

Sportastic

Buch DER FITNESS FÜHRERSCHEIN

Artikel-Nr.: 1714001001

Produktbeschreibung:

Arbeitsblätter und Kopiervorlagen um fünf Bereichen gezielt zu trainieren: Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Schnelligkeit. 90 klar beschriebene und illustrierte Fitness-Übungen. Fit bis zur Fitness-Führerscheinprüfung.

Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Schnelligkeit: Diese Arbeitsblätter und Kopiervorlagen helfen Lehrkräfte, ihre Schüler in diesen fünf Bereichen gezielt zu trainieren. Insgesamt 90 verschiedene, klar beschriebene und illustrierte Fitness-Übungen sorgen für einen differenzierten und abwechslungsreichen Sportunterricht. Die Übungen werden in Kleingruppen durchgeführt. Die Schüler unterstützen und korrigieren sich solange gegenseitig, bis sie fit für die Fitness-Führerschein-Prüfung sind. die Prüfung kann dabei individuell nach dem Leistungsvermögen des einzelnen Schülers zusammengestellt werden. So ist neben der Freude und der Motivation auch der Erfolg garantiert.

Verwendungszweck:	Lehrbibliothek
Format:	21 x 29,7 (A4)
ISBN:	978-3-85221-994-3
Bindung:	broschiert
Seitenzahl:	65
Verlag:	Lemberger GmbH
Einsatzbereich:	Volksschule, Allg. Sonderschule

Menge	Stückpreis
Einzelpreis	€ 22,00 *

*inkl. MwSt [zzgl. Versandkosten](#)



INHALT	
Einleitung	1-4
1. Ausdauer	5-12
2. Beweglichkeit	13-18
3. Kraft	19-24
4. Koordination	25-30
5. Schnelligkeit	31-36
6. Zusammenfassung	37-40
7. Anhang	41-48
8. Literaturverzeichnis	49-52
9. Index	53-56
10. Glossar	57-60
11. Impressum	61-64

