

## **Zielsetzung/ Zielgruppe:**

Gerade Kindern fallen komplexe Bewegungsabläufe schwer. Heranwachsende haben Probleme mit der Geschicklichkeit sowie Antizipation und Ältere merken, dass die Reaktion und das Gleichgewicht immer mehr nachlässt. Bewegung und Koordination sind zwei Komponenten, die im Sport „Hand in Hand“ gehen. Koordinative Fähigkeiten im Kindesalter zu entwickeln, später weiter zu fördern und aufrechtzuerhalten, stellt daher eine Basis im Sport dar. Ausgehend von den elementaren motorischen Fertigkeiten (z.B. Gehen, Klettern, Prellen,...) wird eine vielfältige sportartenübergreifende Koordinationsschulung vorgestellt. Übungsleiter, die vielseitiges Training mit Spaß vermitteln möchten, finden hierzu viele Anregungen für alle Altersgruppen.

## **Inhalte:**

- Grundlagen motorischer Fähigkeiten
- Spielerische Übungen mit und ohne Geräte
- Fehler sehen und korrigieren

**LG-Nr.** 10798  
**Termin:** Sa., 13.03.2010 (14.00 – 18.30 Uhr)  
**Ort:** Göttingen, Sporthalle der BBS III  
**Referentin:** Daniela Doerinckel  
**Lizenzverlg.:** 5 LE  
**TN-Gebühr:** 10,00 Euro  
**Anmeldung:** Mail: [lau@ksb-goettingen.de](mailto:lau@ksb-goettingen.de) oder 0551/5311502