

Muster

Das Lehrgangsprogramm

Lehrgangstitel: Spaß im kühlen Nass – Entwicklung jugendgerechter Trainingselemente für Übungsleiterinnen/Übungsleiter

Zielgruppe:

- (bitte nur 1x ankreuzen) Multiplikatorinnen/Multiplikatoren in der sportlichen Jugendarbeit, **die in der Anwendung kultureller u./od. sportlicher Angebote als Medium der Jugendarbeit unterwiesen werden** (Jugendliche, die ihr Wissen in den Verein einbringen, sind auch Multiplikatorinnen/Multiplikatoren! Bitte noch mal genau anhand der Checkliste prüfen!) **- oder -**
- Jugendliche vom vollendeten 12. Lebensjahr bis einschl. 27 Jahre (mehr als die Hälfte), die durch den Lehrgang **in ihrer Persönlichkeitsentfaltung gefördert werden** und die ihr Wissen **nicht** in den Sportverein einbringen

Lehrgangsziel: Kennenlernen jugendgerechter Bedürfnisse und Integration entsprechender Trainingselemente in Trainingseinheiten

Lehrgangsort: Hannover

am: 22.04.2006

Stadt/Kreis/Bezirk/Landesfachverband: Sportjugend Niedersachsen

Wochentag/ Unterrichtseinheit	Inhalt	Methode
Tag: Samstag von 9.00 bis 9.45 Uhr	Kennenlernspiele mit dem Ziel des Kennenlernens und der Stärkung des Wir-Gefühls	Spiele, Arbeit in der Großgruppe
Tag: Samstag von 9.45 bis 10.45 Uhr	Kleine Spiele als Elemente des Schwimmtrainings – Beispiele mit dem Ziel, jugendgerechte Trainingsformen zu demonstrieren	Kleine Spiele, Arbeit in der Großgruppe
Tag: Samstag von 10.45 bis 11.45 Uhr	„Jugendliche – was erwarten sie von sportlichen Angeboten?“ Vortrag mit dem Ziel, die Bedürfnisse von Jugendlichen zu verdeutlichen	Referat mit anschl. Diskussion
Tag: Samstag von 11.45 bis 12.30 Uhr	Mittagspause	
Tag: Samstag von 12.30 bis 13.15 Uhr	Erarbeitung verschiedener Trainingseinheiten zu unterschiedlichen Themen (Stärkung des Selbstvertrauens, Grenzen erfahren, Problemlösungsstrategien entwickeln etc.) mit dem Ziel das Schwimmtraining als Medium verschiedener Lernfelder kennen zu lernen	Arbeit in Kleingruppen
Tag: Samstag von 13.30 bis 15.00 Uhr	Vorstellung einzelner Elemente der erarbeiteten Trainingseinheiten in der Schwimmhalle mit dem Ziel des Erlebens der praktischen Anwendbarkeit und Übertragbarkeit	Arbeit in der Großgruppe
Tag: Samstag von 15.00 bis 15.45 Uhr	Kaffeepause	
Tag: Samstag von 15.45 bis 17.15 Uhr	Auswertung der Trainingseinheiten und Sammlung von Ideen zur abwechslungsreichen, jugendgerechten Gestaltung von Trainingseinheiten. Ziel: TN möglichst viele Anregungen für ein jugendgerechtes Training zu vermitteln	Plenum

Bestätigung: Der Lehrgang wurde von nach dem o.g. Programm durchgeführt.

DRUCKSCHRIFT

Lehrgangsleiterin/Lehrgangsleiter