

Start2teach atletiek

Woensdag 8 oktober 2014

Stadion Louis De Winter in Brasschaat

Het atletiekseizoen is begonnen en verschillende enthousiastelingen hebben de sprong naar het trainerschap gewaagd. Het zijn vaak oud-atleten of ouders van jonge atleten die nog niet echt veel ervaring hebben met training geven of voor een groep te staan. Deze vorming wil een handige springplank zijn naar een succesvolle trainerscarrière.

Tijdens deze drie uur durende vorming geven we eerst een uur theorie met de basis van een goede atletiektraining: Hoe bouw je een training op? Op welke discipline-specifieke kenmerken moet je letten? Hoe leer je deze aan?

De basisbeginselen van het lesgeven komen eveneens aan bod: Hoe sta je voor een groep? Hoe ga je om met moeilijke atleten of onverwachte situaties? Aan de hand van verschillende tips & tricks, situatieschetsen en vraag en antwoord, gaan we dieper in op deze materie. Als geheugensteun krijg je een syllabus mee naar huis.

De twee volgende uren toetsen we de theorie in de praktijk. Via micro-teaching en peerevaluatie leer je de fijne kneepjes van het training geven. Per globale atletiekdiscipline (uithouding, springen, spurt en werpen) werken we een oefentraining uit. Na elke oefentraining krijg je feedback.

Deze vorming is voornamelijk voor beginnende trainers, assistent trainers of trainers die al actief zijn, maar geen opleiding hebben gevolgd. Maar ook ervaren en gediplomeerde trainers kunnen tijdens deze vorming natuurlijk nog bijleren.

Wanneer?

Woensdag 8 oktober 2014 van 19 tot 22 uur

Waar?

Stadion Louis De Winter, Gemeentepark 17, 2930 Brasschaat

Voor wie?

Lesgevers en begeleiders atletiek met beperkte ervaring

Lesgever?

Yannick Janssen, Master in de L.O. en de bewegingswetenschappen, trainer A Atletiek

Kostprijs?

10 euro

Informatie en inschrijvingen?

Via mail of online inschrijven tot één week voor de vorming via Diane Loosen, T 03 240 62 73, sportvorming@provincieantwerpen.be

Antwerpse Kempen ilo
SPORTREGIO
Brasschaat, Brecht, Essen, Kalmthout,
Kapellen, Schoten, Stabroek, Wuustwezel

in samenwerking met de
gemeente Brasschaat