

# Kinderhandball-Grundkurs Peine 2009

Lehrgangsleitung: Dieter Hummes

Referenten: Gaby Wach, Michael Nechanitzky, Andreas Simon

## Lehrgangsplan \*)

<b>Freitag, 08.05.2009</b>			
Bis <b>16.45</b> Uhr	Anreise zur Sporthalle Schulzentrum	Sporthalle/Klassenraum	Alle
17:00 Uhr – 18:30 Uhr (2 UE) Theorie	<b>Einstieg/Vorstellung</b> o Kurzübersicht Kinderhandball-Grundkurs - was haben wir vor? o Vorstellung der HVN-Kinderhandballkonzeption (Durchführungsbestimmungen)	Klassenraum	Dieter Hummes Gaby Wach
<i>Pause</i>			
19:00 Uhr – 19:45 Uhr (1 UE) Theorie	<b>Veränderte Kindheit</b> o Was hat sich im Jugendtraining geändert? – Vergleich "gestern" und "heute"	Gruppenraum	<u>Referentin:</u> Gaby Wach
20:00 Uhr - 21.30 Uhr (2 UE) Praxis	<b>Koordination/Kleine Spiele</b> o Vielseitigkeit o Kleine Spiele o Allgemeine Laufkoordination o Handballspezifische Koordination	Sporthalle	<u>Referentin:</u> Gaby Wach + Teilnehmer
<b>Samstag, 09.05.2009</b>			
Bis <b>08.45</b> Uhr	Anreise zur Sporthalle		
09.00 Uhr - 09.45 Uhr (1 UE) Theorie	<b>Wie ist eine Übungsstunde gegliedert</b> o Kinderhandball (D-/E- und Minis) o Grundlagen- u. Aufbautraining (C-/B- und A-Jugend)	Gruppenraum	<u>Referent:</u> Michael Nechanitzky
09.45 Uhr - 12.00 Uhr (3 UE) Praxis	<b>Vermittlung der Grundtechniken</b> o Werfen, Fangen, Prellen (spielnah) o Manndeckung/Offensive Abwehr im Kinderhandball o Einführung/Schulung der Manndeckung o Wie finde ich einen Torwart (Rotationsprinzip)?	Sporthalle	<u>Referent:</u> M. Nechanitzky + Teilnehmer
<i>Mittagspause</i>			
13:00 – 14:00 Uhr (1 UE)	o 2 x 3 gg 3 o Grundlagen, Variationsmöglichkeiten	Gruppenraum/Sporthalle	Teilnehmer + M. Nechanitzky
14.15 Uhr - 16.00 Uhr (2 UE) Theorie	o Demonstration/Mustertrainingseinheit Altersgruppe: E-Jugend MTV VJ Peine (Schwerpunkt Manndeckung)	Sporthalle	<u>Referent:</u> M. Nechanitzky
<i>Pause</i>			

16:30 Uhr - 18.00 Uhr (2 UE) Theorie	<b>Exemplarische Schwerpunkte aus der Grundlagenschulung</b> o Koordination, Parteiballspiele und Kräftigung/Stabilisierung o <u>Abwehr</u> : Einführung der 1:5-Abwehrformation	Sporthalle/Gruppenraum	<u>Referent</u> : M. Nechanitzky + Teilnehmer
<i>Pause</i>			
18:30 Uhr – 20:00 Uhr (2 UE) Theorie	o <u>Checkliste</u> : Aufsichtspflicht, Versicherungen, taktische Zeichen, Spielformular, Spielerpässe	Gruppenraum	<u>Referent</u> : M. Nechanitzky
<b>Sonntag, 10.05.09</b>			
Bis <b>08.45</b> Uhr	Anreise zur Sporthalle		Alle
09.00 Uhr – 10:30 Uhr (2 UE)	<b>Exemplarische Schwerpunkte aus der Grundlagenschulung (Fortsetzung)</b> o <u>Torwarttraining</u> : (Vermittlung der Grundtechniken) o <u>Angriff</u> : Positionsspiel (Raumaufteilung, Passen und Fangen in der Bewegung, Grundablauf)	Sporthalle	<u>Referent</u> : Andreas Simon + Teilnehmer
<i>Pause</i>			
11.00 Uhr - 12.30 Uhr (2 UE)	o Demonstration/Mustertrainingseinheit Altersgruppe: D-Jugend ( <i>Demo-Mannschaft MTV VJ Peine</i> )	Sporthalle	<u>Referent</u> : Andreas Simon
12:30 Uhr	Abschlussbesprechung	Sporthalle	
<i>anschl. Heimreise</i>			

\*) aufgrund lokaler Gegebenheiten kann es zu kleinen zeitlichen Verschiebungen kommen.