

DLV Fortbildung Kinderleichtathletik - 16.04.2016 Erfurt/Thüringen
Dominic Ullrich

09.00 – 09.45 Theorie I

Grundlagen der Kinderleichtathletik

09.45 - 12.00 Praxis I

Kinderleichtathletik Spiele und Übungen

- Aufwärm- und Kräftigungsspiele
- „Vom Hüpfen und Springen zum Hoch-/Weitsprung“
- „Vom schnell Laufen zum Sprint“ / „Vom Überlaufen zum Hürdensprint“

12.00 – 12.45 Theorie II

Motivation und Methodik/Motorische Entwicklung/Bewegungslernen

12.45 – 13.30 Pause

13.30 – 14.30 Theorie III

Einführung DLV-Wettkampfsystem Kinderleichtathletik

14.30 – 15.15 Praxis II

Kinderleichtathletik Spiele und Übungen

- „Vom hoch hinaus Werfen zum Schlagwurf“

15.15 – 16.15 Workshop

DLV-Wettkampfsystem Kinderleichtathletik

16.15 – 16.30 Zusammenfassung