

Kids - Koordination spielerisch fördern.

1tägig

„Was Hänschen nicht lernt, lern Hans nimmermehr“ – dieses Sprichwort zeigt schon wie wichtig ein Koordinationstraining mit Kindern ist. Durch den Bewegungsdrang, die Neugier und Experimentierfreude haben Kinder optimale Voraussetzungen um ihre koordinativen Fähigkeiten zu schulen. Gelingt es uns die Kinder mit viel Bewegungserfahrung auszustatten, so fällt ihnen später das Erlernen jeglicher Bewegung wesentlich leichter.

Voraussetzungen

Dieser Workshop ist eine ideale Ergänzung zur bereits abgeschlossenen Grundausbildung (B- oder S-Lizenz). Es wird auf das Erlernte aufgebaut und v.a. der Bereich Koordinationstraining und Training mit Kindern vertieft. Dieses Wissen dient anschließend als Basis für viel Praxis und zahlreiche Übungsbeispiele. Ihr erhaltet ein stimmiges Konzept, welches durch eigene Ideen und Variationen beliebig erweitert werden kann. Kidz Koordination ist ideal für alle Trainer die mit Kindern arbeiten und natürlich auch für Eltern.

Beschreibung

Theorie:

- Die koordinativen Fähigkeiten und wie man sie trainieren kann
- Das neuromuskuläre System
- Besonderheiten beim Training mit Kindern
- Aktuelle wissenschaftliche Studien

Praxis:

- Übungsbeispiele für alle koordinativen Fähigkeiten
- Spielerische Ansätze für Trainingseinheiten mit Kindern
- Besprechung der verschiedenen Übungen
- Erarbeiten von Levelsystem
- Anpassung für heterogene Gruppen und unterschiedliche Leistungsniveaus

Kosten

Teilnahmegebühr incl. Skript und Zertifikat: € 150.- zzgl. der jeweils gültigen MwSt.

Termin(e)

im Moment stehen keine weiteren Termine zur Verfügung.