

SVOWL- B03/2023 21.10.2023

Hurra, heute wird gespielt

—

Spiele als alternative für jede Trainings-/ Altersgruppe zur Verbesserung der Fähigkeiten für Wettkämpfe

Basisinformationen

Spiele können das Training auflockern oder auch ein beliebter Abschluss vor den Ferien. Wir wollen bei diesem Lehrgang zeigen, dass Spiele im Training nicht nur für Abwechslung sorgen können, sondern, dass man mit ihnen dieselben Trainingsziele erreichen kann, wie mit dem üblichen Schwimmtraining. Wichtige Fähigkeiten für die Wettkämpfe können spielerisch verbessert werden. Wir werden bekannte Spiele erproben und weitere Spiele, deren Regeln jeweils auf die Erreichung eines ganz bestimmten Trainingsziels ausgerichtet sind.

Inhalte

- Bedeutung von Spielen
- Welche Fähigkeiten benötige ich beim Schwimmen und im Wettkampf?
- Wie können wir die Übungs- bzw. Trainingsziele im leistungs- und Breitensportlichen Bereich mit Kindern und Jugendlichen spielerisch erreichen?
- Entwicklung eigener Spiele und Methoden in Abhängigkeit von speziellen Übungs- und Trainingssituationen

Lernziele & Kompetenzen

- Die Teilnehmer*innen lernen die theoretischen und praktischen Grundlagen für motivierende Übungs- und Trainingseinheiten.
- Die Teilnehmer*innen können Spiele entsprechend der Trainingsziele einsetzen, abändern und/oder selbst entwickeln.
- Die Teilnehmer*innen erarbeiten sich Alternativen für ein abwechslungsreiches und vielseitiges Training und können diese im Trainingsalltag umsetzen.

Zielgruppe

Diese Fortbildung richtet sich an Übungsleiter*innen und Trainer*innen, Schwimmlehrerassistent*innen und Schwimmlehrer*innen, sowie an Jugendleiter*innen, Betreuer*innen von Ferienmaßnahmen und Sportlehrer*innen. Die Teilnehmer*innen müssen mindestens 14 Jahre alt sein.

Voraussetzungen

- Mindestalter 14 Jahre
- Ausgefüllte Selbsterklärung zum Gesundheitszustand
- Es die aktuelle CoronaSchVo – Infos dazu in der Einladung

Termin

21.10.2023 in Paderborn - Elsen 10:00 Uhr - ca. 17:30 Uhr

Bitte das Anmeldeformular unter www.sv-owl.de Breitensport benutzen oder die Online Anmeldung!

Die Zahlung kann nur per Einzugsermächtigung oder SEPA Mandat vorgenommen werden. Überweisungen sind nicht möglich.

Anmeldeschluss: 14.10.2023

Mindestens 12 Teilnehmer

Gebühr: 65€ mit Vereinsempfehlung/ 110€ ohne Vereinsempfehlung

Lehrgangsleitung: Inga Teckentrup - SV OWL

Anerkennung mit **8UE**: Trainer C Breitensport (E/Ä), Trainer C Breitensport (K/J), Trainer C Leistungssport (SPR), Trainer C Leistungssport (SWI), Trainer C Leistungssport (SYN), Trainer C Leistungssport (WABA), Ausbilder*in Rettungsschwimmen, Jugendleiter*in, Sporthelfer*in, Übungsleiterhelfer*in, Schwimmlehrer*in, Schwimmlehrerassistent*in