

Ausbildungsinhalte:

Theorie

- Organisationslehre und Regelkunde
- Nachwuchstraining: Grundlagen für die Zukunft schaffen
- Trainingslehre: Fordern und Fördern
- Bewegung: Erleben und Erfahren
- Sportbiologische Grundlagen und Besonderheiten von Schülern und Jugendlichen

Praxis

- Körperkoordination als Basis für das leichtathletische Techniktraining
- Elementare Laufkoordination
- Spielformen Ausdauer
- Technik & Methodik in den Bereichen Sprint, Springen und Werfen



**Von der Kinder-Leichtathletik
zur Kinderleicht – Athletik**

**Von der Spielform zur
Zieltechnik**

**Über Erlebnis zum
Wettkampfergebnis**



**OBERÖSTERREICHISCHER
LEICHTATHLETIKVERBAND**

**EINLADUNG
und
AUSSCHREIBUNG**

„Übungsleiter“

**„ERLEBNIS“-
LEICHTATHLETIK**

21./22. April 2018

Nachwuchscoach Modul 1+2

28./29. April 2018

Nachwuchscoach Modul 3+4
Abschlussprüfung

www.oelv.at

Liebe Leichtathletikfreunde!

Der Oberösterreichische Leichtathletikverband veranstaltet eine Ausbildung zum Übungsleiter. Eingeladen sind alle Jugendlichen (Mindestalter 16 Jahre), Betreuer, Übungsleiter, Lehrer, Eltern, Studenten und Leibeserzieher, sowie alle die sich gerne mit dem Thema „Schülerleichtathletik“ befassen.

Beim Übungsleiter Leichtathletik handelt es sich um eine viertägige Ausbildung, bestehend aus 4 eintägigen Modulen des Nachwuchscoaches Leichtathletik und einer Abschlussprüfung nach den Bestimmungen der Landessportorganisation Oberösterreich.

Übungsleiter Leichtathletik

Die Module bieten den Teilnehmern theoretische und praktische Grundlagen mit dem Schwerpunkt „Kinder- und Jugendleichtathletik“ und sind als Einstieg in die Betreuer Tätigkeit gedacht. Aber auch bereits tätige Übungsleiter finden sicher neue Anregungen und Ideen für ihr Training. Der Kurs orientiert sich an der Spielleichtathletik und führt in das klassische Grundlagentraining über.

Der Oberösterreichische Leichtathletikverband hofft auf zahlreiche Teilnahme, denn nur mit dem sozialen Engagement von Ehrenamtlichen können die unsere Leichtathletikvereine den Nachwuchs fördern und ihm ein sportliches Angebot bieten.

Termine:

| | | |
|----------|-------------------|-----------|
| Modul 1: | Sa 21. April 2018 | 9:00 Uhr |
| Modul 2: | So 22. April 2018 | 9:00 Uhr |
| Modul 3: | Sa 28. April 2018 | 9:00 Uhr |
| Modul 4: | So 29. April 2018 | 9:00 Uhr |
| Prüfung: | So 29. April 2018 | 16:00 Uhr |

Ort:

LINZ, Stadion und Seminarraum OÖLV

Kursleitung:

OÖLV-Verbandstrainer Silvio Stern

Programm:

Jeweils **9:00-18:00 Uhr**

- Nachwuchstraining, Trainings- und Bewegungslehre
- Allg. Motorik, Haltung, Beweglichkeit
- Erste Hilfe im Sport
- Sportbiologie - Belastbarkeit von Kindern/Jugend
- Wettkampfgelgen
- kindgemäße Wettkämpfe
- Zentralsequenzen (Lauf, Sprung, Wurf)
- differentielles/systemdynamisches Lernen
- methodische Reihen
- elementare Schnelligkeit, Sprint, Hürden
- Laufen, Laufspiele
- Ball, Vortex, Speer, Kugel, Diskus
- Weit-, Hoch-, Stabhochsprung

Kosten:

Die Ausbildungskosten werden für alle Teilnehmer von OÖ. Leichtathletikvereinen vom OÖLV übernommen. Anreise, Mittagessen und Skripten gehen zu Lasten der Teilnehmer. Interessierte anderer Verbände haben zu Beginn vor Ort 80,- Euro zu zahlen.

Abschluss:

Ziel des Kurses ist es mit weiteren später folgenden Modulen einen kompletten Übungsleiter-Kurs zu absolvieren. Am Ende dieser Reihe kann der Übungsleiter-

Diplom-Abschluss in Leichtathletik mit schriftl. Ausarbeitung, Prüfungsgespräch und Lehrauftritt gemacht werden.

Anmeldeschluss:

Samstag, 14. April 2018

Anmeldung und Information:

OÖLV, Ziegeleistrasse/Stadion, 4020 Linz,
Tel.: 0732 / 664207

Email: office@ooelv.at.

Bitte Namen, Verein, Adresse, Tel.Nr., Email angeben.

Mittagessen:

Selbstverpflegung.

Mitzubringen:

Sportbekleidung fürs Freie, Schreibzeug und gute Laune ☺.

Achtung:

Mindestteilnehmerzahl 12 Personen.



Weitere Infos unter www.ooelv.at
oder unter
0681 / 81676260 (Silvio Stern)