

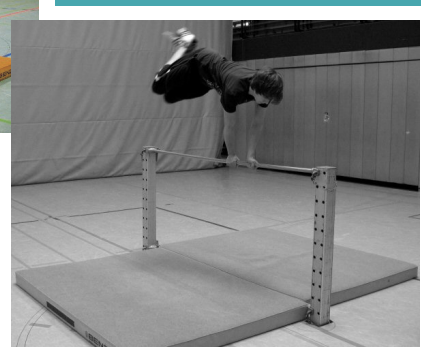
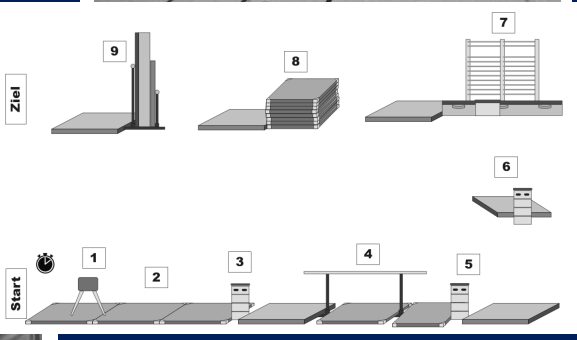
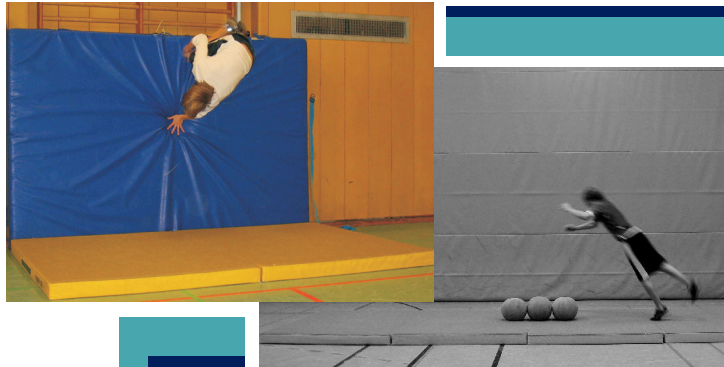
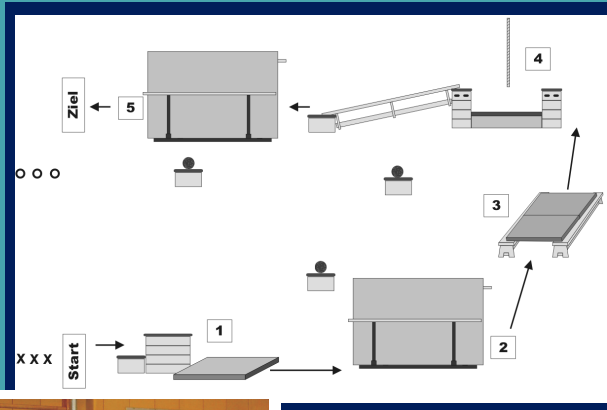
Parkoursport im Schulturnen

Parkoursport vereint die Trendsportdisziplinen Le Parkour, Parcouring und Freerunning. Alle Disziplinen gehen auf turnerische Fähigkeiten und Bewegungen zurück, womit diese Art der Fortbewegung im Schulsport eine Bedeutung erhält: Sie motiviert, gibt Handlungsspielräume, ist kreativ und dynamisch. Die Fangemeinde für Parkoursport - insbesondere im privaten Bereich - wächst zusehends und somit ist eine methodische und sichere Vermittlung als Vorbereitung für den Straßeneinsatz eine wichtige Funktion des Schulsports.

Das Handbuch legt einen Schwerpunkt auf den praktischen Einsatz. Deshalb sind alle Bewegungsaufgaben in Bildreihen dargestellt worden. Dem Trainer oder Lehrer liegt damit ein Leitfaden in der Hand, der leicht verständlich und anschaulich die Bewegungen zeigt, was das Unterrichten mit einem minimalen Einsatz an Vorbereitung ermöglicht.

Darüber hinaus sind die Bewegungen in ein Gesamtkonzept eingebettet worden, das sowohl die Aufwärmphase und einen Spielanteil als auch eine Entspannungsphase einschließt. Somit liegen insgesamt 14 komplett ausgearbeitete Stunden-vorschläge vor, die sich bereits in der Praxis bewährt haben.

- 14 Stundenvorschläge mit sämtlichen Bewegungen der Disziplinen des Parkoursports
- 60 Farbfotos
- 352 Abbildungen
- 20 Skizzen



Parkoursport im Schulturnen

Sascha Rochhausen

