

SLB C-Trainerausbildung 2015/16

Die nächste SLB C-Trainer Ausbildung mit der Komponente „Leistungssport“ findet ab Anfang November 2015 statt. Ausbildungsprogramm: siehe unten !

Voraussetzungen zur Aufnahme der C-Trainer Ausbildung Leichtathletik - Leistungssport

- 1) Alter: 16 Jahre
- 2) Mitglied in einem Leichtathletikverein
- 3) Besitz eines beim LSVS erfolgreich erworbenen Grundlagenscheins (30 Ausbildungsstunden – 30 LE)
Hinweis: Der Grundlagenschein kann nachgeliefert werden.

Achtung Sportstudenten: kein Grundlagenschein erforderlich

Informationen zum Erwerb des Grundlagenscheins erhalten Sie beim LSVS Bildungsreferenten M. Schäfer Tel.: 0681/3879-493 – E-Mail: bildung@lsvs.de. Siehe auch unter [http://www.lsvs.de/](http://www.lsvs.de) --- dann Fortbildung.

Wichtige Hinweise für C-Trainer Bewerber

Die SLB C-Trainerausbildung umfasst 90 Ausbildungsstunden (+ 30 Stunden bzw. Lerneinheiten beim LSVS).

Die Kosten betragen 175,- €.

Es stehen für saarländische Bewerber 18 Plätze zur Verfügung.

In der Anmeldegebühr enthalten sind:

- a) 4 x Mittag- und 1 x Abendessen an der Hermann-Neuberger-Sportschule Saarbrücken
- b) 1 DLV Lehrwerk (Schülerleichtathletik oder Alternativbuch)
- c) Lehrmaterialien

Folgende **Prüfungsteile** müssen im Rahmen der Ausbildung absolviert werden:

- 1) Abschlussklausur
- 2) Prüfungslehrprobe
- 3) Hausarbeit (ca. 10 Seiten)
- 4) 7-10 x 2 Hospitationsstunden

Anmeldebogen SLB C-Trainerausbildung 2015/16

*Bitte senden per Post, Fax oder Mail (bis 19.10.2015)!
Sie erhalten direkt eine Rückantwort, ob Sie noch einen der 18
Ausbildungsplätze erhalten haben.*

Bitte überweisen Sie erst die Gebühr nach der Anmeldung sowie telefonischer Rückversicherung bei Frau Nina Both (Tel.: 0681/3879-245), dass Sie noch einen Ausbildungsplatz erhalten haben.

An den
Saarl. Leichtathletik-Bund
Hermann-Neuberger-Sportschule 7
66123 Saarbrücken

SLB Geschäftsstelle: Telefax: 0681/3879-268 // E-Mail: slb@lsvs.de

Information: Robert Meurer E-Mail: robert.meurer@uni-saarland.de

Tel. 0681/3879-341 (Büro LSVS) // 06897/764614 (ab 21 Uhr)

Mit der Überweisung der C –Trainerausbildungsgebühr in Höhe von 175,- € erhält die Anmeldung ihre Gültigkeit.

Bankverbindung:

Die Teilnahmegebühr ist auf folgendes Konto unter dem Kennwort „C-Trainer 15“ zu überweisen:

Saarländischer Leichtathletik-Bund

Bank 1 Saar / Konto-Nr.: 73314003 / BLZ: 591 900 00

Der Verein _____ meldet für die C-Trainerausbildung (SLB-Ausbildungslehrgang 2015/16) folgende(n) Teilnehmer/innen:

Name, Vorname	Anschrift	Geburts- datum	Tel./ Handy-Nr.	E-Mail

Ort, Datum

Unterschrift

SLB C-Trainerausbildung: Programm

Hermann-Neuberger-Sportschule Saarbrücken 2015 / 2016

Hinweis: Programmänderungen sind möglich.

Wochenendtermin 1: 06. - 08.11.2015

Freitag / 6. November 2015 --- 17.00 Uhr – ca. 21.15 Uhr

Eröffnung T 46 (großer Hörsaal) R. Meurer

- 1) Kennenlernrunde / DLV & SLB Trainerausbildungsstruktur / Gesamtprogramm & Prüfungskomponenten
- 2) theoretische Aspekte des Sprint-, Hürden- und Staffellaufs
- 3) Teamaufgaben
 - A) Kompetenzbereiche des Trainers
 - B) Anforderungsprofil / Leistungsstruktur Sprint
 - C) Anforderungsprofil / Leistungsstruktur Hürden
 - D) Theorierahmen zu Merkmalen guten Trainings

Samstag / 07. November 2015 (LA-Halle)

9.00 Uhr – 10.15 Uhr Sprintspiele (Spiel- und Übungsformen zur Entwicklung der Reaktions- und Aktionsschnelligkeit) R. Meurer

10.30 Uhr – 11.30 Uhr Sprint ABC: Technik- und Innervationstraining / Technikvariationstraining R. Meurer

11.30 Uhr – 12.15 Uhr Methodik Starttechnik R. Meurer

12.30 Uhr – 14.15 Uhr Mittagspause Sportmensa (Sportlertreff)

14.15 Uhr – 15.45 Uhr Staffeltraining (spielerische Übungsformen / Übergabetechniken / Drills usw.) R. Meurer

15.30 Uhr – 18.00 Uhr Wege zum Erlernen des Hürdensprints (Hürden – Gymnastik / Hürden ABC / Rhythmusschulung) M. Buder

Ausgabe der DLV-Lehrwerke

evtl. So./ 08.11.15: 9.30 Uhr – 12.00 Uhr Grundwissen Regelwerk N.N.

Wochenendtermin 2 : 20.11. bis 22.11.2015

Freitag / 20. November 2015 (großer Hörsaal)

17.15 Uhr – 21.15 Uhr

**Theoretische Aspekte des Stoß- und Wurftrainings
L. Altmeyer**

Samstag / 21. November 2015 (LA-Halle)

8.45 Uhr – 10.00 Uhr Wurf/Stoß: Spiel- und Übungsformen / Wurf-ABC
L. Altmeyer / L. Albert

10.15 Uhr – 11.30 Uhr Methodik Kugel L. Albert / L. Altmeyer

11.30 Uhr – 12.30 Uhr Methodik Diskus L. Albert / L. Altmeyer

12.30 Uhr – 14.00 Uhr **Mittagspause Sportmensa (Sportlertreff)**

14.00 Uhr – 16.15 Uhr Methodik Speer M. Buder

16.30 Uhr – 18.00 Uhr Methodik Hammerwurf Chr. Sahner



Sonntag / 22. November LA-Halle

13.30 Uhr – 15.00 Uhr Methodik Dreisprung R. Meurer

15.15 – 17.00 Uhr Methodik Hochsprung R. Meurer

Samstag / 14.11.15 --- Weiterbildung

Schnelligkeit, Rhythmus, Athletik - Die sportartübergreifenden Erfolgsgaranten

**Weltrefent: Dr. Dr. Homayun Gharavi
(gesonderte Anmeldung erforderlich)**

Am 14.11. 2015 findet von 9:00 - 18:00 Uhr an der Hermann-Neuberger-Sportschule eine Weiterbildung zum Thema Schnelligkeit, Athletik, Rhythmus und Athletik statt. Hierfür werden 10 Lerneinheiten angerechnet. Es ist eine gesonderte Anmeldung über den LSVS erforderlich. Die Kosten belaufen sich auf 49,00 €. Anmeldeschluss ist am 03.11.2015.

**Sondertermin:
Hochschultag Leichtathletik**

Samstag / 28. November 2015 –

Informationen und Tagesprogramm folgen

Wochenendtermin 3 : 04.12. bis 06.12.2015

Freitag / 04. Dezember 2015 (großer Hörsaal)

17.15 Uhr – 21.15 Uhr **Theorie Sprungdisziplinen** R. Meurer

Einführung / Einzel- und Teamaufgaben

Samstag / 05. Dezember 2015 (LA-Halle)

9.00 Uhr – 10.00 Uhr Theorie Grundlagentraining Lauf **J. Goldfuß**

10.15 Uhr – 12.15 Uhr Praxis: Spiel- und Übungsformen zur Entwicklung der Ausdauerfähigkeit

12.30 Uhr Mittagspause

13.45 Uhr – 17.00 Uhr Gerätturnen für Leichtathleten

Methodik Stabhochsprung

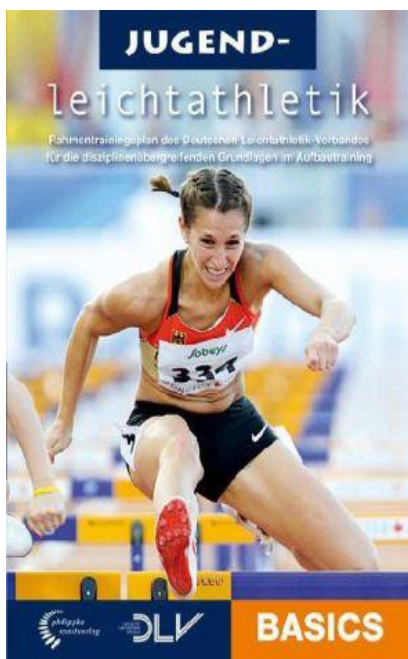
L. Albert

Sonntag / 06. Dezember 2015 (LA-Halle)

9.00 Uhr – 12.00 Uhr Allgemeine und Spezielle Sprungschule

Methodik Weitsprung

M. Kirstges



Wochenendtermin 4: 11.12. bis 13.12.2015

Freitag / 11. Dezember 2015 (großer Hörsaal)

17.30 Uhr – 20.30 Uhr Grundsätze der Trainingsplanung –
Leistungssteuerung // Beginn Gruppenarbeit R. Meurer

Samstag / 12. Dezember 2015 (großer Hörsaal)

8.30 Uhr – 12.30 Uhr Gruppenarbeit: Erstellen von Trainingsplänen
und Präsentation R. Meurer

12.30 Uhr – 14.00 Uhr **Mittagspause Sportmensa (Sportlertreff)**

14.00 Uhr – 14.45 Uhr Sportpraxis organisieren und leiten (Inhalte ökonomisch
durchführen, Sicherheit, Aufstellungsformen, Kommunikation,
Interaktion und Sozialformen, Gruppen einteilen usw.)

14.45 Uhr – 18.00 Uhr Lehrpraxis: Realisierung von Trainingsbausteinen in
Kleingruppen mit Feed-back (Beurteilungsbogen)

I. Planungsphase --- II. Realisierungsphase

(Aufwärmen, Elementarmethodik: disziplinbezogene methodische Bausteine,
Beweglichkeit, Stabilisation, propriozeptives Training, komplexer Koor-
dinationsparcours, Turnen, Spielen, Motorik-ABC, Lauf-ABC, Sprung ABC, Wurf
ABC, Circuittraining, Athletiktraining, sportmotorische Tests usw.) R. Meurer

18.00 Uhr – 19.00 Uhr **Abendessen Sportmensa**

19.00 Uhr – 20.30 Uhr Fortführung Lehrpraxis: Realisierung von Trainingsbausteinen

Sonntag / 13. Dezember 2015 (LA-Halle)

9.00 Uhr – 12.15 Uhr Fortführung Lehrpraxis: Realisierung von Trainingsbausteinen

**Klausurtermin: Die Teilnehmer legen den Termin fest –
Zeitraum Jan. 2016 bis Mai 2016**

**Hinweis: Die Anfertigung der Hausarbeit (Umfang ca. 10 Seiten) sollte
bis zum Klausurtermin erledigt sein.**

Lehrprobenwochenende:

jeder Teilnehmer zieht Im Rahmen der Ausbildungsstunden ein Lehr-
probenthema / Durchführung der Lehrproben gemäß vorgegebener
Reihenfolge / alle Teilnehmer als Probanden

Die Erfolgsformel lautet:

**Zur Klausur antreten und bestehen + Hausarbeit anfertigen
und vorlegen + Lehrprobenversuch gut vorbereiten und
Thema selbstbewusst präsentieren + Hospitationsstunden mit
Bericht abgegeben + Passfoto einreichen =**

Ausstellung der C-Trainerlizenz