

Übungsleiterfortbildung

Abwechslungsreiches Hallentraining 8



Zum Lehrgang am 28.- 29.10.2006 trafen sich 22 Teilnehmer/-innen in der Halle des Gymnasiums am Römerkastell in Bad Kreuznach unter der Leitung von Ralf Börder, Lehrwart des RVR Rheinland, um vielfältige Spiel- und Übungsformen kennen zu lernen.

Mit dabei waren Adrian Zenger, Julia Wolter und Marvin Trümper von der NRG sowie Jonas Köhlinger vom GTRVN.

Inhalte waren Aufwärm- und Kennenlernspiele in immer neuen Varianten: Bewegungsaufgaben mit Musik · Laufspiele mit geringem Materialaufwand · Spielerische Formen mit dem Langseil in der Gruppe · Ideen aus dem Bereich der allgemeinen Ballschulung.

Beim weiteren Verlauf beschäftigten sich die Teilnehmer mit Rope Skipping, Staffeln mit sprintkraftorientiertem Charakter sowie Ballspielen.

[Bilder zum Vergrößern anklicken.](#)

[Zurück mit Browsertaste zurück.](#)



Bei allen Übungsformen wurden neben Kondition auch Teamgeist und Koordination geschult.

Den Abschluss am Sonntag bildete ein von den Teilnehmern nach groben Vorgaben entwickelter Geräteparcours. Hier gab es Aufgabenstellungen unter erlebnispädagogischen Aspekten, die sich durch einen hohen Aufforderungscharakter auszeichnen.

Einstimmig bewerteten die Lehrgangsteilnehmer/-innen die Kursinhalte als motivierend und zielgruppengerecht. Alle waren mit Spaß und Begeisterung bei der Sache und konnten viele Anregungen mit nach Hause nehmen.

