

B-Trainer-Ausbildung 18.-23.10.2010 in Kienbaum

1. Entwurf Lehrgangsprogramm

	Blöcke Leiter	Sprint J. Bernhart	Lauf J. Rudziok	Sprung E. Bartschat	Wurf H. Hommel	Mehrkampf S. Kuhn
Mo	bis 13:30	<i>Anreise, Quartierbezug, Mittagessen</i>				
	14:00 Uhr	Begrüßung, Ziele der Ausbildung (F. Eberle und P. Westermann) Der Jugendtrainer – Als erstes ein Pädagoge (Prof. A. Hotz) Einführungstest (H. Hommel), „Warm-Up“ und Coaching (J. Keil)				
	Abends 19:30	Grundlagen der Schnelligkeit W. Vonstein	Grundlagen der Ausdauer Dr. O. Ernst	Grundlagen der Schnellkraft NN	Grundlagen der Schnell-/ Maximalkraft Dr. F. Lehmann	Grundlagen des Mehrkampfs F. Müller/ C. Marek
Di	Vorm. 8:30	Trainingslehre: Biologische Entwicklung im Jugendalter, Adaptation als Grundlage des Trainings (Dr. P. Wastl.) Jugendgemäßes Koordinations- und Techniktraining (Prof. A. Hotz)				
	Nachm. 14:00	Kurz sprint A. Seeger	Mittelstrecke A. Zaar	Weitsprung A. Stein	Kugelstoß P. Salzer	Sprint im Mk W. Kühne
	Abends 19:30	Gruppenarbeit unter Leitung der DLV-Nachwuchstrainer Erste schriftliche Überprüfung				
Mi	Vorm.	Nachwuchstrainings als Voraussetzungstraining, allg. und spez. Anteile im Nachwuchstraining (Dr. F. Lehmann) Langfristige Trainingsplanung und -steuerung (W. Killing)				
	Nachm.	Langsprint/ Hürden A. Knauer	Langstrecke W. Grommisch	Stabhochsprung T. Tesch	Diskus J. Schult	Sprünge im Mk R. Pottel
	Abends	Zielstellungen des DLV für die nächsten Jahre, Video EM (Cheftrainer)				
Do	Vorm.	Wettkampflehre, Trainingskontrollen, -protokollierung und -auswertung (H. Czingon) Medieneinsatz, Möglichkeiten der Leistungsdiagnostik (H. Hommel)				
	Nachm.	Kurzhürden D. Antretter	Gehen P. Selzer	Dreisprung E. Hutt	Speerwurf M. Ritschel	Würfe im Mk A. Petersen/ G. Böttcher
	Abends	Gruppenarbeit unter Leitung der DLV-Nachwuchstrainer Zweite schriftliche Überprüfung				
Fr	Vorm.	Zusammenarbeit Schule – Verein, Ethik des Leistungssports, Leistungsgedanke, Fair Play, Anti-Doping (F. Eberle) Trainer als Mittler zwischen Trainingsgruppe und Sportorganisation (J. Peter)				
	Nachm.	Staffeltraining W. Vonstein	Hindernis E. Sperlich	Hochsprung J. Keil	Hammerwurf J. Lipske	Siebenkampf E. Rapp
	Abends	Individuelle Prüfungsvorbereitung der Teilnehmer Vorbereitung der Prüfkommisionen (DLV- und LV-Trainer)				
Sa	Vorm.	Mündliche Prüfung in den Disziplingruppen Gemeinsame Verabschiedung (F. Eberle, W. Killing)				
		<i>Mittagessen, Abreise</i>				
Prüfungsablauf: Gruppenprüfung à 3-6 Personen, vorbereitete Fragen, gemäß Prüfungsordnung Prüfkommision: Disziplingruppentrainer, DLV- und LV-Vertreter						
Ausbildungsmaterialien: Rahmentrainingspläne des DLV, digitale Medien (USB-Stick mitbringen) Unterrichtsbegleitende Materialien der Referenten						