

Technik- und Koordinationsübungen mit Schwerpunkt

Nachwuchsarbeit

Basisinformationen

Die Nachwuchsarbeit ist ein elementarer Baustein der Grundlagentechnik Ausbildung. Diese Fortbildung widmet sich den grundlegenden Aspekten, wie Trainee*innen innerhalb und außerhalb des Wassers mit Nachwuchssportler*innen arbeiten können, um eine langfristige Grundlage in der Schwimmtechnik zu vermitteln, um eine Leistungsentwicklung zu ermöglichen.

Inhalte

1. Bedeutung der intensiven Technikarbeit im Anfängerschwimmbereich
2. Technikschulung am Beispiel des OWL-IX (Nachwuchsprogramm des SV OWL)
3. Sichere Schwimmtechnik als Einstieg in den Wettkampfsport

Lernziele & Kompetenzen

Die Teilnehmenden:

- Lernen die Bedeutung der Schwimmtechnik schon im Nachwuchsbereich zu erkennen und anzuwenden
- Die Bedeutung von Gleiten, Tauchen, Springen, Delphinbewegung und Koordination als Grundlagen für den erfolgreichen Wettkampfsport Schwimmen
- Den Bezug zu Ausdauer- und Vielseitigkeitsschulung als Grundlagen für den Wettkampfsport Schwimmen herzustellen

Zielgruppe

Helfer*innen und Übungsleiter*innen in den Vereinen, die im Anfängerschwimmbereich/ Nachwuchsbereich der Vereine eingesetzt sind und auf die Teilnahme an Wettkämpfen hinarbeiten.

Voraussetzungen

Keine

Lehrteamer*in

Steve Rulik, Referent für die Nachwuchssichtung und -förderung im SV OWL

Ulrike Urbaniak, Schwimmwartin OWL

Anerkennung

Diese Lehrgänge werden anerkannt mit 4 LE zur Fortbildung für

- Trainer C Leistungssport Schwimmen,
- Trainer C Breitensport
- Zertifikat Schwimmlehrerassistent*in
- Zertifikat Schwimmlehrer*in

Termin / Uhrzeit / Ort

Datum: 13.02.2026

Ort: Parkbad Ahlen, Dolberger Str. 66

Uhrzeit: 17.15 Uhr