

Titel

Thema:	Functional Training in verschiedenen Trainingsformen (Zirkel, Tabata, Mannschaftsspiele) (Kl. 7-13) Präsenz
Veranstaltungsnummer:	2510A5001

Inhalt/Beschreibung

Beschreibung und didaktische Gestaltung:	Functional Training umfasst das Training aller Grundfähigkeiten für eine gute Fitness und kann in verschiedenen Formen trainiert werden. In diesem Seminar sammeln wir Functional-Übungen und -Kombinationen und setzen diese in verschiedene Trainingsformen um: Zirkeltraining, Tabata und Mannschaftsspiele. Zusätzlich erarbeiten wir beispielhaft einige Übungsfolgen, um komplexe Übungen zu leveln und aufzubauen, um die Körperwahrnehmung und die Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit zu schulen und so ein individuelles Training in heterogenen Gruppen durchführen zu können.
Schwerpunkte/Rubrik:	Qualitätsentwicklung

Allgemeine Informationen

Fächer / Berufsfelder:	- Sport
Zielgruppen:	- Fachlehrkräfte
Schularten:	- Berufliche Schule, Sekundarstufe I, Sekundarstufe II
Veranstaltungsart:	Seminar
Gültigkeitsbereich:	Hamburg
Leitung:	Björn Böhling, Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung
Dozenten:	Diana Clar, ClarMotion

Weitere Hinweise

Hinweis für Teilnehmer/innen:	Der Veranstaltungsort ist nur eingeschränkt barrierefrei. Bitte kontaktieren Sie uns im Bedarfsfall: sport@li.hamburg.de
-------------------------------	---

Anbieter

Anbietername:	Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung
Anbieteranschrift:	Felix-Dahn-Straße 3 und Weidenstieg 29, 20357 Hamburg
E-Mail-Adresse:	tis@li-hamburg.de

Termin

Termin:	11.02.2025 16:30 bis 19:00 Uhr
Dauer:	2,5 Zeitstunden
Anmeldeschluss:	11.02.2025

Veranstaltungsort

Veranstaltungsort:	Landesinstitut Hamburg, Felix-Dahn-Straße 3 und/oder Weidenstieg 29, 20357 Hamburg
--------------------	--