

Ausbildung Kinderleichtathletik

- Der perfekte Einstieg für angehende Trainer -

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

Der SHLV bietet genau für diese Zielgruppe eine Ausbildungsmöglichkeit an.

Das Mindestalter beträgt 14 Jahre. Auch als Wiedereinstieg eignet sich der Lehrgang.



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 á 45 Minuten. Diese können bei der C-Lizenz-Ausbildung angerechnet werden.

Termine:

Sa./So. 23./24.03.2019 in Neustadt (Wieksbergstr. 54/0, Marinegelände, 23730 Neustadt)

Samstag 9:00 – 21:30 Uhr / Sonntag 8:30 – 13:00 Uhr

mit Übernachtung auf dem Marinegelände

→ Bitte bei der Anmeldung bei Bedarf ein Zimmer buchen! Einzelzimmer mit eigenem Bad (13,30€) oder mit Gemeinschaftsbad (11,55€).

So. 31.03.2019 in Neustadt (Wieksbergstr. 54/0, Marinegelände, 23730 Neustadt)

Beginn: 8:30 Uhr / Ende: 18:15 Uhr

Lehrteam: Christine Dreier, Nele Saar

Kosten: 80 EUR inkl. Vollverpflegung + ggf. Kosten für die Übernachtung (11,55€/13,30€)

Fragen an: Christine Dreier (tinedreier@aol.com)

Anmeldungen bitte bis zum 01.03.2019 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

geplanter Verlauf
Ausbildung Kinderleichtathletik
1. Wochenende

Samstag 23.03.19		
9:00 Uhr – 9:30 Uhr	Einführung in die Ausbildung	4UE
9:30 Uhr – 10:15 Uhr	Praxis: Allgemeine Koordination	
10:15 Uhr – 12:00 Uhr	Praxis: Schnell laufen	
12:00 Uhr – 13:30 Uhr	Mittag	
13:30 Uhr – 14:15 Uhr	Theorie: Kommunikation	6UE
14:15 Uhr – 16:00 Uhr	Praxis: Wurf	
16:00 Uhr – 16:45 Uhr	Theorie und Praxis: Krafttraining mit Kindern	
16:45 Uhr – 18:00 Uhr	Alternatives Krafttraining I: Ringens und Raufen	
18.30 Uhr – 20.00 Uhr	Abendessen	
20.00 Uhr – 21.30 Uhr	Theorie: Trainingsplanung	2UE

Sonntag, 24.03.19		
8:30 Uhr – 9:15 Uhr	Praxis: Rhythmusschulung	6UE
9:15 Uhr – 10:45 Uhr	Praxis: Vom Überlaufen zum Hürdenlauf	
10:45 Uhr – 11:30 Uhr	Theorie und Praxis: Fehlerkorrektur	
11:30 Uhr – 13:00 Uhr	Theorie: Alternatives Wettkämpfen	

2. Wochenende

Sonntag, 31.03.19		
8:30 Uhr – 10:00 Uhr	Theorie und Praxis: Erwärmung / Ausdauernd laufen	12UE
10:00 Uhr – 12:15 Uhr	Praxis: Allgemeine Sprungschulung	
12:15 Uhr – 13:00 Uhr	Mittag	
13:00 Uhr – 14:30 Uhr	Theorie: Die Rolle des Trainers	
14:30 Uhr – 15:15 Uhr	Theorie: Trainingsplanung II	
15:15 Uhr – 16:45 Uhr	Alternatives Krafttraining II: Turnen	
16:45 Uhr – 17:30 Uhr	Praxis: Kleine Spiele in der LA	
17:30 Uhr – 18:15 Uhr	Lehrgangsabschluss / -auswertung	