

Ablaufplan HLV-C-Trainer-Kinderleichtathletik 2022

Stand: 03.12.2021, Änderungen möglich - rot = Termine/Orte/Referenten nicht bestätigt

Termin	Ort	Thema	LE	Referent
		Grundkurs I	15	
Donnerstag, 13.01.	online	Sportbiologische Grundlagen		Manuel Odey
Dienstag, 18.01.	online	Trainingslehre		Manuel Odey
Samstag, 22.01.	Sportschule Frankfurt	Bewegungsspiele		Corinna Cochet und Sven Lindemann
		Bewegungslehre		Sven Lindemann
		Entwicklung eines großen Sportspiels		
		Grundkurs II	15	
Samstag, 29.01.	Sportschule Frankfurt	Methodik/Didaktik		Corinna Cochet-Lindemann und Sven Lindemann
		Aufwärmen im Sport		
		Kleingruppenarbeit zur Vorbereitung der Lehrprobe		
Sonntag, 30.01.	Sportschule Frankfurt	Vorbereitung der Lehrprobe		Corinna Cochet-Lindemann und Sven Lindemann
		Lehrprobenteil I		
		Lehrprobe Teil II		
		Auswertung Lehrprobe und Abschlussgespräch		
		Spezialkurs I: Trainerassistent Leichtathletik U8 - U14	17	
Freitag, 18.02.	online (interaktiv)	PPT Grundlagen		Dominic Ullrich
		PPT Motivation		Sandro Strebe
		Kurze Pause		
		PPT Bewegungslernen		
		PPT Motorische Entwicklung		
Samstag, 19.02.	Sportschule Frankfurt	Mannschaftsbildung: Atom-Spiel, auf der Bank nach Größe / Namen / etc. sortieren		Dominic Ullrich
		LAUFEN: Busspiel, Sätze bilden		Sandro Strebe
		KRÄFTIGUNG: Ziehen, Schieben, Drücken, Balancieren, Liegestütz (Uhrzeit), animal moves		
		SPRINT: Fangspiele (Fischfangen, Brücken von Venedig, Schnellstes Fangspiel, ...),		
		AB-Jagd, Knobelsprint, Startball, Balljagd		
		WURF: Tennisball-Würfe (allein und mit Partner / Hütchen), Flugball, Einführung Technik Schlagwurf		
		Mittagspause		
		PPT Sprint / Hürdensprint		
		LAUFEN: Achterbahn, Gehfangen		
		SPRINT: Mattenläufe quer (Pfüzentreten), Matten-/Hindernisbahnen (5-4-3-Rhythmus),		
		Einführung Hürdenüberquerung		
		WURF: Partnerwürfe (auch Überkopf), Zielwürfe, Stoßen / Drehwürfe spielerisch		
		(Einführung Technik im Spezialkurs beim C-Trainer KiLa)		
		Spezialkurs II: Trainerassistent Leichtathletik U8 - U14	17	
Freitag, 25.02.	online	PPT Trainingsplanung		Volker Jennemann
	(Kleingruppenarbeit)	Planung einer Trainingseinheit zu einem der Disziplinbereiche		Fabian Köhlert
		(Sprint, Sprung, Wurf, Ausdauer) in einer Kleingruppe		
		Kurzes Vorstellen und Diskutieren der Trainingseinheiten		
Samstag, 26.02.	Sportschule Frankfurt	LAUFEN: Zeitungslaufen		Volker Jennemann
		SPRUNG: Sprunggarten, Kreuzsprünge Stationsarbeit: Seilsprünge, Tausendfüßler, Sprungbahnen,		Fabian Köhlert
		Malsprünge; Reifensprünge (Choreo in Kleingruppen) zum Abschluss		
		Mittagspause		
		PPT Grundlagentraining (in deutlich gekürzter Form)		
		LAUFEN: Zeitschätzlauf		
		SPRINT: Risiko-Sprint		
		SPRUNG: Mattenbahn, Steigesprünge in Folge (3-4-5-Rhythmus), Arme / Klatschen, über Hindernisse		
		springen (Hoch-Weitsprung); Stabweitsprung / Mehrfachsprünge: Erfahrungen sammeln (nach Möglichkeit)		
		(Einführung Technik über rhythmische Sprünge / Sprünge über Hindernisse)		
		Offene Fragen / Abschlussreflexion		
		Spezialkurs III	17	
		Aufsichtspflicht und Jugendschutz sowie Kindeswohl im Sport		
Dienstag, 01.03.	online	Grundlagen zur Aufsichtspflicht und zum Jugendschutz		Sportjugend Hessen (NN)
Donnerstag, 03.03.		Sensibilisierung für das Thema "Kindeswohlgefährdung und Kinder- und Jugendschutz"		
		Handlungssicherheit im sportpraktischen Alltag, sowie bei Fahrten, Freizeiten und Trainingslagern		
Freitag, 11.03.	online	Sportversicherungsvertrag		ARAG (Ursula Schülzgen)
Samstag, 12.03.	Sportschule Frankfurt	Konditionelle und Koordinative Grundlagen im Bewegungsfeld Sprint		
		Grundlagen des Staffelttrainings, Methodik KiLa/GLT		Dominic Ullrich
		Spiele und Übungen zur Entwicklung der Schnelligkeit		Katrin Kollmeyer
		Vom Staffeln-Laufen zur Rundenstaffel (Einführung Staffel)		
		Spiele und Übungen zur Entwicklung koordinativer/konditioneller Grundlagen		
		Spezialkurs IV	16	
Freitag, 18.03.	online	Konditionelle und Koordinative Grundlagen im Bewegungsfeld Lauf		Katrin Kollmeyer
		Entwicklungsphysiologische Besonderheiten im Ausdauertraining mit Kindern		Niklas Richter (Gehen)
		Vom "Ausdauernd-Laufen" zum Dauerlauf/Kinder im Lauftreff (Halle/Freiluft)		
Sonntag, 20.03.	LA-Halle Ffm-Kalbach	Ausdauertraining im Kindesalter Laufen und Gehen		Katrin Kollmeyer
		Konditionelle und Koordinative Grundlagen im Bewegungsfeld Wurf		
		Grundlagen des Wurftrainings, Bewegungsanalyse, Methodik KiLa/GLT		Volker Jennemann
		"Vom Schockwurf über den Druckwurf zum Stoß" (Einführung Stoß)		
		"Vom Drehwurf zum Diskuswurf" (Einführung Diskus)		
		Pädagogische Grundsätze		
		Prüfungsvorbereitung		
		Spezialkurs V	15	
Freitag, 01.04.	online	Grundlagen des Sprungtrainings, Bewegungsanalyse, Methodik im KiLa/GLT		Volker Jennemann
		Beweglichkeitstraining für Kinder		
		Kräftigungstraining für Kinder		Katrin Kollmeyer
Sonntag, 03.04.	LA-Halle Ffm-Kalbach	Allgemeine Grundlagen Turnen/Spielen/Wettbewerbe		Volker Jennemann
		Turnen in der KiLa, Sicherheit einfache Bewegungselemente Boden- und Gerätturnen, Akrobatik		Yvonne Ripper
		Kleine Spiele und Spielformen		
		Konditionelle und Koordinative Grundlagen im Bewegungsfeld Sprung		
		Vom "Hoch-Springen" zum Hochsprung		
		"Springen mit dem Stab" in Weite und Höhe		
		Prüfungsvorbereitung		
		Prüfung	8	
Sonntag, 08.05.	BSP Frankfurt Hahnstraße	Kinderleichtathletik Wettbewerb U10, Rückmeldung Wettkampf, Lizenzausgabe		Manuel Odey, Volker Jennemann, Leonie Köhlert, Yvonne Ripper, Sandro Strebe, Dominic Ullrich
		Gesamt	120	

Geplante Zeiten: Online-Lehrgänge (meist Fr): 17:30 Uhr bis 19:45/20:30 Uhr (3/4 LE)
 Präsenzlehrgänge (Sa oder So): 09:30 Uhr - ca. 17:00 Uhr; Prüfung 9:00 Uhr - 17:00 Uhr
 (Änderungen möglich)