurück](#)



LSB NRW Bild: Leichtathletik Training bei "Adler Bottrop" für Kinder (U10 und U12) am 23. Oktober 2015.