



Koordination

36 STATIONSKARTEN

für den Sportunterricht

Koordination

36 STATIONSKARTEN

für den Sportunterricht

Henrik Lühr

Koordination - 36 Stationskarten für den Sportunterricht

1. Auflage - Wesel, 2019

E-Mail: info@vlamingo.de

Internet: www.vlamingo.de

Anschrift: Weseler Dorfstraße 41, 21274 Wesel

Koordination
EINZELÜBUNGEN

Koordination

STATION 1



MATERIAL:

1 Wackelbrett, 1 – 2 Reifen



AUFGABE:

Versucht auf dem Wackelbrett zu balancieren und dabei einen Reifen um den Arm schwingen zu lassen!



ZU EINFACH?

Versucht um euren anderen Arm auch noch einen Reifen schwingen zu lassen!

Koordination

STATION 6



MATERIAL:

1 Tischtennisschläger, 1 Tischtennisball, 1 Basketball



AUFGABE:

Prellt den Basketball und balanciert dabei einen Tischtennisball auf dem Schläger!



ZU EINFACH?

Prellt den Basketball und spielt den Tischtennisball immer wieder nach oben (tippen)! Der Tischtennisball soll den Boden nicht berühren.

Koordination
PARTNERÜBUNGEN

Koordination

STATION 32



MATERIAL:

1 Stab, ggf. Klebeband



AUFGABE:

Greift, nachdem der Stab fallen gelassen wurde, schnellstmöglich zu!



ZU EINFACH?

Markiert mit Klebeband einen kleinen Bereich des Stabs!
Greift genau in diesem Bereich zu!

Koordination

36 STATIONSKARTEN

für den Sportunterricht

VIELEN DANK

Wir hoffen, dass dir und deinen Schülerinnen und Schülern das Material gefällt. Über ein Feedback würden wir uns sehr freuen. Bei Fragen oder Problemen schicke uns gerne eine E-Mail an:

info@vlamingo.de.

NUTZUNGSHINWEISE

Bitte berücksichtige, dass wir viel Zeit und Liebe in die Gestaltung dieses Unterrichtsmaterials gesteckt haben. Alle Inhalte, insbesondere die Texte und die Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten.

Einzellizenz: Du kannst dieses Unterrichtsmaterial beliebig oft im Unterricht verwenden und anpassen. Die Weitergabe an Kolleginnen und Kollegen ist allerdings nicht gestattet. Weitere Informationen findest du unter: [Lizenzen](#).