

Leichtathletik Ausschuss Kreis Münster

Tel.: 0157/ 32468824

E-Mail: klaudia.schoenfeld@web.de



## **Fortbildung: Erfolgsformel „4B“ im Kinder- und Jugendtraining-Teil II**

### **Grundsätze im Training und Wettkampf mit Jugendlichen.**

### **Praxisbeispiele eines alters- und entwicklungsgemäßen Trainings mit Dominic Ullrich**

- Ausrichter:** FLVW Kreis 24 Münster
- Termin:** Samstag, 16.03.2024, 9.00 Uhr – 17:00 Uhr
- Ort:** Leichtathletik Halle; Horstmarer Landweg 45, 48149 Münster
- Zielgruppe:** Trainerinnen und Trainer/ Übungsleiterinnen und Übungsleiter, Sportlehrerinnen und Sportlehrer, Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst.
- Anerkennung:** Dieser Fortbildungslehrgang ist von FLVW genehmigt und wird mit 8 LE zur Verlängerung der C/ B -Trainer-Lizenzen anerkannt.
- Referent:** Dominic Ullrich (Mitglied DLV-Präsidium, Vizepräsident Jugend, Leichtathletik-Lehrertrainer an der Carl-von-Weinberg-Schule Frankfurt am Main, Vorstand Deutsche Schulsportstiftung)
- Programm:**
- |                   |   |
|-------------------|---|
| 9.00 – 10.30 Uhr  | Theorie: Kinder und Jugendliche BEWEGEN und BEGEISTERN, um damit zu BILDEN und zu BINDEN – Grundsätze im Training und Wettkampf mit Jugendlichen. Gelingensbedingungen, Kommunikation, methodisch und didaktische Grundsätze, Teambildung, Zielsetzungen Training und Wettkampf |
| 10.30 – 10.45 Uhr | Pause   |
| 10.45 – 12.15 Uhr | Praxis I: Spiele/ Übungen und Wettbewerbsformen in der Kinderleichtathletik; Von vielfältigen Wurferfahrungen zum Schlagwurf.<br>Vom ausdauernd Laufen zum Dauerlauf  |
| 12.15 – 13.00 Uhr | Pause   |
| 13.00 – 14.30 Uhr | Praxis II: Teamfähigkeit in der Leichtathletik I - Komplexe Koordinations- und Kräftigungsübungen im Lauf, Sprung- und Wurfbereich mit Gruppenbezug.  |
| 14.30 – 15.00 Uhr | Kaffee Pause  |
| 15.00 – 17.00 Uhr | Praxis III: Teamfähigkeit in der Leichtathletik II - Komplexe Koordinations- und Kräftigungsübungen im Lauf, Sprung- und Wurfbereich mit Gruppenbezug.  |
- Anmeldung:** Für diese Veranstaltung können Sie sich bis zum 01.03.2024 online unter <https://forms.gle/RvLqhNgDi6EKovem7> anmelden.
- Kosten:** Die Lehrgangsg Gebühr beträgt pro Teilnehmer 50,00- Euro.  
Bitte den Betrag bis zum 01.03.24 auf folgendes Konto überweisen:  
FLVW-K24 Münster Volksbank Münsterland Nord eG **IBAN: DE82 4036 1906 0501 9472 00**;  
BIC: GENODEM11BB; Verwendungszweck: **LA Fortbildung mit Dominic Ullrich II + NAME**
- Sonstiges:** Getränke und Verpflegung bitte selbst mitbringen. Aktive Teilnahme wird erwünscht.