

## Einführungskurs für angehende Schwimmsportleitende (ESL)

### Stoffprogramm - Obligatorische Kursanteile

Thema	T/P	Zeit (h)	Zielsetzung	Inhalte	Lehrmittel/Medien
Kursbeginn	P	½	Die Teilnehmenden untereinander und die Kursleitung lernen sich gegenseitig kennen.	Kurseröffnung: - Spiel und Kontaktformen im Wasser	ESL-Dossier
Leiterpersönlichkeit	T	1	Die Teilnehmenden wissen, was von ihnen als LeiterInnen im Schwimmsport erwartet wird.	- Anforderungen an Schwimmsport-LeiterInnen und TrainerInnen	ESL-Dossier
Technik	T+ P	2	Die Teilnehmenden kennen den Sinn und Zweck des technischen Modells im Schwimmsport  Persönliche Standortbestimmung	- Technisches Konzept - Kernelemente / Wassergewöhnung - Übungen aus den Grundlagentests 1-7 - Lernwege (exemplarisch)  Vorgegebene Übungen: 1) Baumstammrollen (GLT 5) 2) Entenfüsse in Rückenlage (GLT 6) 3) Schraubenkraul (GLT 5) 4) Sprung ab Rand ins Tiefwasser (aus GLT)  Frei wählbare Übung durch die jeweilige ESL-Kursleitung: 5) 1 Übung aus der entsprechenden Schwimmsportart  Je 100 m Brust, Kraul, Rücken	ESL-Dossier, Broschüre Grundlagentests (GLT 1-7)
Methodik	T+ P	1.5	Die Teilnehmenden erhalten einen praxisorientierten Einblick in einen exemplarischen Lektionsaufbau.	Beispielkursion aus dem eigenen Bereich Lektionsplanung Organisationsformen	ESL-Dossier

---

<b>Thema</b>	<b>T/P</b>	<b>Zeit (h)</b>	<b>Zielsetzung</b>	<b>Inhalte</b>	<b>Lehrmittel/Medien</b>
Information	T	1	Die Teilnehmenden haben eine Übersicht und wissen, wie ihr Ausbildungsweg in Zukunft aussehen könnte.	- Ausbildungswege im Schwimmsport	ESL-Dossier
Kursschluss	T	1	Die Teilnehmenden kennen ihren weiteren Ausbildungsweg und sind motiviert, diesen zu beschreiten.	Kursschluss: - administrative Aufgaben - Beratungsgespräche	
<b>Total</b>	<b>min.</b>	<b>7 Std.</b>			