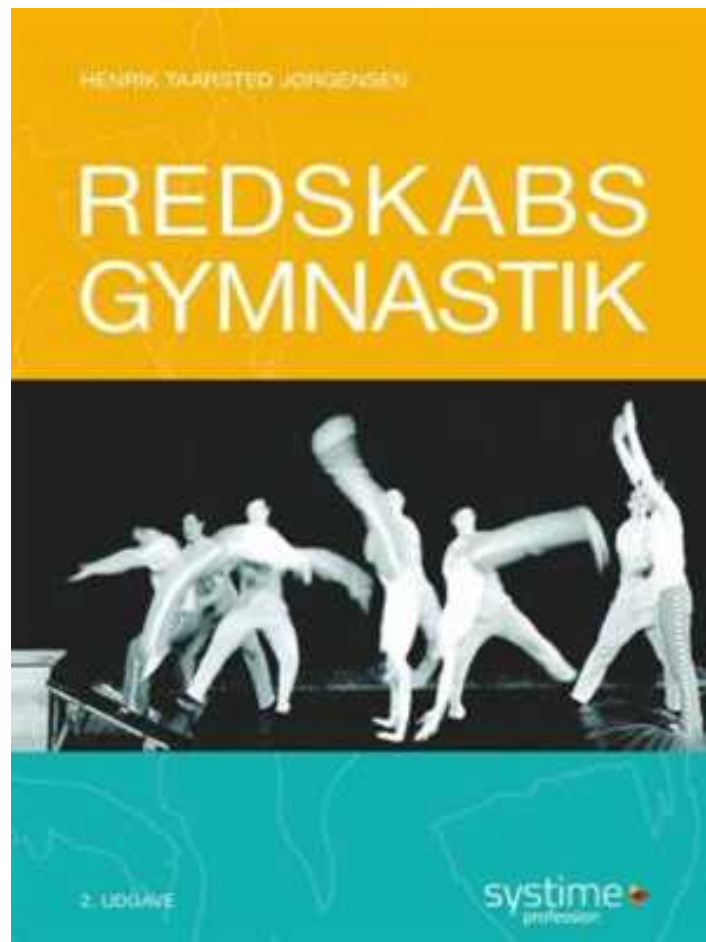


Redskabsgymnastik PDF

Henrik Taarsted Jørgensen



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Henrik Taarsted Jørgensen

ISBN-10: 9788793114340

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 1813 KB

BESKRIVELSE

Den teoretiske del i Redskabsgymnastik tager i stort omfang udgangspunkt i nyere forskning vedrørende undervisning og begreber som klasseledelse og motivation. Den giver indsigt i relevante teorier og bidrager med ideer til organisering, differentiering og progression, ligesom den relaterer til relevante trin- og slutmål. En lang række redskabsgymnastiske færdigheder (fx baglæns rulle, håndstand og forlæns salto) bliver beskrevet og vist i forhold til den tekniske udførelse. Det demonstreres, hvordan der kan udøves modtagning, og hvordan færdighederne kan udvikles og indgå i sammensætninger og koreografier. Denne bog inddrager som noget nyt parkour, en forholdsvis ny bevægelseskultur, og giver forslag til, hvordan man kan arbejde med flow, intensitet og kreativitet i parkour-undervisningen.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

redskabsgymnastik, øvelser, der udføres med forskellige redskaber med det formål at styrke udøveren. I konkurrenceudgaven af redskabsgymnastik, idrætsgymnastik ...

Her finder du inspiration til, hvordan du kan opbygge et forløb med redskabsgymnastik, bl.a. med forslag til en række stationer med grundlæggende elementer.

Redskabsgymnastik er sportsgren, hvor gymnasten skal demonstrere akrobatik, balanceevne, styrke og smidighed gennem udførelse af en række øvelser.

REDSKABSGYMNASTIK

[Læs mere ...](#)