

## Vorläufiger Lehrplan

für die Lehrerfortbildung „**Ballorientierte Koordination in der Schule**“  
in der wfv-Sportschule Nellingen/Ruit

**Datum:** 30.06. bis 02.07.2021

**Lehrgangleiter:** N.N.

**Allgemeine Zeiten:** Frühstück: 07:15 Uhr – 08:45 Uhr  
Mittagessen: 11:30 Uhr – 13:00 Uhr  
Abendessen: 17:30 Uhr – 18:45 Uhr  
Hausruhe: 22:30 Uhr

### Mittwoch, 30.06.2021

Zeit	Inhalt		Anzahl UE
Bis 13.00 Uhr	Anreise der Teilnehmer, Zimmereinteilung		
13.15 Uhr	Begrüßung und Eröffnung des Lehrganges		
13.30 Uhr	<b>Theorie:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Koordination und Koordinative Fähigkeiten</li> <li>▪ Arten des Koordinationstrainings</li> </ul>	2
15.30 Uhr	<b>Praxis:</b>	Allgemeines und Fußballgerichtetes Koordinationstraining	3
19.00 Uhr	<b>Theorie/ Praxis</b>	Futsal in der Schule <b>C. Grießer</b>	2

### Donnerstag, 01.07.2021

Zeit	Inhalt		Anzahl UE
08.30 Uhr	<b>Theorie</b>	balori – Funktionelles Training der Grundlagen-Koordination mit System <b>R. Niefer</b>	2
10.15 Uhr	<b>Praxis</b>	balori – Funktionelles Training der Grundlagen-Koordination mit System <b>R. Niefer</b>	3
13.45 Uhr	<b>Theorie:</b>	Fußballspezifisches Koordinationstraining und Koordinatives Spezialtraining	2
15.45 Uhr	<b>Praxis:</b>	Fußballspezifisches Koordinationstraining und Koordinatives Spezialtraining	2
20:00 Uhr		Sauna (freiwillig)	

### Freitag, 02.07.2021

Zeit	Inhalt		Anzahl UE
	Nach dem Frühstück: Zimmer räumen und Schlüsselabgabe		
08.30 Uhr	<b>Praxis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kleine Spiele</li> <li>- Turnierformen</li> </ul>	3
11.15 Uhr	<b>Theorie</b>	Auswertung des Lehrgangs und Abschlussbesprechung	1
12.00 Uhr	Mittagessen, anschließend Heimreise		

Änderungen vorbehalten