

Themengebiete D-Kurs 2018

Thema	Einheit
ÖBV Struktur / Rahmenlehrplan / Trainerordnung / Regelkunde (U10/U12 Regeln ÖBV)	1
Einführung Trainingslehre - Trainingsplanung	2
Pädagogik/Methodik Grundsätze - Umsetzung - Wie verhält sich der Trainer	2
Pädagogik/Methodik Kommunikation - Eltern - Spieler - Schiedsrichter	2
Koordination/Athletik: Einführung - Lauschule - Start - Stop Koordination/Athletik: Sprung - Rumpfstabilität	5
Ballhandling (Grundstellung zum Ball - Ball halten - fangen - fühlen)	2
Dribbling (Grundstellung für dribbeln - Basisübungen - statisch - Ball schützen - in Bewegung)	2
Passen (Handgelenke-Ziel - Beinarbeit) Brustpass, Bodenpass, einhändiger Pass, Überkopfpas	2
Lay-Up rechts/links - Lay Up Sprungstop	2
Spielformen: Dribblen - Passen - Lay-Up	2
Triple Threat: Fangen - Stop - Sternschritt - Dribbelstart Diagonal rechts/links - Stop - Sternschritt	2
Taktik 1:1	2
Werfen: GL Sprungwurf - Freiwurf	5
Fangen - Werfen; Dribbeln - Werfen Spielformen: Wurf	5
Cuts (Backdoor, Give and Go, Frontcut)	2
Gruppentaktik Offense 4:4	2
On Ball Defense	2
Gruppentaktik Defense	2
Praktisch-methodische Übungen (Training mit U10/U12 Spieler)	8