

Ich sehe Dich! Bewegungssehen und Fehlerkorrektur im Schwimmen

Vielseitige Fehlerkorrektur im Breiten- und Leistungssport

Basisinformationen

Schwerpunkt dieser Fortbildung ist die praxisbezogene Auseinandersetzung mit den Schwimmtechniken mit einem besonderen Fokus auf das Bewegungssehen und die Fehlerkorrektur im Schwimmen. Es wird die Begrifflichkeit der sportlichen Technik-/ Fähigkeiten theoretisch erarbeitet und praktisch das Erkennen von Fehlerbildern, sowie Korrekturübungen zu ausgewählten Fehlerbildern, vorgestellt und erprobt.

Inhalte

Dieses Fortbildungsangebot umfasst:

- Begriffserklärung „sportliche Technik“
- Sportartspezifische Aspekte
- Verbesserung des Bewegungssehens
- Unterschiedliche Fehlerkorrekturübungen zu ausgewählten Fehlerbildern der 4 Schwimmtechniken

Lernziele & Kompetenzen

Die Teilnehmenden

- Kennen die sportlichen Techniken Delfin, Rücken, Brust und Kraul
- Lernen Methoden des Bewegungssehens kennen
- Lernen Methoden zur Fehlerkorrektur kennen
- Erlernen für sie neue Fehlerkorrektur-Übungsformen

Zielgruppe

Diese Fortbildung richtet sich an alle Inhaberinnen einer Trainer C Lizenz- Leistungssport oder Breitensport Schwimmen, sowie interessierte Personen.

Voraussetzungen

Mindestens 16 Jahre, sonst keine

Lehrteamerin

Diese Fortbildung wird von Mirko Bernhardt geleitet.

Anerkennung

- Schwimmlehrerin
- Schwimmlehrerassistentin
- Trainer C Breitensport (E/Ä)
- Trainer C Breitensport (K/J)
- Trainer C Leistungssport (SWI)

Termin

Samstag, 09.11.2024 und Samstag, 23.11.2024 in Dorsten-Wulfen; ca. 14:00 – 20:30
Uhr

Kosten

Der Lehrgang kostet 100€. Es ist keine Verpflegung enthalten.

Anmeldung

Über den Fachwart des Schwimmbezirks Nordwestfalen, Lars Ollesch

Per E-Mail: lars.ollesch@sb-nw.de