

Ausbildung Kinderleichtathletik

- Der perfekte Einstieg für angehende Trainer -

Welcher Verein kommt ohne Sie aus: Schüler und Jugendliche, die beim Kindertraining unterstützen?

Bisher gab es für diese Schüler keine Ausbildungsmöglichkeit, doch das ist jetzt vorbei. Wir bieten für alle, die mindestens 15 Jahre alt sind, eine Ausbildung „Kinderleichtathletik“ an.



Inhalte:- Vielseitige Schulung der leichtathletischen Bewegungsformen

- kleine Spiele in der Leichtathletik
- Grundlagen in Pädagogik
- Grundlagen in Methodik
- Grundlagen in der Trainingslehre
- Trainingsplanung

Die Ausbildung umfasst 30 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten. Diese können bei der C-Lizenz-Ausbildung angerechnet werden.

Termine: Sa./So. 20.03./21.03.2010 in Eckernförde
Beginn: 8:30 Uhr / Ende: 15:30 Uhr / mit Übernachtung (bitte beachten!)
So. 28.03.2010 in Flensburg
Beginn: 8:30 Uhr / Ende: 17:00 Uhr

Referentin: Christine Piegenschke, Jugendlehrwartin SHLV

Kosten: 80 EUR (inkl. Übernachtung in einer Jugendherberge, Verpflegung)

Fragen an: Christine Piegenschke (tinepiegenschke@aol.com)
Jan Dreier (janhdreier@aol.com)

Anmeldungen bitte bis zum 08.03.2010 an die Geschäftsstelle des SHLV,
Winterbeker Weg 49,
24114 Kiel
info@shlv.lsv-sh.de
Fax: (0431) 64 86 192
Tel.: (0431) 64 86 122

Ausbildung Kinderleichtathletik

Programm 1. Block

Samstag 20.03.10	
8:30 Uhr – 9:00 Uhr	Einführung in die Ausbildung
9:00 Uhr – 9:45 Uhr	Praxis: Allgemeine Koordination
9:45 Uhr – 11:15 Uhr	Praxis: Sprint / Staffeln
11:15 Uhr – 12:00 Uhr	Theorie: Kommunikation
12:00 Uhr – 13:30 Uhr	Mittag
13:30 Uhr – 15:30 Uhr	Praxis: Wurf
15:30 Uhr – 16:00 Uhr	Kaffeepause
16:00 Uhr – 17:30 Uhr	Theorie: Die Trainerrolle
17:30 Uhr – 19:00 Uhr	Abendessen
19:00 Uhr – 20:30 Uhr	Theorie: Stretching / Beweglichkeitstest

Sonntag, 21.03.10	
8:00 Uhr – 9:30 Uhr	Theorie und Praxis: Erwärmung / Ausdauernd laufen
9:30 Uhr – 10:30 Uhr	Theorie und Praxis: Kleine Spiele in der LA
10:30 Uhr – 12:00 Uhr	Praxis: Allgemeine Sprungschulung
12:00 Uhr – 13:00 Uhr	Mittag
13:00 Uhr – 14:30 Uhr	Theorie: Unterrichtsplanung
14:30 Uhr – 15:30 Uhr	Theorie: Fehlerkorrektur /Evaluation

Ausbildung Kinderleichtathletik

Programm 2. Block

	Samstag, 28.03.10
8:30 Uhr – 9:30 Uhr	Praxis: Rhythmusschulung
9:30 Uhr – 11:15 Uhr	Praxis: Vom Überlaufen zum Hürdenlauf
11:15 Uhr – 12:00 Uhr	Theorie: Krafttraining
12:00 Uhr – 13:00 Uhr	Mittag
13:00 Uhr – 14:30 Uhr	Praxis: Krafttraining
14:30 Uhr – 15:45 Uhr	Praxis: Alternatives Krafttraining mit Kindern
15:45 Uhr – 16:00 Uhr	Kaffeepause
16:00 Uhr – 17:00 Uhr	Theorie: Alternatives Wettkämpfen / Evaluation