

Terminy / Lokalizacja / Koszty / Rejestracja

Szkolenie dla trenerów – moduł podstawowy C

Data: 26.-28.06.2020

Lokalizacja: Hala sportowa Berufskolleg Olsberg

Nocleg w hotelu Parkhotel Olsberg

Opłaty: Udział jest bezpłatny

Minimalny wiek: 16 lat

Rejestracja

Telefoniczna lub przez pocztę e-mail u Franziska Geise
(02904-9763254, f.geise@hochsauerlandsport.de)

Integracja przez sport

Dzielnica Hochsauerland jest kolorowa –
Promowanie różnorodności przez działalność sportową



Trener – podstawowy moduł C

Szkolenia specjalne dla kobiet i
mężczyzn będących migrantami



Stan na: Czerwiec 2019 – Wszystkie ilustracje © LSB NRW / Zdjęcia: Andrea Bowinkelmann

Osoba kontaktowa:

Franziska Geise

Tel.: 02904/976325-4

f.geise@hochsauerlandsport.de

Stopka redakcyjna:

KreisSportBund Hochsauerlandkreis e.V.

Bundesstr. 152 · 59909 Bestwig

Tel.: 02904/976325-0 · Fax: 02904/976325-9

www.hochsauerlandsport.de

info@hochsauerlandsport.de



Zawartość szkolenia dla trenerów – C

Szkolenie dla trenerów C składa się z dwóch poziomów, modułu podstawowego (30 lekcji po 45 minut) i modułu zaawansowanego (90 lekcji po 45 minut).

Szkolenie składa się z części praktycznej i teorii, a treści praktyczne przeważają nad teorią!

Zawartość modułu podstawowego (przykłady)

- Rozszerzenie zajęć sportowych
- Podstawy prowadzenia grup sportowych
- Zabawy podczas zajęć sportowych
- Podstawy teorii treningów
- Montaż/demontaż urządzeń i ich zabezpieczanie
- Bezpieczeństwo, nadzór, odpowiedzialność, zabezpieczenie
- Ćwiczenia praktyczne we wszystkich obszarach

Moduł podstawowy szkolenia dla trenerów C i co dalej?

Po pomyślnym ukończeniu modułu podstawowego istnieje możliwość realizacji modułu zaawansowanego. Tegoroczne terminy można zarezerwować w kole sportowym w dzielnicy Hochsauerland.

Kilka **przykładów** możliwych **działań jako trener**:

- Klub sportowy: prowadzenie grupy gimnastycznej dla matek/dzieci
- Klub sportowy: prowadzenie grupy fitness
- Klub sportowy: prowadzenie grupy pływackiej typu aqua aerobic (nie są wymagane dodatkowe kwalifikacje)
- Klub sportowy: prowadzenie grupy pieszej
- Klub sportowy: prowadzenie młodzieżowej drużyny piłkarskiej
- Szkoła całodzienna: prowadzenie grupy zabaw

Dlaczego działalność sportowa?

Solidna wiedza zapewnia bezpieczeństwo...

„Po szkoleniu czuję się znacznie pewniej w postępowaniu z grupą dzieci jako trener.“

Szkolenie to zabawa...

„Cieszę się, że mogę zaoferować zajęcia sportowe dla dziewczyn z Turcji mieszkających w naszym mieście.“
„Zajmowanie się grupą to świetna zabawa i praca.“

Po tym wiele rzeczy staje się łatwiejszych...

„Teraz wiem, jak lepiej motywować dzieci.“
„Poznałem wiele nowych gier i sprzęt sportowy.“

Rozwój osobisty...

„Wspaniale jest po prostu nauczyć się czegoś nowego.“
„Stało się dla mnie jasne, jak ważne jest regularne uprawianie sportu i dobrze wyszkolony trener dla zdrowia i rozwoju osobistego, zwłaszcza naszych dzieci.“

