

■ **Zentrale Fortbildungseinrichtung
für Sportlehrkräfte des Landes (ZFS)
an der Landesservicestelle für den Schulsport**

■ **Staatliches Schulamt
für den Landkreis und die Stadt Kassel**



Praxismodul 2:

Laufen, Springen, Werfen

Die Veranstaltung beinhaltet die Qualifizierung von Lehrkräften zum Unterrichten im Fach Sport in der Grundschule. Im Mittelpunkt dieser Fortbildung steht der Kompetenzerwerb der fachfremd unterrichtenden Lehrkräfte im Umgang mit den motorischen Grundformen Laufen, Springen, Werfen (Kinderleichtathletik) im Sportunterricht. Die Fortbildung ist sehr praxisorientiert.

Das Praxismodul 2 umfasst 30 Lerneinheiten. Im Rhythmus von 1,5 Tagen aufgeteilt in zwei Veranstaltungen unter der Leitung des Referenten Domenic Ullrich findet das Modul meist an der Carl von Weinbergschule in Frankfurt statt. Weitere Referenten vom DLV-Team sind Yvonne Ripper und Volker Jennemann.

Hüpfschlange

Methodische Reihen werden für alle spezifischen Bewegungsgrundformen der Leichtathletik dargestellt, besprochen und eingeübt. Das Thema „Hüpfen“ zum Springen wird in spielerischer Form umgesetzt.



Bearbeitet werden folgende Themen als theoretischer Hintergrund:

- Einführung in die Trainingslehre über eine motorisch fähigkeitsorientierte Grundausbildung
- Pädagogische Perspektiven im Bewegungsfeld Laufen-Springen-Werfen
- Methodik und didaktische Grundlagen in der Kinderleichtathletik
- Motivlage von Kindern
- Bewegungslernen mit Blick auf Planung des Sportunterrichts
- DLV-Schulsportkonzeption, Schulsportoffensive.

In der Praxis werden diese Schwerpunkte gesetzt:

- Alters- und entwicklungsgemäße Übungs- und Spielangebote zum Aufbau und zur Verbesserung der allgemeinen Kraftfähigkeiten, der Schnelligkeit, der grundlegenden Sprungerfahrungen, von Ausdauer, zum Tempo- und Zeitgefühl beim Laufen, von Wurferfahrungen, zu Schlag- und Drehwürfen, zur Einführung zum Stoßen
- Erarbeitung koordinativer Grundlagen als Basis für einfache kindgemäße Grundtechniken
- Fangspiele zur Verbesserung von Reaktions- und Beschleunigungsfähigkeit
- Kleine Spiele zum Aufwärmen
- Übungsangebote zum Aufbau koordinativer und technischer Grundlagen im Hürdensprint, Rhythmusschulung, im Weitsprung, Anlauf-Absprung-Komplex, Springen in der Halle.

Die Planung von konkreten Unterrichtseinheiten in Gruppenarbeit führt zur Diskussion und Reflexion der eigenen Unterrichtspraxis. Die Fortbildung ist sehr praxisorientiert und findet weitgehend in der Sporthalle/ Außenanlage Leichtathletik statt.

Kinder sind laufend unterwegs

Koordinative Grundlagen der Lauschulung und vom „Überlaufen“ zum Hürdensprint.



Viele Würfe leicht gemacht

Spiel- und Übungsformen zum Thema Wurf mit verschiedenen Materialien wie Tennisbällen, Heulern, Schlagbällen, selbstgebauten Flatterbällen oder auch Fahrradreifen unter dem Motto „Hoch hinaus Werfen“ zum Schlagwurf

