

INHALT

Kapitel 1	Begriffliche und theoretische Grundlagen der Koordinationsschulung	5
1.1	Einleitung	6
1.2	Begriffe und Definitionen	8
	<i>Fähigkeiten – Fertigkeiten</i>	8
	<i>Koordinative Fähigkeiten</i>	11
1.3	Ziele – die Frage nach dem „Wozu!“	12
1.4	Inhalte – die Frage nach dem „Was!“	14
1.5	Methoden – die Frage nach dem „Wie!“	16
	<i>Methodische Grundformel</i>	16
	<i>Elementare motorische Fertigkeiten</i>	16
1.6	Zusammenfassung	19
Kapitel 2	Systematik der koordinativen Wettkampfformen	21
2.1	Ordnungskriterien	22
2.2	Register	23
2.3	Zeichenlegende	27
Kapitel 3	Sammlung der koordinativen Wettkampfformen	29
	Literatur	127