Arbeitsblatt

Bewegungsförderung

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  | Beantworte die Fragen zuerst selbstständig.  Suche danach ergänzende Informationen auf feel-ok.ch: [https://www.feel-ok.at/bewegungsfoerderung](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/gesundheit_und_krankheit/sicherheit/bewegungsfoerderung/bewegungsfoerderung.cfm) |  |
|  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Bewegung und Koordination | 1. Nenne Gründe warum Stürze passieren können? Falls du nicht weiter weißt, gehe auf: [Stürze](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/gesundheit_und_krankheit/sicherheit/bewegungsfoerderung/bewegungsfoerderung.cfm) 2. Was versteht man unter Bewegungsabläufen? Klicke auf: [Bewegungsabläufe](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/gesundheit_und_krankheit/sicherheit/bewegungsfoerderung/bewegungsfoerderung.cfm) 3. Was bedeutet Koordination?  Klicke auf: [Koordination](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/gesundheit_und_krankheit/sicherheit/bewegungsfoerderung/bewegungsfoerderung.cfm) 4. Was sind die wichtigsten koordinativen Fähigkeiten?  Klicke auf: [Koordinative Fähigkeiten](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/gesundheit_und_krankheit/sicherheit/bewegungsfoerderung/bewegungsfoerderung.cfm) |
|  | |
| Koordinationsübungen | 1. Such dir drei Übungen zur Schulung der Koordinationsfähigkeit aus und führe sie durch?  Klicke auf: [Übungen](https://www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/gesundheit_und_krankheit/sicherheit/bewegungsfoerderung/bewegungsfoerderung.cfm) |
|  | |
|  | |

