



Curriculum für die Aus- und Fortbildung von Trainer/-innen im Leistungssport des Deutschen Leichtathletik-Verbandes

Lehrcurriculum des DLV

Das Lehrcurriculum wurde in allen
Teilbereichen am 07.07.2021 durch
den DLV-Vorstand verabschiedet.
Das Lehrcurriculum tritt am 01.08.2021 in Kraft.

Impressum

Herausgeber: Deutscher Leichtathletik-Verband – DLV-Akademie

Autoren: Michael Siegel und Dr. Ralf Buckwitz

Unterstützung: Dr. Marko Badura, David Deister, Jan Hinnerk Dreier, Dennis Fengkohl, Nicolas Fröhlich, Christopher Hallmann, Rüdiger Harksen, Benjamin Heller, Jörg Möckel, Frank Müller, Sebastian Nowak, Boris Obergföll, Stefan Ritter, Jörg Roos, Gertrud Schäfer, Annett Stein, Dominic Ullrich, Dr. Peter Wastl, Bianca Zöller

Darmstadt im April 2021

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

LEHRCURRICULUM



Inhaltsverzeichnis

1 Präambel	11
2 Vorgaben und Verträge durch DOSB, PotAs und regionale Zielvereinbarungen	13
2.1 Ausbildungen im Leistungssport	13
2.2 Umfänge der Ausbildungen im Leistungssport	14
2.3 Fortbildungen im Leistungssport	14
2.4 Umfänge von Fortbildungen zur Lizenzverlängerung im Leistungssport	15
2.5 Verfahren bei ungültig gewordenen Lizenzen	16
2.6 Lizenzentzug	17
2.7 Referentenqualifikationen	17
2.8 Delegierungen an die Landesverbände	17
3 Trainer sein = lebenslanges Lernen	19
4 Handlungskompetenzen von Trainern	20
5 DLV-Ausbildungsmatrix	22
6 Vermittlungs- und Unterrichtsmethoden	28
6.1 Präsenzphasen	29
6.2 DLV-Online-Akademie	30
6.2.1 E-Learning	30
6.2.2 Blended-Learning	31
6.3 Web-Seminare	31
7 Ausbildung Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport	32
7.1 Handlungsfelder	32
7.2 Ziele der Ausbildung	32
7.3 Umsetzung der Ausbildung	33
7.3.1 E-Learning-Vorbereitungskurs	34
7.3.2 Prüfungsleistungen E-Learning-Vorbereitungskurs	36
7.3.3 Präsenz-Vorbereitungskurs	37
7.3.4 Prüfungsleistungen Präsenz-Vorbereitungskurs	37
7.3.5 Präsenzphase Hauptkurs	37
7.3.6 Prüfungsleistungen Hauptkurs	42
7.3.6.1 Theoretische Prüfung	43
7.3.6.2 Praktische Prüfung	43
7.3.6.3 Lehrgangprojekt	44
8 Ausbildung Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport	45
8.1 Handlungsfelder	45
8.2 Ziele der Ausbildung	45
8.3 Umsetzung der Ausbildung	46
8.3.1 E-Learning-Vorbereitungskurs	47
8.3.2 Prüfungsleistungen E-Learning-Vorbereitungskurs	51

8.3.3 Präsenz-Vorbereitungskurs	52
8.3.4 Prüfungsleistungen Präsenz-Vorbereitungskurs	52
8.3.5 Präsenzphase Hauptkurs	52
8.3.6 Prüfungsleistungen Hauptkurs	59
8.3.6.1 Theoretische Prüfung	59
8.3.6.2 Praktische Prüfung	60
9 Ausbildung Trainer-B – Leistungssport	62
9.1 Handlungsfelder	62
9.2 Ziele der Ausbildung	62
9.3 Umsetzung der Ausbildung	64
9.3.1 E-Learning-Vorbereitungskurs	64
9.3.2 Prüfungsleistungen E-Learning-Vorbereitungskurs	66
9.3.3 Präsenz-Vorbereitungskurs	67
9.3.4 Prüfungsleistungen Präsenz-Vorbereitungskurs	67
9.3.5 Präsenzphase Hauptkurs	67
9.3.5.1 Trainer-B – Leistungssport „Sprint/Hürde“	72
9.3.5.2 Trainer-B – Leistungssport „Lauf/Gehen“	76
9.3.5.3 Trainer-B – Leistungssport „Sprung“	81
9.3.5.4 Trainer-B – Leistungssport „Wurf/Stoß“	84
9.3.5.5 Trainer-B – Leistungssport „Mehrkampf“	88
9.3.6 Prüfungsleistungen Hauptkurs	92
9.3.6.1 Theoretische Prüfung	92
9.3.6.2 Praktische Prüfung	93
10 Ausbildung Trainer-A – Leistungssport	96
10.1 Handlungsfelder	96
10.2 Ziele der Ausbildung	96
10.3 Umsetzung der Ausbildung	98
10.3.1 E-Learning-Vorbereitungskurs	98
10.3.2 Prüfungsleistungen E-Learning-Vorbereitungskurs	101
10.3.3 Präsenzphase Hauptkurs	102
10.3.3.1 Trainer-A – Leistungssport „Sprint/Hürde“	107
10.3.3.2 Trainer-A – Leistungssport „Lauf/Gehen“	111
10.3.3.3 Trainer-A – Leistungssport „Sprung“	115
10.3.3.4 Trainer-A – Leistungssport „Wurf/Stoß“	119
10.3.3.5 Trainer-A – Leistungssport „Mehrkampf“	123
10.3.4 Prüfungsleistungen Hauptkurs	126
10.3.4.1 Theoretische Prüfungen	126
10.3.4.2 Praktische Prüfungen	127
11 DOSB Diplom-Trainer / Staatlich anerkannter Trainer des Landes Nordrhein-Westfalen	129
11.1 Handlungsfelder	129
11.2 Aufbau des Studiums	129
11.3 Ziele der sportartspezifischen Ausbildung	130
11.4 Umsetzung der Ausbildung	132

11.4.1 Begleitende sportartspezifische Ausbildung im Rahmen von Präsenzwochen im Grundstudium bzw. innerhalb der blockspezifischen Fachausbildung	133
11.4.2 Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen	134
11.4.3 Übergreifende Themen bzw. Einblick in weitere Aufgabengebiete des DLV ..	139
11.4.4. Prüfungsleistungen im Rahmen der sportartspezifischen Ausbildung	140
11.5 Abschluss	141
12 Ergänzende Regelungen	142
12.1 DLV-Lehrordnung	142
12.2 Zulassungsvoraussetzungen	142
12.3 Kosten der Aus- und Fortbildungen	143
12.4 Lizenzerteilung	143
12.5 Erste-Hilfe Nachweis	143
12.6 Hospitationen	143
12.7 Notenschlüssel bei Prüfungen	144
12.8 Anerkennung von abgeschlossenen Studiengängen der Sportwissenschaft	145
12.9 Anerkennung von nationalen und internationalen Lizenzen	146
12.10 Zulassung internationaler Teilnehmer bei Aus- und Fortbildungen	146
12.11 Antrag auf Bildungsurlaub	146
12.12 Qualitätsmanagement	147
Abbildungsverzeichnis	148
Abkürzungsverzeichnis	149
Tabellenverzeichnis	150
Literaturverzeichnis	159
Anhang	163

Nur mit kompetenten, qualifizierten und vor allem hochengagierten Trainerinnen und Trainern können die Herausforderungen der Zukunft in der Leichtathletik erkannt, analysiert und realisiert werden.

Die DLV-Akademie ist das Zentrum für Wissensmanagement in der deutschen Leichtathletik.

LEHRCURRICULUM



1 Präambel

Die DLV-Akademie des Deutschen Leichtathletik-Verbandes ist das Zentrum für Wissensmanagement in der deutschen Leichtathletik. Sie ist zugleich die zentrale Aus- und Fortbildungsstätte für Trainer im Leistungssport. Für Aus- und Fortbildungsmaßnahmen des Breitensports ist das Referat Allgemeine Leichtathletik des DLV zuständig. Die DLV-Akademie pflegt zudem eine enge Kooperation mit der Abteilung Leichtathletik des Deutschen Behindertensport-Verbandes (DBS) im Bereich Aus- und Fortbildung von Trainern in der Para-Leichtathletik.

Die DLV-Akademie ist auch aufgrund ihres Ausbildungscurriculums eine tragende Säule des nationalen Spitzensportsystems. Leistung und Erfolg im Spitzensport sind untrennbar mit der Qualität, dem Engagement und dem Einsatz von Trainern verbunden. Das vorliegende Curriculum soll die Qualität der Lehrarbeit im DLV und seinen Landesverbänden verbessern, inhaltliche und strukturelle Orientierung geben, sowie durch seine verbindliche Form die Gleichwertigkeit und Vergleichbarkeit der einzelnen Lizenzen und Anerkennung bundesweit sichern.

Gesellschaftliche Veränderungen, ein fortlaufender Generationswechsel, sowie die ständig steigenden sportlichen Herausforderungen mit ihren unterschiedlichen Facetten, verlangen eine stetige Anpassung und Optimierung der Aus- und Fortbildungsmaßnahmen in der Leichtathletik. Mit Blick auf den Erhalt der Position der deutschen Leichtathletik im internationalen Wettbewerb erscheint es notwendig, in der Ausbildung von Trainern ständig Anpassungen vorzunehmen, um den fortschreitenden Leistungsanforderungen auch künftig gerecht werden zu können.

Die DLV-Akademie ist bemüht, gemeinsam mit ihren Partnern, im Besonderen den Landesverbänden des DLV, diese Reformen umzusetzen. Dabei übernehmen die Landesverbände einen wesentlichen Anteil im Gesamtkontext der Reformen, primär durch die Umsetzung der Trainer-C-Ausbildung Leistungssport.

Trainerspezifisches Wissen und Können auf höchstem Niveau sowie die Herausbildung entsprechender Kompetenzen durch deren Anwendung in der Praxis in den unterschiedlichsten Lizenzstufen sind entscheidende Voraussetzungen für eine innovative Leistungssportpraxis in Deutschland. Dabei verlangt jede Lizenzstufe differenzierte Kompetenzen des Trainers. Der DLV hat dazu an verschiedenen Forschungsprojekten, teilweise unterstützt durch das Bundesinstitut für Sportwissenschaft (BISp), mit Partneruniversitäten geforscht und Erkenntnisse darin einfließen lassen. Beispielhaft seien hierfür die QuaTro-Studie (01/2015 – 12/2017) oder das QuaTroPlus-Projekt (10/2018 – 12/2021), zusammen mit der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU Erlangen) genannt. Besonders das letztgenannte Projekt sichert, neben einem sportartübergreifenden Austausch zwischen dem DLV, dem Deutschen Hockey-Bund, dem Deutschen Judo-Bund, dem Deutschen Skiverband und der Trainerakademie Köln, die Orientierung am DOSB-Kompetenzmodell für eine systematische Ausbildungsstrategie.

Ableitend von den Vorgaben des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB, 2020a) für die Lehrarbeit ergeben sich für den Deutschen Leichtathletik-Verband folgende Richtlinien:

1. Anspruchsvolle Ausbildung durch qualifizierte Lehrkräfte

Fachlich und methodisch geschulte und kompetente Lehrkräfte garantieren die hohe Qualität der jeweiligen Aus- und Fortbildungen. Dabei sind sowohl die Landesverbände

als auch die DLV-Akademie bemüht, qualitativ hochwertige Referenten zu gewinnen und diese auf die Bedürfnisse der verschiedenen Zielgruppen einzustimmen.

2. Transparenz und Vergleichbarkeit der Lizenzen

Dank des DOSB-Lizenzsystems lassen sich erworbene Qualifikationen transparent einschätzen und bundesweit miteinander vergleichen. Das bedeutet in der Konsequenz ein einheitliches Lehrcurriculum innerhalb der deutschen Leichtathletik und für die Landesverbände die Umsetzung des selbigen, um einen nahtlosen Übergang in die Lizenzen zu sichern bzw. die Möglichkeit auf Weiterbildung in einem anderen Landesverband abzusichern.

3. Entwicklungsmöglichkeiten anbieten

Das Qualifizierungssystem bietet allen Interessierten die Möglichkeiten, sich neben Beruf, Ausbildung, Studium oder Schule weiterzuentwickeln. Das bedeutet, dass besonders ein zeitlich flexibles Lernen in der Ausbildung implementiert werden muss. E-Learning, Web-Seminare, Blockkurse müssen fester Bestandteil der Ausbildung sein.

4. Kostengünstige und flächendeckende Qualifizierungsangebote

Als gemeinnützige Organisation verfolgt der DLV keine kommerziellen Interessen in der Aus- und Fortbildung. Der Notwendigkeit von Qualitätsmanagement und Hochwertigkeit der Referenten muss in der Struktur Rechnung getragen werden.

5. Qualitätssicherung durch lebenslanges Lernen

Trainer sein bedeutet lebenslanges Lernen. Daher schließt ein Lernprozess nicht mit dem Erreichen einer Qualifikationsstufe ab, sondern für eine Lizenzverlängerung müssen entsprechende Fortbildungsnachweise erbracht werden, die sich je nach Lizenzstufe unterscheiden. Näheres dazu regeln die Vorgaben des DOSB.

6. DLV-Lizenzen sind Qualitätsmerkmale

Viele staatliche und gesellschaftliche Institutionen erkennen DLV/DOSB-Lizenzen in ihren Systemen an. Vereine können so beispielsweise Zuschüsse aus öffentlichen Mitteln erhalten, wenn sich Personen mit DLV/DOSB-Lizenzen bei ihnen engagieren. Gleichzeitig ist es dem DLV ein hohes Anliegen, ein konsequentes Qualitätsmanagement in den Aus- und Fortbildungsangeboten zu betreiben.

Der DLV und seine Landesverbände haben sich im besonderen Maße dem Schutz von Kindern und Jugendlichen vor sexueller Gewalt, sowie dem Anti-Dopingkampf verpflichtet. Diese Grundsätze müssen in der Traineraus- und -fortbildung unmissverständlich transportiert werden.

Bildung ist eine Investition in Menschen und damit in die Gesellschaft. Der DLV und seine Landesverbände fühlen sich diesem Grundsatz verpflichtet.

2 Vorgaben und Verträge durch DOSB, PotAS und regionale Zielvereinbarungen

Um dem Lizenzierungsverfahren des DOSB zu entsprechen, was wiederum für die Anerkennung der Lizenzen bei öffentlichen Trägern notwendig ist (DOSB, 2020a), müssen Mindestanforderungen erbracht werden, die sich u.a. auf den Ausbildungsumfang beziehen. Träger der Aus- und Fortbildungen zum C-, B- und Trainer-A (Leistungs-/ sowie Breitensport) ist der DLV als Spitzenverband (DOSB, 2020b).

Die Potential Analyse der PotAs-Kommission im Frühjahr/Sommer 2019 stärkt die Rolle des Spitzenverbandes in der Aus- und Fortbildung, indem diese Vorgaben als umzusetzen bewertet werden (vgl. Attribute unter 9.1) (PotAs, 2019). Weitere Förderungen seitens des Bundesministeriums des Innern, für Bau und Heimat (BMI) sind daran gebunden.

2.1 Ausbildungen im Leistungssport

Für die leistungssportlichen Trainerausbildungen sieht der DOSB insgesamt vier Lizenzstufen vor. Diese unterscheiden sich primär nach der Zielgruppe der zu betreuenden Athleten, was unterschiedliches Können vom Trainer verlangt (DSB, 2005).

Trainer-C – Leistungssport (Grundlagentraining & Kinderleichtathletik)

Der Trainer-C Leistungssport ist die Einstiegsstufe der leistungssportlichen Ausbildungswege. Während im Breitensport Trainer viele Vereinsmitglieder ansprechen sollen, ist die Ausbildung im Leistungssport darauf ausgerichtet, Talente zu erkennen und zu fördern. Die Ausbildung ist in zwei Ausbildungswege aufgeteilt, für die Kinderleichtathletik (U12) und für das Grundlagentraining (U16).

Trainer-B – Leistungssport

Der Trainer-B Leistungssport ist die zweite Lizenzstufe der leistungssportlichen Ausbildungswege. Die Ausbildung erfolgt hier in den verschiedenen Disziplinblöcken Sprint/Hürde, Lauf/Gehen, Sprung, Wurf/Stoß oder Mehrkampf. Für die Zielgruppe der U18 und U20 kann der Trainer ein Training im Aufbautraining anbieten.

Trainer-A – Leistungssport

Der Trainer-A Leistungssport ist die dritte Lizenzstufe der leistungssportlichen Ausbildungswege. Die Ausbildung erfolgt hier, analog dem Trainer-B Leistungssport, in den verschiedenen Disziplinblöcken Sprint/Hürde, Lauf/Gehen, Sprung, Wurf/Stoß oder Mehrkampf. Für die Zielgruppe der U23 und Erwachsenen ist der Trainer befähigt, ein Training im Anschluss- bzw. Hochleistungstraining anzubieten.

Diplom-Trainer

Nur in der leistungssportlichen Ausbildung gibt es noch eine vierte Lizenzstufe, den Diplom-Trainer. Hochqualifizierte Trainer-A mit hauptberuflicher Perspektive können dazu vom DLV zur Ausbildung an der Trainerakademie des DOSB in Köln vorgeschlagen werden. Diplom-Trainer werden auf die besonderen Herausforderungen im Hochleistungssport vorbereitet.

2.2 Umfänge der Ausbildungen im Leistungssport

Der DOSB schreibt Mindestumfänge an Lerneinheiten (LE) für den Erwerb von Lizenzen vor. Die Spitzenverbände sind jedoch berechtigt über diese Mindestanforderungen hinauszugehen, insofern sie Lerninhalte für die Ausübung der jeweiligen Sportart für notwendig erachten (DSB, 2005). Eine Lerneinheit beträgt 45 Minuten.

Tab. 1. Mindestanforderungen an Lerneinheiten (LE) in der leistungssportlichen Trainerausbildung (nach DSB, 2005).

Lizenzstufe	Trainer-C KiLa Leistungssport	Trainer-C GLT Leistungssport	Trainer-B Leistungssport	Trainer-A Leistungssport	Diplom-Trainer
Mindest- anforderungen an Lerneinheiten	120	120	60	90	1300 (240 + 100)
Umfänge in den DLV- Ausbildungen	127	164	149	285	>240 + >100

Alle Ausbildungsgänge müssen innerhalb von zwei Jahren (ab Beginn der ersten Lerneinheit gerechnet) abgeschlossen sein. Der Trainerkandidat hat dafür Sorge zu tragen, dass er in diesem Zeitraum alle erforderlichen Prüfungsleistungen ablegt. Auf Antrag des Trainerkandidaten beim jeweiligen Ausbildungsleiter kann einer Verlängerung des Prüfungszeitraumes zugestimmt werden. Hierfür sind besondere Gründe erforderlich und reichen von einem Aufschub von drei Monaten (z.B. hohe berufliche Belastung) bis zu einem Jahr (schwere Krankheit). Erfolgt seitens des Trainerkandidaten kein Antrag und die o.g. zwei Jahre sind verstrichen, muss der gesamte Ausbildungslehrgang wiederholt werden (inkl. aller anfallenden Kosten und Gebühren).

2.3 Fortbildungen im Leistungssport

Mit dem Erwerb einer Lizenz ist der Ausbildungsprozess nicht abgeschlossen. Die notwendige zeitliche wie inhaltliche Begrenzung der jeweiligen Ausbildungsgänge macht eine regelmäßige Fort- und Weiterbildung notwendig (DSB, 2005).

Daher bieten der DLV und seine Landesverbände verschiedene Fortbildungsmöglichkeiten für die unterschiedlichen Lizenzstufen an, deren Ziele es sind:

- ▲ Ergänzung und Vertiefung der bisher vermittelten Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten,
- ▲ Aktualisierung des Informationsstandes und der Qualifikation,
- ▲ Erkennen und Berücksichtigen von Weiterentwicklungen des Sports, sowie
- ▲ Erweiterung der Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten zu einem weiteren eigenständigen Profil im Rahmen der bestehenden Ausbildungsgänge.

Ein Fortbildungsangebot kann u.U. für verschiedene Zielgruppen ausgelegt werden (z.B. für C- und Trainer-B Leistungssport) und wird für eine Lizenzverlängerung anerkannt. Es ist jedoch nicht möglich,

dass eine reine Fortbildungsveranstaltung für Trainer-C Leistungssport zur Lizenzverlängerung für B- und Trainer-A Leistungssport Anerkennung findet. Gleiches gilt für eine Fortbildungsveranstaltung für Trainer-B Leistungssport und der Anerkennung einer Lizenzverlängerung für Trainer-A Leistungssport.

Die Landesverbände haben sich darauf verständigt, dass sie Fortbildungsmaßnahmen der anderen Landesverbände und des DLV für die jeweilige Lizenzstufe grundsätzlich anerkennen.

Weiterbildungsangebote im Ausland, bei Maßnahmen der Bundeskader oder bei externen Anbietern (z.B. medizinische Symposien, andere Sportverbände, Trainerakademie des DOSB in Köln, Studiengänge der Sportwissenschaft an Universitäten), die die Aufgabenfelder der jeweiligen Lizenzstufe abdecken, können vom jeweiligen Ausbildungsträger (Landesverband für C- und B-Lizenzen Leistungssport bzw. DLV für A-Lizenzen Leistungssport) anerkannt werden. Eine Abstimmung seitens des Teilnehmers mit dem Ausbildungsträger ist im Vorfeld zu empfehlen.

Fortbildungsangebote des Breitensports können nur nach vorheriger Beantragung und Prüfung ggf. für die Verlängerung von Leistungssportlizenzen anerkannt werden. Weiterbildungsangebote von kommerziellen Anbietern werden grundsätzlich nicht anerkannt.

2.4 Umfänge von Fortbildungen zur Lizenzverlängerung im Leistungssport

Der DLV bzw. die Landesverbände führen als Ausbildungsanbieter regelmäßig Fortbildungsangebote durch. Bei der Zulassung zu den Fortbildungen ist der Nachweis einer Übungsleitertätigkeit oder vergleichbaren Tätigkeit zu erbringen. Alle Lizenzverlängerungen beziehen sich immer auf das Kalenderjahr.

Der Erwerb einer höheren Lizenzstufe verlängert automatisch die Gültigkeitsdauer der niedrigeren Lizenzstufe mit. Dies gilt nur für die Lizenzstufen C, B und A (DSB, 2005).

Tab. 2. *Mindestanforderungen an Lerneinheiten (LE) in der leistungssportlichen Trainerfortbildung (nach DSB, 2005).*

Lizenzstufe	Trainer-C GLT & KiLa Leistungssport	Trainer-B Leistungssport	Trainer-A Leistungssport
Mindestanforderungen an Lerneinheiten	15	15	15
Gültigkeitsdauer	4 Jahre	4 Jahre	2 Jahre

Eine Ansammlung von Fortbildungs-LE zur Lizenzverlängerung ist nicht zulässig. Besucht ein Trainer eine Fortbildungsveranstaltung mehr als 12 Monate vor Ablauf seiner Lizenz, kann diese maximal um ein Jahr verlängert werden. Besucht er eine Fortbildungsveranstaltung mehr als 24 Monate vor Ablauf seiner Lizenz, wird keine Verlängerung gewährt.

2.5 Verfahren bei ungültig gewordenen Lizenzen

Wird die Fortbildung aus eigener Schuld versäumt, verfällt die Lizenz. Sie kann wieder beim Nachweis der Teilnahme an entsprechenden Fortbildungsveranstaltungen aufleben. Die Gültigkeitsdauer wird vom Jahresende des Jahres gerechnet, in dem die Fortbildung wahrgenommen worden ist.

Für die Verlängerung ungültig gewordener C-Lizenzen Leistungssport hat der DOSB eindeutige Empfehlungen ausgesprochen, die der DLV als geltend übernimmt:

Tab. 3. Verfahren bei ungültig gewordenen C-Lizenzen GLT & KiLa Leistungssport (nach DSB, 2005).

Fortbildung nach Ablauf der Gültigkeit:	im 1. Jahr	im 2. und 3. Jahr	im 4. und 5. Jahr	länger als 5 Jahre
Mindestanforderungen an Lerneinheiten	15	30	45	komplette Neuausbildung notwendig
Gültigkeitsdauer	3 Jahre	4 Jahre	4 Jahre	

Für die Verlängerung ungültig gewordener B- und A-Lizenzen (jeweils Leistungssport) ist der Deutsche Leichtathletik-Verband angehalten eigene Regelungen zu treffen (DSB, 2005). Diese Regelungen orientieren sich an den Vorgaben des DOSB für die C-Lizenz:

Tab. 4. Verfahren bei ungültig gewordenen B-Lizenzen Leistungssport.

Fortbildung nach Ablauf der Gültigkeit:	im 1. Jahr	im 2. und 3. Jahr	im 4. und 5. Jahr	länger als 5 Jahre
Mindestanforderungen an Lerneinheiten	15	30	45	komplette Neuausbildung notwendig
Gültigkeitsdauer	2 Jahre	3 Jahre	3 Jahre	

Tab. 5. Verfahren bei ungültig gewordenen A-Lizenzen Leistungssport.

Fortbildung nach Ablauf der Gültigkeit:	im 1. Jahr	im 2. und 3. Jahr	im 4. und 5. Jahr	länger als 5 Jahre
Mindestanforderungen an Lerneinheiten	15	30	45	komplette Neuausbildung notwendig
Gültigkeitsdauer	1 Jahr	1 Jahr	1 Jahr	

2.6 Lizenzentzug

Den Lizenzentzug regelt § 7 der Lehrordnung des Deutschen Leichtathletik-Verbandes.

2.7 Referentenqualifikationen

Der Deutsche Leichtathletik-Verband ist seit jeher bemüht, hochkarätige Referenten für seine Aus- und Fortbildungsangebote zu engagieren. Seit der Potential Analyse der PotAs-Kommission im Frühjahr/Sommer 2019 wurden erstmals verbindliche Qualifikationskriterien für Referenten im Attribut 9.2.3 für die verschiedenen Ausbildungsstufen gefordert (PotAs, 2019).

Diese Forderungen seitens PotAs sind für den DLV bindend und werden gleichzeitig dahingehend erweitert, dass diese Maßstäbe ebenso für die Fortbildungen gelten.

Tab. 6. Anforderungen an Referenten in der Trainerausbildung und –fortbildung (nach PotAs, 2019).

Lizenzstufe	Trainer-C Leistungssport	Trainer-B Leistungssport	Trainer-A Leistungssport
Qualifikationen der Referenten	<ul style="list-style-type: none"> - mindestens Trainer-B Leistungssportlizenz - Erfahrungen in der Betreuung von Landeskaderathleten - Wissenschaftler mit Universitätsabschluss 	<ul style="list-style-type: none"> - mindestens Trainer-A Leistungssportlizenz - Erfahrungen in der Betreuung von Landeskaderathleten - Wissenschaftler mit Universitätsabschluss 	<ul style="list-style-type: none"> - DOSB-Diplom-Trainer - Trainer-A Leistungssportlizenz mit DOSB-Ausbilderzertifikat - DLV Bundes-, Nachwuchslandes-, Stützpunkt- oder Disziplintrainer - wissenschaftlicher oder internationaler Experte

Für die Auswahl von Referenten in der sportartspezifischen Ausbildung des DOSB-Diplom-Trainers ist der DLV-Koordinator für die Diplom-Trainerausbildung in enger Abstimmung mit der Trainerakademie Köln verantwortlich.

2.8 Delegierungen an die Landesverbände

Die Vielfaltigkeit der Ausbildungswege und der damit verbundenen Fortbildungsangebote sowie die unterschiedlichen Zuständigkeiten für den Nachwuchs- bzw. Hochleistungssport spiegeln sich in der Umsetzung der Trainerausbildungen wider. In der Lehrordnung des DLV ist dies unter §1, Abs. 1.2 wie folgt geregelt:

„Die Aus- und Fortbildung für die Lizenzen unter Nummer 1.1.1 bis 1.1.4 [Anm.d.R.: 1.1.1 Übungsleiter–B „Sport in der Prävention“; 1.1.2 Trainer–C Breitensport; 1.1.3 Trainer–C Leistungssport (Grundlagentraining & Kinderleichtathletik); 1.1.4 Trainer–B Leistungssport] fällt in die Zuständigkeit der LV, die für Nummer 1.1.5 [Anm.d.R.: 1.1.5 Trainer–A Leistungssport] in die Zuständigkeit des DLV. Der DLV ist Träger aller Ausbildungsstufen. Er hat zudem die Richtlinienkompetenz für alle Lizenzstufen inne.“ (DLV, 2021, S. 1)

Damit verbunden sind die Verpflichtungen regelmäßiger Angebote zu Fortbildungen, sowie die Lizenzverwaltung (vgl. 2.3). Bei Bedarf kann der DLV die Landesverbände im Ausbildungsgang des Trainer-B Leistungssport durch zentrale Ausbildungslehrgänge unterstützen.

Regionale Zielvereinbarungen des DLV mit seinen Landesverbänden

In den Regionalen Zielvereinbarungsgesprächen zwischen DLV, Landesverbänden, DOSB, Olympiastützpunkten und den Ländern wurden Vereinbarungen zur leistungssportlichen und strukturellen Entwicklung und Zusammenarbeit getroffen. Diese Regionalen Zielvereinbarungen basieren auf Vorgaben des Bundesministeriums des Innern, für Bau und Heimat (BMI). Ergänzend zu der o.g. Richtlinienkompetenz des DLV besagen die Regionalen Zielvereinbarungen vom Herbst 2019 folgendes:

„Die DLV-Ausbildungskonzeptionen für die Qualifizierung des Leistungssportpersonals in der C-/B-/Trainer-A-Ausbildung formal basierend auf den Richtlinien des DOSB und inhaltlich basierend auf den DLV-Rahmentrainingskonzeptionen werden im Leichtathletik-Verband „Name des LVs“ umgesetzt. [...]“ (DOSB, 2019, S. 12)

Die Bedeutung der Rahmentrainingskonzeptionen als Basis des leistungssportlichen Trainings wird nochmal explizit verdeutlicht:

„Die DLV-Rahmentrainingskonzeptionen werden als Grundlage für die Gestaltung der Trainings- und Wettkampfprozesse im Leichtathletik-Verband „Name des LVs“ umgesetzt. [...]“ (DOSB, 2019, S. 14)

Einbindung der LVs in Findungs- und Entwicklungsprozesse

Ergänzend zu den formalen Vorgaben seitens der DLV-Ordnungen, des DOSB, PotAS oder des BMI verpflichtet sich der DLV in Findungs- und Entwicklungsprozesse der Lehre Vertreter der Landesverbände einzubeziehen. Diese Vertreter können sowohl haupt-, als auch ehrenamtliche Mitarbeiter sein und haben ihr Kerngeschäft in der Lehre. Die Landesverbände sind in Gänze in der Versammlung der Landeslehrwarte/-lehrreferenten vertreten.

Tab. 7. Zuständigkeiten bei Traineraus- und -fortbildungen.

	Träger der Ausbildungslehrgänge	Umsetzung der Ausbildungslehrgänge	Umsetzung der Fortbildungsangebote	Lizenzverwaltung
Trainer-C Leistungssport	Deutscher Leichtathletik-Verband	Landesverband	Landesverband	Landesverband
Trainer-B Leistungssport	Deutscher Leichtathletik-Verband	Landesverband (Deutscher Leichtathletik-Verband)	Landesverband (ggf. DLV bei Trainer-A-Fortbildungen)	Landesverband
Trainer-A Leistungssport	Deutscher Leichtathletik-Verband	Deutscher Leichtathletik-Verband	Deutscher Leichtathletik-Verband	Deutscher Leichtathletik-Verband

3 Trainer sein = lebenslanges Lernen

Lebenslanges Lernen ist eine Form der selbst angeregten Bildung, die auf die persönliche Entwicklung ausgerichtet ist. Da dies kein standardisierter Begriff ist, geht man hierbei vermehrt vom Aneignen neuer Erkenntnisse außerhalb der formalen Bildungseinrichtungen aus (Hietala, 2019). Dabei beinhaltet die Bereitschaft zu lebenslangem Lernen grundsätzlich eine Freiwilligkeit, die auf formale oder informelle Bildung hinauslaufen kann. So sollte jeder Trainer, gleich welcher Lizenz bzw. Könnensstufe oder Alters die intrinsische Motivation für lebenslanges Lernen mit folgenden Merkmalen aufbringen (AK DQR, 2011):

- ▲ Die Bereitschaft sich weiterzuentwickeln erfolgt freiwillig.
- ▲ Der Trainer, der sich weiterbilden möchte, ist selbstmotiviert oder selbstgesteuert.
- ▲ Der Trainer bildet sich neben den formalen Weiterbildungsangeboten der Verbände auch im Selbststudium weiter.
- ▲ Die Motivation greift auf persönliches Interesse oder auf die persönliche Entwicklung bzw. Entwicklung der anvertrauten Athleten zurück.

Der Deutsche Leichtathletik-Verband unterstützt daher mit Fortbildungsangeboten für die verschiedensten Lizenzstufen das lebenslange Lernen. Gleichzeitig unterstützt der DLV interessierte Trainer mit Fachliteratur und –artikeln in verschiedenen Medien, die sich für das Selbststudium eignen. Der DLV möchte so den Antrieb erfolgreicher Vereinstrainer, die sich stetig weiterentwickeln möchten, unterstützen.

4 Handlungskompetenzen von Trainern

Trainer und Übungsleiter können im weiten Verständnis als Lehrende oder Ausbilder bezeichnet werden, da ihr Handeln auf die Entwicklung motorischer und psychosozialer Handlungsfähigkeiten der Sportler abzielen (Sygusch et al., 2013). Aufgabe in der Trainerausbildung ist es nun, von der Vermittlung an Wissen zu einer Fähigkeit der Teilnehmer zu kommen, dieses Wissen anzuwenden zu können – und das bei unterschiedlichsten Situationen des Alltags, also ein Erlangen von Handlungskompetenzen. Kompetenzen sind nichts anderes als Problemlösungen in variablen Situationen nutzen zu können (Weinert, 2001).

Angepasst an die Rahmenrichtlinien für Qualifizierung des DOSB ergeben sich folgende Handlungskompetenzen für Trainer (DSB, 2005):

- ▲ Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz (Sozialkompetenz)
- ▲ Fachkompetenz (Fachwissen und Können)
- ▲ Methoden- und Vermittlungskompetenz
- ▲ Strategische Kompetenz

Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz

Die persönliche und sozialkommunikative Kompetenz kann zusammengefasst auch als Sozialkompetenz bezeichnet werden. Sie umfasst Fähigkeiten und Fertigkeiten eines Trainers im Umgang mit anderen Menschen oder Gruppen. Sie ist angepasst an Situationen und beinhaltet ein pädagogisch richtiges Verhalten, welches besonders bei Konfliktlösungen von Bedeutung wird.

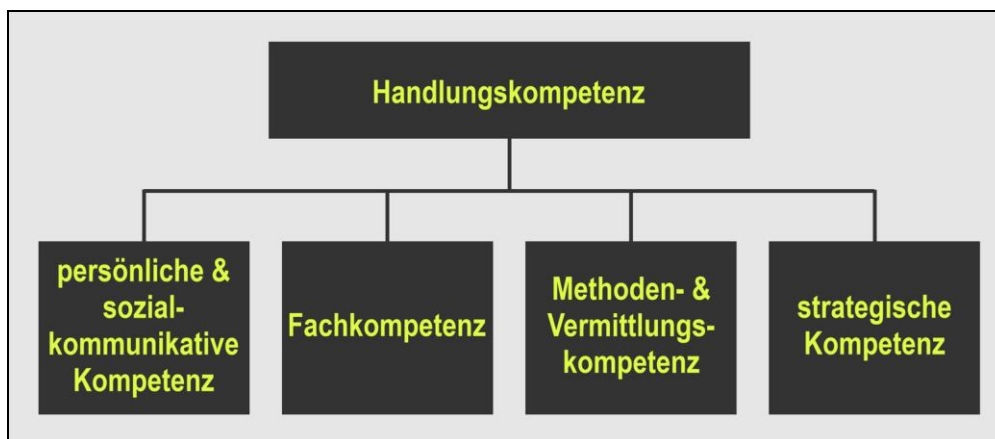


Abb. 1. Struktur der Kompetenzen (nach Sygusch et al., 2013).

Fachkompetenz (Fachwissen und Können)

Die Fachkompetenz beinhaltet sportfachliches Wissen und Können, welche für die Ausübung der Sportangebote durch einen Trainer unablässig sind. Der Trainer ist damit in der Lage, Trainings zu planen, durchzuführen und auszuwerten.

Methoden- und Vermittlungskompetenz

Die Methoden- und Vermittlungskompetenz beinhaltet Kenntnisse und Fähigkeiten über Methoden und Verfahren zur Vermittlung von Fachkompetenzen und Persönlichkeits- und Sozialkompetenzen. Gleichzeitig beinhaltet sie die Führung, Organisation und Verwaltung von Vereinen oder Verbänden.

Strategische Kompetenz

Die strategische Kompetenz beinhaltet für den Trainer ein netzwerkorientiertes Denken und Handeln. Der Trainer kann so erweiterte Rahmenbedingungen bei Bedarf mit Dritten eröffnen und gestalten.

Ableitend aus den Bedürfnissen an Handlungskompetenzen von Trainern können den Anforderungen Wissensgebiete zugeordnet werden, die in die Trainerausbildung grundsätzlich einfließen müssen.

Tab. 8. Zuordnung der Wissensgebiete zu den Handlungskompetenzen von Trainern.

Handlungskompetenz	Wissensgebiete
persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Pädagogik (PÄD) Psychologie (PSY) Soziologie (SOZ)
Fachkompetenz	Bewegungslehre (BEW) Trainingslehre (ATL) Medizin (MED)
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Pädagogik (PÄD)
strategische Kompetenz	Management (MAN)

Eine Ausdifferenzierung der o.g. Wissensgebiete in unterschiedliche Wissensbereiche, sowie deren inhaltliche Komplexität und Bedeutungen, richtet sich nach dem Athletenklientel und den Anforderungen derer.

5 DLV-Ausbildungsmatrix

Wie bereits im vorherigen Kapitel beschrieben, teilen sich die Handlungskompetenzen von Trainern in folgende Bereiche auf (DSB, 2005):

- ▲ Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz (Sozialkompetenz)
- ▲ Fachkompetenz (Fachwissen und Können)
- ▲ Methoden- und Vermittlungskompetenz
- ▲ Strategische Kompetenz

Um in der Trainerausbildung die Lerninhalte so zu gestalten, dass sie die Trainer auf den Alltag optimal vorbereiten, ist eine verstärkte Orientierung am Lernenden und weniger eine Orientierung an zu vermittelnden Lerninhalten notwendig. Ziel ist der angestrebte Lerngewinn (Sygusch et al., 2020a). Hieran schließt sich das DOSB-Kompetenzmodell und dessen vier Schritte zur kompetenzorientierten Qualitätsentwicklung von Trainern an (nach Sygusch et al., 2020a):

- ▲ Die Auswahl von realen Anforderungssituationen
- ▲ die Entwicklung kompetenzorientierter Lernziele
- ▲ darauf abgestimmte Lernaufgaben
- ▲ Prüfungs- bzw. Leistungsaufgaben, die der Arbeit entsprechen

Reale Anforderungssituationen

Den Anspruch eines fachspezifischen Kompetenzmodells versucht der DLV zu erfüllen, indem reale Anforderungssituationen des Trainings und Wettkampfes und der trainingswissenschaftliche Kenntnisstand des Übungsleiters/Trainers als Basis des Handelns und Lernens verstanden wird. Aus diesen verschiedenen Anforderungssituationen leiten sich die Wissensbereiche ab. Diese müssen dann in den Ausbildungslehrgängen thematisiert werden unter der Berücksichtigung der unterschiedlichen Anforderungen für C-, B-, A- bzw. Diplom-Trainer. Es lassen sich vier übergreifende Anforderungssituationen, unabhängig von der Lizenzstufe, festhalten, die für alle Trainer/Übungsleiter gelten (nach Sygusch et al., 2020a):

- ▲ Gestalten von Lern- und Trainingsprozessen (inkl. Planung, Umsetzung und Auswertung)
- ▲ Coaching im und um den Wettkampf
- ▲ Analyse der Athletenfähigkeiten
- ▲ Interaktion mit Sportlern

Lernziele

Die Basis aller Lehrinhalte der Ausbildungsgänge sollte eine Zielkonkretisierung sein, über welche Kompetenzen Trainer/Übungsleiter verfügen sollten. Dies erfolgt unter Berücksichtigung der realen Anforderungssituationen und der Priorisierung und Fokussierung auf angestrebte Ziele in der Ausbildung und weniger auf Inhalte der Ausbildung. In die Auswahl von konkreten Lernzielen fließen drei Dimensionen ein (nach Sygusch et al., 2020a):

- ▲ Inhaltsdimension (Auswahl von Ausbildungsinhalten zum Wissenserwerb und –nutzung)
- ▲ Prozessdimension (Aktivitätsschritte zum Wissenserwerb und –nutzung)
- ▲ Anforderungsdimension (Niveaustufen der Lernziele zum Wissenserwerb und –nutzung)

Innerhalb eines Lernprozesses durchlaufen Teilnehmer verschiedene Stufen des Wissenserwerbs und der Wissensnutzung (Prozessdimension) (Sygusch et al., 2020a). Jeder Teilnehmer bringt ein individuelles Vorwissen mit, welches es zu aktivieren gilt. Im Lehrgang selbst wird neues Wissen vermittelt, welches der Teilnehmer erwerben soll. Dieses Gesamtpaket aus Vorwissen und neuem Wissen sollte nun angewendet werden können (planen, umsetzen, auswerten). Hierfür eignen sich in der leichtathletischen Ausbildung praktische Technikeinheiten sowie Kleingruppenübungen zur Trainingsplanung oder –auswertung. Im letzten Schritt schafft der Trainer/Übungsleiter neues Wissen, basierend auf dem erworbenen Wissen in bisher unbekanntem Anforderungssituationen.

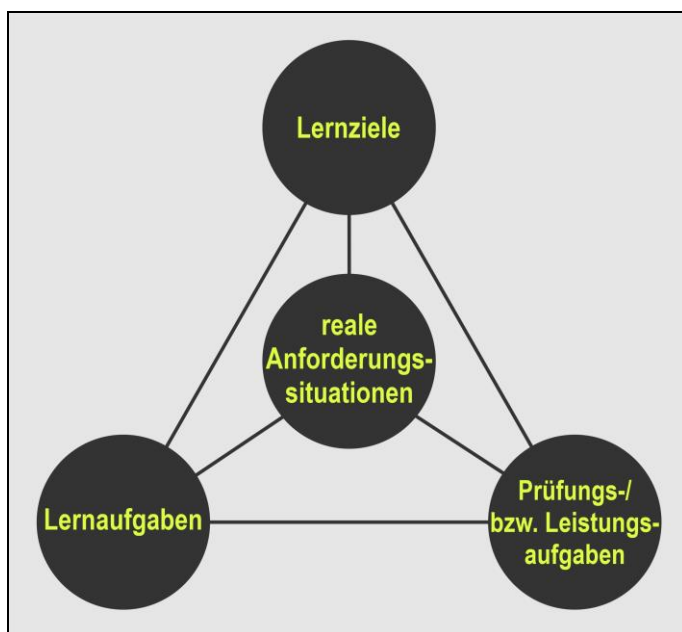


Abb. 2. DOSB-Kompetenzmodell (nach Sygusch et al., 2020a).

Lernaufgaben

Das DOSB-Kompetenzmodell definiert Lernaufgaben als Angebote an angehende Trainer, neues Wissen zu erkunden, es einzuordnen und anzuwenden. Im Sinn der Lernzielkultur bedeutet dies:

- ▲ Vorwissen aktivieren,
- ▲ neues Wissen erwerben,
- ▲ Wissen nutzen sowie
- ▲ neues Wissen erschaffen. (Sygusch et al., 2020b)

Lernaufgaben sollten durch den Referenten so gewählt werden, dass sie eine eigenständige Auseinandersetzung mit der Anforderung auslösen und gleichzeitig einen direkten Bezug zum Trainings- und Wettkampfalltag aufweisen (Sygusch et al., 2020b). Dies betrifft in der leichtathletischen Trainerausbildung vor allem die blockspezifische Ausbildung in Kleingruppen.

Prüfungs- bzw. Leistungsaufgaben

In den Prüfungen geht es um Leistungs- und Kompetenznachweise. So muss im gesamten Prüfungskontext ein ausgewogenes Verhältnis zwischen dem Abfragen von Wissen und Können stattfinden (nach Sygusch et al., 2020b). Entsprechend lassen sich so Prüfungsaufgaben unterteilen:

Tab. 9. Möglichkeiten zu Prüfungsaufgaben und –verfahren.

Prüfungsaufgaben und –verfahren zur Wissensabfrage	Prüfungsaufgaben und –verfahren zur Könnensabfrage
schriftliche Tests (Theorieinhalt; allgemeine und disziplinblockspezifische Fragen)	Trainingsplanung (Ausarbeitung schriftlich inkl. Verteidigung mündlich; auch in Gruppenarbeit möglich)
Mündliche Tests (Theorieinhalt; allgemeine und disziplinblockspezifische Fragen)	Trainingseinheit (praktische Demonstration mit bekannten oder unbekanntem Athleten)
Ausarbeitung einer Trainingseinheit (schriftlich; Verbindung herstellen aus theoretischen Grundlagen und der konkreten Anwendung)	
Hausarbeit (Dokumentation und Planung eines MAZ; schriftlich; Verbindung herstellen aus theoretischen Grundlagen und der konkreten Anwendung, sowie Analyse der eigenen Arbeit und Ableitungen für evtl. Anpassungen)	

Wie bereits in Kapitel 4 beschrieben, lassen sich den Trainerkompetenzen verschiedene Wissensgebiete zuordnen (vgl. Tabelle 8). Eine weitere Aufschlüsselung in Wissensbereiche und eine genaue Definition der Inhalte aus den Bereichen ist notwendig, um den Referenten für ihre Unterrichtseinheiten Lerninhalte zuweisen zu können. So lässt sich vermeiden, dass Inhalte vergessen werden oder es zu Redundanzen kommt.

Tab. 10. Zuordnung der Inhalte zu den Wissensbereichen für die persönliche & sozialkommunikative Kompetenz.

Wissensbereich	Wissensgebiet	Inhalte
Bildung	Pädagogik	Erziehung und Bildung des Athleten Lernen und Führen von Athleten/Gruppen Trainerrolle; Trainer als zentrale Figur
Bewegungswelten	Soziologie	Kultur; kulturelle Besonderheiten Umfeld; Lebenswelt Einfluss von außen Eltern und Partner
Konfliktmanagement	Soziologie	Ursachen von Konflikten Klärung von Konflikten Trainerrolle in Konflikten Doppelbelastungen Sport/Schule oder Beruf
Kommunikation	Psychologie	Führung von Athleten Sender und Empfänger Innere Wahrnehmung und äußeres Bild
Motivation	Psychologie	Leistungsmotive Ergebnismotivation Erfolg und Misserfolg Stress
Belastung	Psychologie	Psychische Belastungen Psychische Ermüdung Bewältigungsstrategien

Tab. 11. Zuordnung der Inhalte zu den Wissensbereichen für die Fachkompetenz.

Wissensbereich	Wissensgebiet	Inhalte
Sportmotorik	Bewegungslehre	Bewegungskoordination Motorisches Lernen Koordination Technik
Biomechanik	Bewegungslehre	Kinematik Dynamik Messmethoden Ableitungen
Leistung	Trainingslehre	Leistungsfähigkeit Leistungsvoraussetzungen Leistungsfaktoren Bezüge und Zusammenhänge
Adaptation	Trainingslehre	Belastungssteuerung Energetische Anpassungsprozesse Informationelle Anpassungsprozesse
Ausbildung	Trainingslehre	Technisch-koordinativ Konditionell-energetisch Strategisch-taktisch
Planung & Steuerung	Trainingslehre	Zyklisierung Periodisierung Analyse Dokumentation Zielformulierung
Talent	Trainingslehre	Sichtung Erkennung Förderung Langfristiger Leistungsaufbau
Wettkampflehre	Trainingslehre	Funktion Leistungsaufbau
Diagnostik	Trainingslehre	Leistungsdiagnostik Auswertung Umsetzung
Anatomie	Medizin	Gelenke Muskeln Sehnen Funktionen
Physiologie	Medizin	Stoffwechsel Energiebereitstellung Kreislauf Neurophysiologie

Tab. 12. Zuordnung der Inhalte zu den Wissensbereichen für die Methoden- und Vermittlungskompetenz.

Wissensbereich	Wissensgebiet	Inhalte
Didaktik	Pädagogik	Vermittlungskompetenz Modelle; Hilfsmittel Kommunikation Coaching

Tab. 13. Zuordnung der Inhalte zu den Wissensbereichen für die strategische Kompetenz.

Wissensbereich	Wissensgebiet	Inhalte
Netzwerk	Management	Trainerkollegen; Landes-/Bundestrainer Kompetenzteam Sportanlagen Kommunen Trainingswissenschaftler

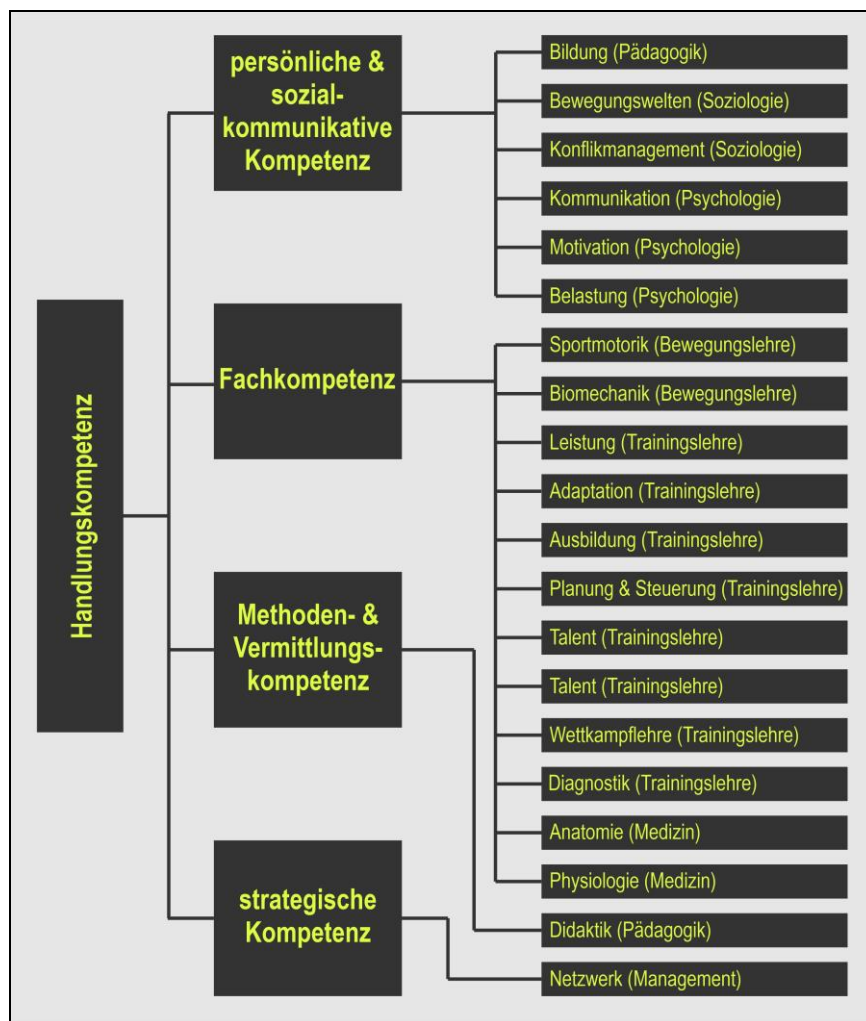


Abb. 3. Aufschlüsselung der Wissensbereiche nach Trainerkompetenzen.

Nachfolgend werden den Wissensbereichen für die jeweiligen Ausbildungsgänge Kompetenzen zugeordnet, die der jeweiligen Trainer beachten und beherrschen muss. Diese Kompetenzen richten sich nach den folgenden vier Aufgabenschwerpunkten für Trainer:

- ▲ Technisch/koordinatives Training
- ▲ Konditionelles Training
- ▲ Trainingsplanung (inkl. Trainings- und Wettkampfanalyse)
- ▲ Wettkampfbetreuung/Coaching

Die detaillierte Aufschlüsselung der Kompetenzanforderungen für die o.g. Aufgabenschwerpunkte und für alle Lizenzen sind in Anhang 1 aufgeführt.

6 Vermittlungs- und Unterrichtsmethoden

Lehren bedeutet im Sport die Vermittlung von Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnissen an Erwachsene oder ältere Jugendliche, damit sie daraus Kompetenzen entwickeln können. Daraus leiten sich Forderungen für den Vermittlungsprozess ab, an denen Referenten ihre didaktisch-methodische Vorgehensweise orientieren müssen.

Formen des Lernens

Jeder Mensch lernt entsprechend seinen individuellen Dispositionen. Es werden vier Lerntypen unterschieden (nach Kolb, 1985):

- ▲ Der Divergierer/Entdecker
Bevorzugt konkrete Erfahrung und reflektiertes Beobachten. Seine Stärken liegen in der Vorstellungsfähigkeit. Er betrachtet konkrete Situationen aus verschiedenen Perspektiven und ist an Menschen interessiert.
- ▲ Der Assimilierer/Denker
Bevorzugt reflektiertes Beobachten und abstrakte Begriffsbildung. Seine Stärken liegen in der Erzeugung von theoretischen Modellen. Er tendiert gerne zu induktiven Schlussfolgerungen und befasst sich lieber mit Dingen oder Theorien als mit Personen. Er integriert einzelne Fakten zu Begriffen und Konzepten.
- ▲ Der Konvergierer/Entscheider
Bevorzugt abstrakte Begriffsbildung und aktives Experimentieren. Seine Stärken liegen in der Ausführung von Ideen. Er neigt zu hypothetisch-deduktiven Schlussfolgerungen und befasst sich lieber mit Dingen oder Theorien (die sie gern überprüfen) als mit Personen.
- ▲ Der Akkommodierer/Praktiker
Bevorzugt aktives Experimentieren und konkrete Erfahrung. Die Stärken liegen in der Ausgestaltung von Aktivitäten. Er tendiert zu intuitiven Problemlösungen durch Versuch und Irrtum und befasst sich lieber mit Personen als mit Dingen oder Theorien. Er verlässt sich mehr auf einzelne Fakten als auf Theorien.

Lernphasen

Der Lernende benötigt, um angebotene Lerninhalte angemessen verarbeiten zu können, Phasen, in denen er Wissen aufnimmt, und solche, in denen er Wissensstoff aktiv verarbeitet. Um diese beiden unterschiedlichen Tätigkeiten anzusprechen, muss der Lernprozess unterteilt werden in

- ▲ rezeptive (aufnehmende) und
- ▲ expressive (anwendende) Phasen.

Dabei muss beachtet werden und ist für den Referenten und die Wahl seiner didaktischen Mittel entscheidend für die Vermittlung seines Wissens, dass der Antrieb zum Lernen des Teilnehmers verschiedenen Schwankungen unterliegt, die mit der Bewältigung neuer Aufgaben einhergehen. Hierbei ist zu unterscheiden zwischen (nach Roth, 1963):

1. Stufe der Motivation
2. Stufe der Schwierigkeiten
3. Stufe der Lösungen
4. Stufe des Tuns und Ausführens

5. Stufe des Behaltens und Einübens
6. Stufe des Bereitstellens, der Übertragung und der Integration des Gelernten

Teilnehmerorientierte Methoden der Erwachsenenbildung

Die Bildungsangebote im Sport sprechen im Wesentlichen Erwachsene, in geringerem Umfang ältere Jugendliche an. Daran müssen sich auch die Lehrmethoden orientieren. In der Erwachsenenbildung haben sich als erfolgreich erwiesen (nach Bönsch, 2002):

- ▲ Vorträge (inkl. sachgerechtem Medieneinsatz)
- ▲ Einzelarbeit (als Stillarbeit)
- ▲ Partner- oder Gruppenarbeit
- ▲ Lehrdemonstrationen (praktisch) mit kombiniertem Erfahrungsaustausch zwischen Referent und Teilnehmern

Ein Wechsel der Methoden innerhalb einer Lehrstunde wird empfohlen um eine Monotonie zu vermeiden. Auswertungen der führenden Länder der verschiedenen Pisa-Studien (China, Singapur, Japan, Taiwan, Finnland) haben ergeben, dass trotz gelegentlicher Problemstellungen im Unterricht, die die Kinder alleine bearbeiten mussten, der Lehrer im Unterricht eine dominante Rolle einnimmt (Dollase, 2004).

Dozentenverhalten

Da in der verbandlichen Lehrarbeit die Motivation der Teilnehmer, sich Wissen anzueignen, nicht selten verbunden ist mit der Notwendigkeit, einen Teil des Jahresurlaubs zu nehmen, ist es von großer Bedeutung, dass der Referent es schafft, neben der leichtathletischen Kompetenzvermittlung die Teilnehmer zu begeistern. Der Referent sollte daher folgende Aspekte versuchen umzusetzen (nach Lehnert, 1997):

1. Verständlichkeit
freie Rede, Ordnung, Gliederung, Prägnanz, Authentizität
2. Motivation
freigebend/kontrolliert, geistreich, energievoll, streitbar
3. Teilnehmerbezug
Empathie, Zielgruppenorientierung
4. Stärkung des Lernverhaltens
wertschätzend, sachlich, bekräftigend, humorvoll

6.1 Präsenzphasen

Im Zeitalter des digitalen Lernens stehen in der Aus- und Fortbildung Methoden wie E-Learning, Blended-Learning und virtuelle Klassenräume hoch im Kurs. Fachwissen kann so beispielsweise kostensparend und mit individuellem Lerntempo vermittelt werden. Etwas auf der Strecke bleiben jedoch bei dieser Art des Lehrens die didaktischen und methodischen Ansätze, das Wissen (z.B. die leichtathletischen Techniken) so zu vermitteln, dass der Zuhörer (der Teilnehmer der Trainerausbildung) diese an eine Dritte Person (den Athleten) auf verschiedene Arten weitergeben kann (nach Kück, 2014). Die Interaktion zwischen Trainer und Athleten ist daher als analog zu bezeichnen.

Im Unterricht steht die soziale Interaktion zwischen Lernenden und Lehrenden im Mittelpunkt. Das Verhältnis zwischen Lehrenden und Lernenden ist entscheidend für den Lernerfolg (Hattie, 2017). Der Unterricht, bzw. die Präsenzphasen, sind also von zentraler Bedeutung für den Lernprozess.

Präsenzphasen bringen folgende Vorteile mit sich (nach Steffens & Reiss, 2009):

- ▲ Hohe Akzeptanz
- ▲ Gegenseitiger Austausch
- ▲ Fragerunden
- ▲ Miteinbeziehung der Sinne
- ▲ Soziale Interaktion
- ▲ Demonstration in der Praxis
- ▲ Methodenlehren

6.2 DLV-Online-Akademie

Die DLV-Online-Akademie ist die Online-Ausbildungsplattform des Deutschen Leichtathletik-Verbands. Hier erhalten zukünftige Trainer Lehrinhalte in E-Learning-Modulen und Informationen rund um ihre Ausbildung. Für Absolventen von Trainerausbildungen bietet die DLV-Online-Akademie zudem verschiedene Weiterbildungsmöglichkeiten.

Die Teilnehmer der verschiedenen Kurse haben die Möglichkeit, sich in passwortgeschützten Bereichen fortzubilden und miteinander auszutauschen. Dafür stehen exklusive digitale Lehrmedien und Kommunikationsmöglichkeiten zur Verfügung. Der DLV setzt die Lerninhalte als E-Learning- bzw. Blended-Learning-Module ein.

6.2.1 E-Learning

In den E-Learning-Phasen steht das individuelle Lernen in Bezug auf Lerntempo, Zeit, Ort mit der Möglichkeit, eigene inhaltliche Schwerpunkte setzen zu können, im Mittelpunkt. Außerdem bieten digitale Medien die Möglichkeit, unterschiedliche Zugangsweisen (Text, Video, Bild) in den Lernprozess zu integrieren. Teilnehmer der Kurse können so für sich optimale Lernergebnisse erzielen. Es bieten sich für den Nutzer folgende Vorteile (nach Kück, 2014):

- ▲ Ortsunabhängig
- ▲ Zeitunabhängig
- ▲ Konsistenz & Struktur der Inhalte
- ▲ Kosteneinsparung (weniger Fahrtkosten, Übernachtungen)
- ▲ Verschiedene Darstellungsmöglichkeiten

Der DOSB gesteht den Ausbildungsträgern einen maximalen Anteil von 30 Lerneinheiten E-Learning in der ersten Lizenzstufe (Trainer-C) zu (DSB, 2005).

Evaluationen der zentralen Trainer-B-Ausbildung 2015 und Trainer-A-Ausbildung 2016/17 haben gezeigt, dass das Eingangsniveau der Teilnehmer zu Beginn der Ausbildung sehr unterschiedlich ist (Siegel, 2020). Mit der Zielstellung, mögliche Defizite im Idealfall ausgleichen zu können, hat der DLV

für die Online-Akademie u.a. die Einführung eines Grundkurses (angelehnt an die Rahmentrainingskonzeption Jugendleichtathletik Basics) initiiert.

6.2.2 Blended-Learning

Direkt übersetzt heißt es „vermisches Lernen“ und bedeutet, dass zwei Lernformen (Präsenzunterricht und E-Learning) miteinander verknüpft werden (Kück, 2014). Die Integration einer Lernplattform wie der DLV-Online-Akademie in die Lehrveranstaltungen ermöglicht es, die E-Learning-Phasen durchzuführen und mit ihnen die Präsenzphasen sinnvoll zu ergänzen. Der Unterricht bietet den Raum sich auszutauschen, auf der Basis des in den E-Learning-Phasen Gelernten gemeinsam mit anderen weiterzuarbeiten, den Prozess zu reflektieren und Themen zu diskutieren. Kooperatives Arbeiten, Kommunikation sowie soziales Lernen sind pädagogische Werte, die die Planung der Unterrichtsmodule prägen (Steffens & Reiss, 2009). Es werden fünf Formen von Blended-Learning unterschieden (nach Kück, 2014):

- ▲ Das Flexmodell
Ausschließlich Online-Kurse, Kommunikation nur über Foren oder Chats
- ▲ Das Flipped Classroom-Konzept
Präsenzphasen in sehr kurzen Zeitabständen zum üben und vertiefen
- ▲ Das angereicherte virtuelle Modell
Virtueller Kurs, Präsenzphase nur am Anfang und Ende
- ▲ Das Rotationsmodell
Präsenz- und Onlineanteile in einem ausgewogenen Verhältnis
- ▲ Der selbstständige Blend
Lernende suchen sich einen thematischen Online-Kurs zu einem reinen Präsenzangebot

Der DLV hat in seinen Ausbildungslehrgängen gute Erfahrungen im Bereich des Rotationsmodelles gemacht und wird dies weiterverfolgen.

6.3 Web-Seminare

Bei den Web-Seminaren (oder auch Online-Seminare) handelt es sich um Vorträge, in denen ein Lerninhalt über das Internet verbreitet wird. Im Unterschied zum Webcast auf Abruf, bei dem die Information nur in einer Richtung übertragen wird, ist ein Web-Seminar interaktiv ausgelegt und ermöglicht beidseitige Kommunikation zwischen Vortragendem und Teilnehmern. Daher empfiehlt es sich einen Moderator und einen Referenten in die Gestaltung eines Web-Seminars einzubinden. Web-Seminare und MOOCs (Massive Open Online Courses) sind E-Learning-Formate, die sich in der Erwachsenenbildung in den letzten Jahren etabliert haben.

Der DLV nutzt auch diese Form des Lehrens seit 2019 in der Pre- und Zwischenphase von Präsenzblöcken in der Trainerausbildung. Perspektivisch soll das Angebot um Weiterbildungen ausgebaut werden. Es empfiehlt sich, die Anwendungsoberfläche externer Anbieter zu nutzen, die eine Chat- und Videofunktion besitzen.

7 Ausbildung Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport

Der Trainer-C Kinderleichtathletik - Leistungssport ist die Einstiegsstufe der leistungssportlichen Ausbildungswege für den Altersbereich der U12. Während im Breitensport Trainer viele Vereinsmitglieder ansprechen sollen, ist die Ausbildung im Leistungssport darauf ausgerichtet, Talente zu erkennen und zu fördern. Die Ausbildung zielt darauf ein Kinderleichtathletiktraining im Verein anzubieten. Die Zulassung zur Ausbildung regelt die DLV-Lehrordnung. Ergänzende Zulassungskriterien des jeweiligen Landesverbandes als Ausrichter der Ausbildung (z.B. erweitertes polizeiliches Führungszeugnis) sind zulässig.

7.1. Handlungsfelder

Die Tätigkeiten des Trainer-C Kinderleichtathletik - Leistungssport umfassen die Mitgliedergewinnung, die Förderung der kindlichen Entwicklung, die motorische Grundausbildung in der Leichtathletik auf der Basis kindgemäßer Übungs- und Trainingsangebote in der Leichtathletik auf der unteren Ebene, aber auch in zunehmenden Maße Aufgaben und Erziehung im Sinne von Bewegungsverhalten, Konsequenz und aktiver Freizeitgestaltung. Schwerpunkte der Arbeit sind die Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung von Übungs- und Trainingseinheiten in der Leichtathletik der 6 – 11-jährigen. Verbindliche Grundlage hierfür ist der Rahmentrainingsplan für die Kinderleichtathletik des DLV (DLV, 2018).

7.2 Ziele der Ausbildung

Aufbauend auf den bei den Teilnehmern bereits vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen wird durch die aufgeführten Lernziele eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt (nach DSB, 2005) (eine detaillierte Kompetenzaufschlüsselung ist in Anlage 1 dargestellt):

Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz

Der Trainer-C Kinderleichtathletik Leistungssport

- ▲ kann Gruppen führen, gruppendynamische Prozesse wahrnehmen und angemessen reagieren,
- ▲ kennt und berücksichtigt die Grundregeln der Kommunikation,
- ▲ kennt und berücksichtigt entwicklungsgemäße Besonderheiten speziell bei Kindern und Jugendlichen,
- ▲ kennt und berücksichtigt geschlechtsspezifische Bewegungs- und Sportinteressen,
- ▲ ist sich der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung von Kindern/Jugendlichen bewusst und handelt entsprechend den bildungspolitischen Zielen des DOSB und des DLV,
- ▲ kennt und beachtet den DLV-Ehrenkodex für Trainer.

Fachkompetenz

Der Trainer-C Kinderleichtathletik Leistungssport

- ▲ kennt Struktur, Funktion und Bedeutung der Leichtathletik als Leistungssport und setzt sie im Prozess der zielgruppenorientierten Mitgliedergewinnung auf Vereinsebene um,

- ▲ setzt den Rahmentrainingsplan „Kinderleichtathletik“ um,
- ▲ kennt die Bewegungsinhalte der Leichtathletik und die leichtathletischen Disziplinen in ihrer Grundstruktur und kennt kindgemäße Wettkampfformen hierzu,
- ▲ kennt die koordinativen und konditionellen Voraussetzungen für die Leichtathletik und kann sie in der Trainingsgestaltung berücksichtigen,
- ▲ kann Kindergruppen aufbauen, betreuen und fördern,
- ▲ kann Helfer, Trainerkollegen und Funktionsträger motivieren,
- ▲ besitzt Grundkenntnisse über aktuelle Wettkampffregeln, Sportgeräte und Sporteinrichtungen,
- ▲ schafft für die definierte Zielgruppe ein attraktives und motivierendes Sportangebot.

Methoden- und Vermittlungskompetenz

Der Trainer-C Kinderleichtathletik Leistungssport

- ▲ verfügt über pädagogisches Grundwissen zur Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Trainingseinheiten,
- ▲ verfügt über das Basisrüstzeug von Lehr-, Lern- und Trainingsmethoden im Bereich der Kinderleichtathletik,
- ▲ hat ein Lehr- und Lernverständnis, das den Kindern genügend Zeit zum Sammeln von Bewegungserfahrungen und Informationen, zum Umsetzen von Eigeninitiativen lässt
- ▲ beherrscht die Grundprinzipien für zielorientiertes und systematisches Lernen im Sport.

7.3 Umsetzung der Ausbildung

Die Ausbildung erfolgt durch einen Vorbereitungskurs und einen Hauptkurs. Der Vorbereitungskurs kann als E-Learningkurs innerhalb der DLV-Online-Akademie oder als Präsenzkurs erfolgen. Der Hauptkurs ist eine Präsenzveranstaltung (Theorie und Praxis). Zusätzlich muss der angehende Trainer-C einen Erste-Hilfe-Kurs (siehe Kap. 12.2), sowie die erfolgreiche Teilnahme an einem Kampfrichtergrundlehrgang nachweisen (spätestens zur Lizenzausstellung). Der Nachweis des o.g. Vorbereitungskurses hat spätestens zum ersten Präsenztermin des Hauptkurses zu erfolgen. Der Vorbereitungskurs (sowohl als E-Learningkurs, als auch als Präsenzkurs) wird mit 30 LE innerhalb der Ausbildung bewertet. Folgende Inhalte werden gelehrt:

7.3.1 E-Learning-Vorbereitungskurs

Tab. 14. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Trainingslehre.

Wissensbereich	Thema	LE
Planung & Steuerung (ATL) Theorie	Planung und Orga von Trainingseinheiten (RTP: Kapitel 7.2f) - Planungsfaktoren - Ungeplante Alltagssituationen - Stellschrauben des Trainers - Reflexion und Organisation - Aufwärmen und Ausklang - Exemplarische Planung	4
Talent (ATL) & Ausbildung (ATL) Theorie	Training als langfristig ausgelegter Ausbildungsprozess - Stufen der Ausbildung Aufgaben der Ausbildung	1
Ausbildung (ATL) Theorie	Kinderleichtathletik als umfassende Grundausbildung - Ziele der Ausbildung Grundlagengenerierung	1
Leistung (ATL) Theorie	Fähigkeiten und Fertigkeiten - Athletenkompetenzen in den Entwicklungsstufen der KiLA - Gewichtung der KiLA für das Grundlagentraining	1

Tab. 15. Inhaltsbereiche und Themen des Präsenz-Vorbereitungskurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil I.

Wissensbereich	Thema	LE
Bildung (PÄD) & Konfliktmanagement (SOZ) Theorie	Aufgaben des Nachwuchstrainers (RTP: Kapitel 9) - Leitung von Trainingsgruppen - Anti-Doping- und Anti-Drogen-Haltung - Gewaltprävention - Integration und Inklusion - Kinder stark machen	2
Bildung (PÄD) & Bewegungswelten (SOZ) Theorie	Umgang mit der Gruppe – Führung (RTP: Kapitel 9) - Führungsverhalten, Führungsstile: leiten, führen, betreuen und motivieren, Vorbildfunktion - Ehrenkodex und PSG - Organisation der Gruppe - Eltern, Umfeld	2
Bewegungswelten (PÄD) & Bildung (PÄD) Theorie	Lebenswelt der Kinder (RTP: Kapitel 1.1) - Gesellschaft und Soziales - Schulentwicklung - Bewegungsmangel	2

Tab. 16. Inhaltsbereiche und Themen des Präsenz-Vorbereitungskurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil II.

Wissensbereich	Thema	LE
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Anti-Doping und Dopingprävention – Trainer-C Kila <ul style="list-style-type: none"> - Was ist Doping? - Einblick in die Meinung von Trainern - Haltung und Sensibilisierung - Nahrungsergänzungsmittel im Alltag - Dopingfallen im Alltag Vertrauensperson Trainer: Schlüsselrolle in der Dopingprävention	4
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Prävention gegen sexualisierte Gewalt <ul style="list-style-type: none"> - Fallbeispiele – ist das sexualisierte Gewalt? - Unscharfe Situationen im Alltag und im Sport - Neutralisierung und deren Strategien - Definitionen sexualisierte Gewalt - Die Opfer von sexueller Gewalt - Die Täter und Täterinnen - Eine Risikoanalyse im Sport - Das Präventionskonzept des DLV - Interventionsleitfaden innerhalb des DLV 	6
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Diversity-Management <ul style="list-style-type: none"> - Ethnische Herkunft/Rassismus - Geschlecht - Religion/Weltanschauung - Sexuelle Identität - Behinderung & chronische Krankheiten - Alter 	4

Tab. 17. Inhaltsbereiche und Themen des Präsenz-Vorbereitungskurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Psychologie.

Wissensbereich	Thema	LE
Kommunikation (PSY) <i>Theorie</i>	Kommunikation im Sport <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsgefühl „inneres Bild“ - Betrachtung „äußeres Bild“ - Kommunikationsquadrat 	2

Tab. 18. Inhaltsbereiche und Themen des Präsenz-Vorbereitungskurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Management.

Wissensbereich	Thema	LE
Netzwerk (MAN) Theorie	Vereins- und Verbandsstrukturen <ul style="list-style-type: none"> - Sportverbände in Deutschland - Der DLV und seine Landesverbände - Vereinsstruktur - Lizenzwesen 	2
Netzwerk (MAN) Theorie	Aufsichtspflichten <ul style="list-style-type: none"> - Pflichten und Rechte des Trainers - Trainer vs. Übungsleiter - Haftung - Versicherungsfragen 	2
Netzwerk (MAN) Theorie	Verhalten bei Notfällen und medizinischen Problemen <ul style="list-style-type: none"> - Erste-Hilfe - Kooperationsarzt - Was darf ein Trainer und was nicht 	1

7.3.2 Prüfungsleistungen E-Learning-Vorbereitungskurs

Nach jeder Lektion hat der Teilnehmer verschiedene Kontrollfragen nach einem Multiple-Choice-Verfahren zu beantworten, die als Lernerfolgskontrollen zu den zuvor genannten Lerninhalten zu verstehen sind.

Hat der Teilnehmer alle Lektionen und Module erfolgreich absolviert, kann er an der Online-Prüfung „Trainer-C-Vorbereitungskurs“ teilnehmen. Für das Bestehen des Vorbereitungskurses hat der Teilnehmer maximal drei Versuche. Diese drei Versuche beinhalten alle möglichen Varianten des Nichtbestehens wie z.B. mangelhaftes Prüfungsergebnis, selbstständiger Abbruch der Prüfung oder versehentliches Auslösen einer Prüfung.

Die Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden.

Bei erfolgreichem Bestehen des Vorbereitungskurses bekommt der Teilnehmer ein automatisch generiertes Dokument, welches seine erfolgreiche Prüfung bestätigt und vor oder zur ersten Unterrichtseinheit des Hauptkurses vorgelegt werden muss. Sollte ein Teilnehmer die Prüfung zum Vorbereitungskurs nicht bestanden haben, kann keine Zulassung zu einem Trainer-C-Hauptkurs erfolgen. Eine erneute Anmeldung zu einem Trainer-C-Vorbereitungskurs ist erst nach einer weiteren Hospitationszeit des Teilnehmers von einem Jahr zulässig (inkl. Nachweis von mindestens 30 LE).

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

7.3.3 Präsenz-Vorbereitungskurs

Die Inhalte des Präsenz-Vorbereitungskurses sind analog des E-Learning-Vorbereitungskurses (vgl. Kap. 7.3.1).

Zu Beginn der Präsenzveranstaltung sollte das Kennenlernen und der Einstieg in den gegenseitigen Austausch vom Lehrgangsteiler unterstützt werden.

7.3.4 Prüfungsleistungen Präsenz-Vorbereitungskurs

Zum Abschluss des Präsenz-Vorbereitungskurses erfolgt eine mündliche Einzel- oder Gruppenprüfung und beinhaltet die zuvor genannten Lerninhalte.

Die Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden.

Bei erfolgreichem Bestehen des Vorbereitungskurses bekommt der Teilnehmer ein Dokument, welches seine erfolgreiche Prüfung bestätigt und vor oder zur ersten Unterrichtseinheit des Hauptkurses vorgelegt werden muss. Sollte ein Teilnehmer den Vorbereitungskurs nicht bestanden haben, kann keine Zulassung zu einem Trainer-C-Hauptkurs erfolgen. Eine erneute Anmeldung zu einem Trainer-C-Vorbereitungskurs ist erst nach einer weiteren Hospitationszeit des Teilnehmers von einem Jahr zulässig (inkl. Nachweis von mindestens 30 LE).

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

Bei allen mündlichen Prüfungen müssen immer mindestens zwei Prüfer anwesend sein und ein schriftliches Protokoll geführt werden.

7.3.5 Präsenzphase Hauptkurs

Der Trainer-C-Hauptkurs startet nach dem Abschluss des Vorbereitungskurses zu verschiedenen Präsenzterminen. Der Ausrichter hat darauf zu achten, dass die Räumlichkeiten und Sportstätten den Ansprüchen genügen und ohne Probleme genutzt werden können.

Zu Beginn der Präsenzveranstaltung sollte das Kennenlernen und der Einstieg in den gegenseitigen Austausch vom Lehrgangsteiler unterstützt werden. Folgende Inhalte werden gelehrt:

Tab. 19. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Einführung.

	Thema	LE
Einführung & Begrüßung	Begrüßung, Formalitäten, Verhaltensregeln	1
Einführung & Begrüßung	Kennenlernen und Erwartungshaltung der Teilnehmer <ul style="list-style-type: none"> - Auswahl an Spielen zum Kennenlernen - Gruppenarbeit: Erwartungshaltung der Teilnehmer an die Ausbildung, Vorstellung der Ergebnisse, Einordnung in die Kompetenzbereiche - persönlich/sozial, leichtathletikbezogen, vermittlungs-/methodenbezogen 	1

Tab. 20. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Trainingslehre – Teil I.

Wissensbereich	Thema	LE
Planung & Steuerung (ATL) <i>Theorie & Praxis</i>	Planung und Organisation von Trainingseinheiten unter praktischen, pädagogischen und trainingstheoretischen Aspekten (RTP: Kapitel 7) <ul style="list-style-type: none"> - Vorstellung einer konkreten Planung und Erläuterung der grundsätzlichen Herangehensweise - Praktische Aufgaben für die Teilnehmer (evtl. Hausaufgabe), Vorstellung der Ergebnisse und Diskussion der Lösungsvorschläge 	3
Leistung (ATL) <i>Theorie</i>	Beschreibung und Entwicklung der konditionellen Fähigkeiten (RTP: Kapitel 4.2) <ul style="list-style-type: none"> - Konditionell-energetische Eigenschaften - Altersgemäße Entwicklung - Beweglichkeit und Gewandtheit - Schnelligkeit - Kraft - Ausdauer 	2
Talent (ATL) <i>Theorie</i>	Altersstruktur und Entwicklungsverlauf in der Kila (RTP: Kapitel 2.2 ff.) <ul style="list-style-type: none"> - Biologisch - Physiologisch - Psychosozial 	2
Talent (ATL) <i>Theorie</i>	Notwendigkeit kindlicher Förderung (RTP: Kapitel 2.5) <ul style="list-style-type: none"> - Natürliche Entwicklung (Gesundheitsaspekt) - Sportliche Förderung 	2
Wettkampflehre (ATL) <i>Theorie</i>	Kinderleichtathletik-Wettkampfsystem (RTP: Kapitel 8) <ul style="list-style-type: none"> - Die sieben Grundsätze - Disziplingruppen - Veranstaltungstreppe und Verteilung von Wettkämpfen 	4

Tab. 21. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Bewegungslehre.

Wissensbereich	Thema	LE
Sportmotorik (BEW) & Ausbildung (ATL) <i>Theorie</i>	Koordinative Fähigkeiten und Druckbedingungen und Ableitungen für die praktische Umsetzung (RTP: Kapitel 4.1) <ul style="list-style-type: none"> - Fähigkeiten - Druckbedingungen - Kombination von Fähigkeiten und Druckbedingungen - Entwicklung und Darstellung von Übungen und daraus resultierende Anpassungen 	2
Sportmotorik (BEW) & Ausbildung (ATL) <i>Theorie</i>	Technische Fertigkeiten in der Kinderleichtathletik (RTP: Kapitel 5.1) <ul style="list-style-type: none"> - Kindgemäße Techniken 	1
Sportmotorik (BEW) & Ausbildung (ATL) <i>Praxis</i>	Spiele <ul style="list-style-type: none"> - Spiele zum Aufwärmen und Ausklang - Kleine Spiele zum Laufen, Springen, Werfen/Stoßen - Sportspiele in kindgemäßer Form - Freizeitspiele 	7
Sportmotorik (BEW) & Ausbildung (ATL) <i>Theorie & Praxis</i>	Turnen <ul style="list-style-type: none"> - Basiswissen Turnen - Einsatz und Sicherheit von Geräten - Stützen und Hangeln - Drehen und Rollen 	6

Tab. 22. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie.

Wissensbereich	Thema	LE
Bildung (PÄD) & Konfliktmanagement (SOZ) <i>Theorie & Praxis</i>	Die Rolle des Trainers (RTP: Kapitel 9) <ul style="list-style-type: none"> - Der Trainer als Pädagoge - Bildung & Erziehung - Der mündige Athlet - Umgang mit Konfliktsituationen 	2
Bildung (PÄD) & Bewegungswelten (SOZ) <i>Theorie & Praxis</i>	Umgang mit der Gruppe – Führung (RTP: Kapitel 1) <ul style="list-style-type: none"> - Führungsverhalten, Führungsstile: leiten, führen, betreuen und motivieren, Vorbildfunktion - Ehrenkodex und PSG - Organisation der Gruppe - Eltern, Umfeld 	3

Tab. 23. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Didaktik.

Wissensbereich	Thema	LE
Didaktik (PÄD) Theorie & Praxis	Trainieren mit Kindern (RTP: Kapitel 3.4 & 6) - Ansprache - Vermittlungsmethoden	2
Didaktik (PÄD) Theorie & Praxis	Handwerkszeug des Trainers (RTP: Kapitel 6) - Kompetenzen in der Vermittlung - Kenntnisse und Programme - Zielorientierte Kreativität - Ungeplante Alltagssituationen - Stellschrauben des Trainings - Materialien für den Sport	4

Tab. 24. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Laufen.

Wissensbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz Theorie	Grundlagen des Laufens (RTP: Kapitel 5.2) - Technik - Schnell Laufen vs. ausdauernd Laufen	1
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz Praxis	Bewegungsvielfalt Laufen - Erweiterte Aufgaben - Freude am Laufen vermitteln	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz Praxis	Schnelles Laufen - Reagieren - Beschleunigen - Schnell Laufen - Starttechniken	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz Theorie & Praxis	Ausdauerndes Laufen - Spielerische Ausdauerformen - Laufökonomie - Energiebereitstellung und kindgemäße Belastungsformen	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz Praxis	Überlaufen von Hindernissen - Laufgarten - Rhythmisches Laufen über Hindernisse - Hindernissprint	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz Praxis	Staffellaufen - Stabübergabe - Sprintstaffel - Staffelspiele	1
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz Theorie & Praxis	Sportliches Gehen - Technikstile - Geh-ABC - Regelwerk	1

Tab. 25. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Springen.

Wissensbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Grundlagen des Springens (RTP: Kapitel 5.3) - Bewegungsphasen - Bedeutung der Flugphase - Konditionelle und koordinative Voraussetzungen	1
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Bewegungsvielfalt Springen - Entwicklung der Sprungfähigkeit - Kleine und mittlere Sprünge	1
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Springen in die Weite - Bewegungsphasen - Schrittweitsprung	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Springen in die Höhe - Bewegungsphasen - Hochweitsprung - Steigesprung - Schersprung und Flop	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Mehrfach Springen - Rhythmische Sprungfolgen - Wechselsprünge	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Springen mit dem Stab - Bewegungsphasen - Stabweitsprung	2

Tab. 26. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Werfen – Teil I.

Wissensbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Grundlagen des Werfens und Stoßens (RTP: Kapitel 5.4) - Physikalische Aspekte - Höhenorientierung - Richtungsorientierung - Trainingsorganisation und Sicherheit	1
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Bewegungsvielfalt Werfen - Vielfältiger Einsatz von Wurfgeräten - Unterschiedliche Vorbeschleunigung - Gemeinsamkeiten und Unterschiede der Würfe	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Schlagwerfen - Bewegungsphasen - Grobform der Wurftechnik - Methodischer Aufbau	2

Tab. 27. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Werfen – Teil II.

Wissensbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz Praxis	Drehwerfen - Bewegungsphasen - Grobform der Wurftechnik - Methodischer Aufbau	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz Praxis	Stoßen - Bewegungsphasen - Beid- und einarmiger Stoß - Methodischer Aufbau	2

Tab. 28. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Prüfung & Abschluss.

Wissensbereich	Thema	LE
Prüfung	Lehrgangprojekt – Gruppenarbeit zum gestellten Lehrgangprojekt – Weiterarbeit als Hausarbeit – Ggf. Veranstaltungsdurchführung außerhalb des Lehrgangs	6
Prüfung	Schriftliche oder mündliche Prüfung – Klausur oder mündliche Fachprüfung – Besprechung der Aufgaben	3
Prüfung	Praktische Prüfung – Trainingsstunde mit Probanden nach zuvor benanntem Thema – Das inhaltliche Thema der Praxisstunde wird vom Erstprüfer festgelegt	6
Abschluss	Lizenzausgabe – geselliger Lehrgangsabschluss – Fragebogenfeedback zur Ausbildung	1
Auswertung	Evaluation – zur Selbsteinschätzung der Trainer nach einem Jahr praktischer Vereinstätigkeit	

7.3.6 Prüfungsleistungen Hauptkurs

Über die Zulassungen zu den Prüfungen entscheidet der Lehrgangsleiter der Trainer-C-Ausbildung. Dies ist im Besonderen von Relevanz bei Fehlstunden des Teilnehmers. So darf ein Teilnehmer maximal 10% Fehlstunden vorweisen dürfen (10 LE). Sollte ein Teilnehmer mehr Fehlstunden angesammelt haben, so muss er die fehlenden LE im nachfolgenden Lehrgang des Verbandes nachholen. Dabei müssen die verpassten Lerneinheiten inhaltlich berücksichtigt werden.

Die Prüfungsleistungen gliedern sich in eine schriftliche oder mündliche Theorieprüfung, sowie eine praktische Prüfung und ein Lehrgangprojekt.

7.3.6.1 Theoretische Prüfung

Die theoretische Prüfung für den angehenden Trainer-C kann eine mündliche oder schriftliche Prüfung sein und beinhaltet mögliche Fragestellungen zu allen Themenbereichen der Trainer-C-Ausbildung Kinderleichtathletik. Diese Prüfung soll einen Zeitrahmen von einer Stunde (bei schriftlicher Prüfung) oder 20 Minuten (bei einer mündlichen Prüfung) nicht überschreiten. Mündliche Gruppenprüfungen bis zu drei Teilnehmer sind möglich. Der zeitliche Rahmen ist entsprechend anzupassen.

Die theoretische Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden.

Bei Nichterreichen der notwendigen Leistung kann der Teilnehmer auf eine Nachprüfung bestehen. Diese sollte eine mündliche Nachprüfung sein und hauptsächlich die zuvor vorhandenen Leistungsmängel ansprechen. Bei Bestehen der Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet.

Sollte die Nachprüfung nicht bestanden werden, kann dem Teilnehmer eine weitere, finale Nachprüfung (mündlich) zugestanden werden. Diese ist frühestens nach einer Hospitationszeit von einem Jahr zulässig. In dieser Zeit muss der Teilnehmer mindestens 30 LE bei Trainern nachweisen, die über mindestens eine Trainer-B-Lizenz Leistungssport Leichtathletik verfügen. Bei Bestehen der zweiten Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet. Bei Nichtbestehen der zweiten Nachprüfung besteht für den Teilnehmer keine Möglichkeit zu einem erneuten Prüfungsversuch oder einer erneuten Anmeldung zum Trainer-C Leistungssport Leichtathletik.

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

Bei allen mündlichen Prüfungen müssen immer mindestens zwei Prüfer anwesend sein und ein schriftliches Protokoll geführt werden.

7.3.6.2 Praktische Prüfung

Die praktische Prüfung für den angehenden Trainer-C beinhaltet die Ausarbeitung einer Trainingsstunde und die praktische Demonstration mit Hilfe von Athleten oder Probanden eines Trainingsbausteins aus dieser Ausarbeitung.

Der Kursleiter legt verschiedene Aufgaben für die Ausarbeitung einer Trainingsstunde fest. Es empfiehlt sich, dass die Teilnehmer ihre Aufgaben lösen können. Die Ausarbeitung bezieht sich auf eine Trainingsstunde von 90 Minuten mit einer Trainingsgruppe des Altersbereichs M/W 10/11. Diese Ausarbeitung ist als Hausarbeit ausgelegt. Dem Kursteilnehmer werden für die Ausarbeitung maximal 3 Wochen Zeit gewährt. Die Ausarbeitung ist im Vorfeld der praktischen Demonstration beim Lehrgangsteilnehmer bzw. beim Erstprüfer einzureichen. In der Ausarbeitung der Trainingsstunde und deren Bewertung ist auf folgende Punkte einzugehen:

- ▲ Beschreibung der Trainingsstunde
- ▲ Konditionelle, technische oder koordinative Anforderung der Trainingsstunde

- ▲ Anforderungen an den Trainingsinhalt zur Entwicklung des Athleten/der Athleten
- ▲ Einordnung der Trainingseinheit in die Saisonplanung
- ▲ Detaillierte Verlaufsplanung der Einheit inkl. benötigtem Material
- ▲ Vermittlungsmethoden in der Trainingsstunde

Der Lehrgangleiter bestimmt im Vorfeld die praktische Demonstration, die der Prüfling mit Probanden zeigen soll. Diese Demonstration ist Teil der zuvor erstellten Ausarbeitung und soll circa 20 Minuten dauern. Dieser Teil der Prüfung kann auch prozessbegleitend abgenommen werden.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit seitens der Prüfer Ihre ersten Eindrücke dem Teilnehmer mitzuteilen. Bei der praktischen Demonstration müssen mindestens zwei Prüfer anwesend sein. Zudem muss ein schriftliches Protokoll gefertigt werden. In der Demonstration der Trainingsstunde und deren Bewertung ist auf folgende Punkte einzugehen:

- ▲ Ansprache an den Athleten/die Athleten
- ▲ Eingreifen bei Übungen und Fehlerkorrektur
- ▲ Vermittlungsmethoden in der Trainingsdemonstration

Beide Teilergebnisse werden gleichwertig in der Notenvergabe berücksichtigt. Die praktische Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden oder die Prüfer die praktische Demonstration mit mindestens „ausreichend (4,0)“ werten.

Bei Nichterreichen der notwendigen Leistung, kann der Teilnehmer auf eine Nachprüfung bestehen. Diese Nachprüfung sollte eine komplette Wiederholung der o.g. praktischen Prüfung sein. Bei Bestehen der Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet. Die Nachprüfung ist erst frühestens nach einer Hospitationszeit von einem Jahr zulässig. In dieser Zeit muss der Teilnehmer mindestens 30 LE bei Trainern nachweisen, die über mindestens eine Trainer-B-Lizenz Leistungssport Leichtathletik verfügen.

Bei Nichtbestehen der Nachprüfung besteht für den Teilnehmer keine Möglichkeit zu einem erneuten Prüfungsversuch oder einer erneuten Anmeldung zum Trainer-C Leistungssport Leichtathletik. Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

7.3.6.3 Lehrgangprojekt

Das Thema des Lehrgangprojektes wird von der Lehrgangleitung vergeben. Es ist verbindlicher Bestandteil des Lehrgangs. Das Projekt kann je nach Aufgabenstellung in Gruppen bearbeitet werden. Gruppengröße, Thema und Zeitrahmen legt der Lehrgangleiter fest. Die Umsetzung des Projektes kann außerhalb der Lehrgangsdauer erfolgen. Die Teilnahme an der Umsetzung ist verpflichtend.

Das Lehrgangprojekt wird mit „bestanden“ oder „nicht bestanden“ gewertet. Bei dieser Prüfung müssen immer mindestens zwei Prüfer anwesend sein und ein schriftliches Protokoll geführt werden.

8 Ausbildung Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport

Der Trainer-C Grundlagentraining - Leistungssport ist die Einstiegsstufe der leistungssportlichen Ausbildungswege für den Altersbereich der U16. Während im Breitensport Trainer viele Vereinsmitglieder ansprechen sollen, ist die Ausbildung im Leistungssport darauf ausgerichtet, Talente zu erkennen und zu fördern. Die Ausbildung zielt darauf ein Grundlagentraining im Verein anzubieten. Die Zulassung zur Ausbildung regelt die DLV-Lehrordnung. Ergänzende Zulassungskriterien des jeweiligen Landesverbandes als Ausrichter der Ausbildung (z.B. erweitertes polizeiliches Führungszeugnis) sind zulässig.

8.1. Handlungsfelder

Die Tätigkeiten des Trainer-C Grundlagentraining - Leistungssport umfassen die Talentsichtung, -förderung und -bindung auf der Basis leistungssportlich orientierter Trainings- und Wettkampfangebote in den verschiedenen Disziplinen der Leichtathletik. Schwerpunkte der Arbeit sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des Grundlagentrainings (DSB, 2005). Verbindliche Grundlage hierfür ist der Rahmentrainingsplan für das Grundlagentraining („Jugendleichtathletik U12-U16“) des DLV (DLV, 2017).

8.2 Ziele der Ausbildung

Aufbauend auf den bei den Teilnehmern bereits vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen wird durch die aufgeführten Lernziele eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt (nach DSB, 2005) (eine detaillierte Kompetenzaufschlüsselung ist in Anlage 1 dargestellt):

Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz

Der Trainer-C Grundlagentraining Leistungssport

- ▲ kann Gruppen führen, gruppenspezifische Prozesse wahrnehmen und angemessen reagieren,
- ▲ kennt und berücksichtigt die Grundregeln der Kommunikation,
- ▲ kennt und berücksichtigt entwicklungsangemessene Besonderheiten speziell bei Kindern und Jugendlichen,
- ▲ kennt und berücksichtigt geschlechtsspezifische Bewegungs- und Sportinteressen,
- ▲ ist sich der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung von Kindern/Jugendlichen bewusst und handelt entsprechend den bildungspolitischen Zielen des DOSB und des DLV,
- ▲ kennt und beachtet den DLV-Ehrenkodex für Trainer.

Fachkompetenz

Der Trainer-C Grundlagentraining Leistungssport

- ▲ kennt Struktur, Funktion und Bedeutung der Leichtathletik als Leistungssport und setzt sie im Prozess der Talenterkennung und -förderung auf Vereinsebene um,
- ▲ setzt den Rahmentrainingsplan „Grundlagentraining“ um,

- ▲ kann leistungsorientiertes Training sowie sportartspezifische Wettkämpfe organisieren und die Sportler dabei innerhalb ihrer Trainingsgruppen anleiten, vorbereiten und betreuen,
- ▲ kennt die Grundtechniken der leichtathletischen Disziplinen und deren wettkampfmäßige Anwendung,
- ▲ kennt die konditionellen und koordinativen Voraussetzungen für die leichtathletischen Disziplinen und kann sie in der Trainingsgestaltung berücksichtigen,
- ▲ besitzt Grundkenntnisse über aktuelle Wettkampfbregeln, Sportgeräte und Sporteinrichtungen,
- ▲ schafft für die definierte Zielgruppe ein attraktives und motivierendes Sportangebot.

Methoden- und Vermittlungskompetenz

Der Trainer-C Grundlagentraining Leistungssport

- ▲ verfügt über pädagogisches Grundwissen zur Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Trainingseinheiten,
- ▲ verfügt über das Basisrüstzeug von Lehr-, Lern- und Trainingsmethoden im Grundlagentraining,
- ▲ hat ein Lehr- und Lernverständnis, das den Teilnehmenden genügend Zeit zur Informationsverarbeitung und Gelegenheit für Eigeninitiativen lässt,
- ▲ beherrscht die Grundprinzipien für zielorientiertes und systematisches Lernen im Sport.

8.3 Umsetzung der Ausbildung

Die Ausbildung erfolgt durch einen Vorbereitungskurs und einen Hauptkurs. Der Vorbereitungskurs kann als E-Learningkurs innerhalb der DLV-Online-Akademie oder als Präsenzkurs erfolgen. Der Hauptkurs ist eine Präsenzveranstaltung (Theorie und Praxis). Zusätzlich muss der angehende Trainer-C einen Erste-Hilfe-Kurs (siehe Kap. 12.2), sowie die erfolgreiche Teilnahme an einem Kampfrichtergrundlehrgang nachweisen (spätestens zur Lizenzausstellung). Der Nachweis des o.g. Vorbereitungskurses hat spätestens zum ersten Präsenztermin des Hauptkurses zu erfolgen. Der Vorbereitungskurs (sowohl als E-Learningkurs, als auch als Präsenzkurs) wird mit 30 LE innerhalb der Ausbildung bewertet. Folgende Inhalte werden gelehrt:

8.3.1 E-Learning-Vorbereitungskurs

Tab. 29. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Trainingslehre.

Wissensbereich	Thema	LE
Leistung (ATL) Theorie	Beschreibung und Entwicklung der konditionellen Fähigkeiten (RTP: Kapitel 6) <ul style="list-style-type: none"> - Konditionell-energetischen Eigenschaften - Altersgemäße Entwicklung - Beweglichkeit und Gewandtheit - Schnelligkeit - Kraft - Ausdauer - Regeneration, Ernährung und Sporthygiene 	2
Planung & Steuerung (ATL) Theorie	Trainingsplanung und –steuerung (RTP: Kapitel 7) <ul style="list-style-type: none"> - Vom Trainingsbaustein zur Trainingseinheit - Aufwärmen und Auslaufen - Mikrozyklusgestaltung - Makrozyklus- und Jahresplanung - Belastungskennziffern Übergang zum Aufbautraining	1
Wettkampflehre (ATL) Theorie	Einführung in die Wettkampflehre (RTP: Kapitel 8) <ul style="list-style-type: none"> - Bedeutung und Rolle von Wettkämpfen - Mehrkämpfe im Jugendalter - Wettkämpfe – ein Mannschaftserlebnis - Wettkämpfe im Jahresverlauf Meisterschaften als Höhepunkte	1

Tab. 30. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Bewegungslehre.

Wissensbereich	Thema	LE
Sportmotorik (BEW) & Ausbildung (ATL) Theorie	Koordinative Fähigkeiten und Druckbedingungen und Ableitungen für die praktische Umsetzung (RTP: Kapitel 3.3) <ul style="list-style-type: none"> - Fähigkeiten - Druckbedingungen - Kombination von Fähigkeiten und Druckbedingungen - Entwicklung und Darstellung von Übungen und daraus resultierende Anpassungen 	2

Tab. 31. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundagentraining – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie.

Wissensbereich	Thema	LE
Bildung (PÄD) & Konfliktmanagement (SOZ) <i>Theorie</i>	Aufgaben des Nachwuchstrainers (RTP: Kapitel 9) <ul style="list-style-type: none"> - Leitung von Trainingsgruppen - Anti-Doping- und Anti-Drogen-Haltung - Gewaltprävention - Integration und Inklusion - Kinder stark machen 	1
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Anti-Doping und Dopingprävention – Trainer-C <ul style="list-style-type: none"> - Was ist Doping? - Einblick in die Meinung von Trainern - WADA – NADA – DLV-Anti-Doping-Koordinierungsstelle - Verbotene Substanzen und Methoden - Das Doping-Kontrollsystem - Testpools - Vertrauensperson Trainer: Schlüsselrolle in der Dopingprävention 	4
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Prävention gegen sexualisierte Gewalt <ul style="list-style-type: none"> - Fallbeispiele – ist das sexualisierte Gewalt? - Unscharfe Situationen im Alltag und im Sport - Neutralisierung und deren Strategien - Definitionen sexualisierte Gewalt - Die Opfer von sexueller Gewalt - Die Täter und Täterinnen - Eine Risikoanalyse im Sport - Das Präventionskonzept des DLV Interventionsleitfaden innerhalb des DLV	6
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Diversity-Management <ul style="list-style-type: none"> - Ethnische Herkunft/Rassismus - Geschlecht - Religion/Weltanschauung - Sexuelle Identität - Behinderung & chronische Krankheiten - Alter 	4

Tab. 32. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundagentraining – Leistungssport – Management.

Wissensbereich	Thema	LE
Netzwerk (MAN) <i>Theorie</i>	Vereins- und Verbandsstrukturen <ul style="list-style-type: none"> - Sportverbände in Deutschland - Der DLV und seine Landesverbände - Vereinsstruktur - Lizenzwesen 	2

Tab. 33. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Sprint/Hürde.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Kurz sprint (RTP: Kapitel 4.1.1) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zum Sprint - Bewegungsablauf: Phasen des freien Sprints - Start und Startbeschleunigung - Zielannahme - Ausbildung des Kurzprints 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Langsprint (RTP: Kapitel 4.1.2) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zum Sprint - Bewegungsablauf: Kurvensprint als Element des Langsprints - Ausbildung des Langsprints 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Kurzhürdensprint (RTP: Kapitel 4.2.1) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zum Kurzhürdensprint - Bewegungsablauf: Phasen der Hürdenüberquerung - Ausbildung des Kurzhürdensprints - Zwischenhürdensprint und Sprinrhythmus 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Langhürdensprint (RTP: Kapitel 4.2.2) <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsablauf: Phasen des Langhürdensprints - Ausbildung des Langhürdensprints - Hürdenüberquerung in der Kurve 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Staffeln (RTP: Kapitel 4.1.3) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zum Staffellauf - Bewegungsablauf: Phasen des Stabwechsels - Schub-Druck-Wechsel Ausbildung des Staffellaufs	2

Tab. 34. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Lauf/Gehen.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Mittel- und Langstreckenlauf (RTP: Kapitel 4.3.1 f.) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zu den Laufdisziplinen - Bewegungsablauf: Phasen des Mittel- und Langstreckenlaufs - Ausbildung des Mittel- und Langstreckenlaufs - Ausbildung der Taktik beim Mittel- und Langstreckenlauf 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Hindernislauf <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zu den Laufdisziplinen - Die Entwicklung der Laufeistung als Basis - Bewegungsablauf über Hindernisse und Wassergraben - Ausbildung der Hindernis- und Wassergrabentechnik 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Gehen (RTP: Kapitel 4.3.3) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zu den Laufdisziplinen - Allgemeine Hinweise zum Gehen - Bewegungsablauf: Phasen des Gehens - Ausbildung des Gehens 	2

Tab. 35. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Sprung.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Hochsprung (RTP: Kapitel 4.4.2) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zu den Sprüngen - Bewegungsablauf: Phasen des Hochsprungs - Ausbildung des Hochsprungs - Hochsprung trainieren 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Stabhochsprung (RTP: Kapitel 4.4.3) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zu den Sprüngen - Bewegungsablauf: Phasen des Stabhochsprungs - Ausbildung des Stabhochsprungs - Stabhochsprung trainieren 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Weitsprung (RTP: Kapitel 4.4.1) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zu den Sprüngen - Bewegungsablauf: Phasen des Weitsprungs - Ausbildung des Weitsprungs - Sprint und Sprung trainieren 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Dreisprung (RTP: Kapitel 4.4.4 f.) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zu den Sprüngen - Bewegungsablauf: Phasen des Mehrfach-/Dreisprungs - Ausbildung der Mehrfachsprünge - Ausbildung des Dreisprungs Mehrfach-/Dreisprung trainieren 	2

Tab. 36. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil I.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Kugelstoßen (RTP: Kapitel 4.5.1) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zum Kugelstoßen - Bewegungsablauf: Phasen des Kugelstoßens (Drehstoß-Technik) - Ausbildung des Kugelstoßens - Bewegungsablauf: Angleit- und Wechselschritt-Techniken 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Speerwerfen (RTP: Kapitel 4.5.2) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zum geraden Wurf - Bewegungsablauf: Phasen des geraden Wurfs - Bewegungsablauf: Phasen des Speerwerfens - Ausbildung des geraden Wurfs - Gerade Würfe trainieren 	2

Tab. 37. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil II.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden-/Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Diskuswerfen (RTP: Kapitel 4.5.3) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zum Diskuswerfen - Bewegungsablauf: Phasen des Diskuswerfens - Ausbildung des Diskuswerfens - Diskuswerfen trainieren 	2
Fachkompetenz & Methoden-/Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	GLT-Basics Hammerwerfen (RTP: Kapitel 4.5.4) <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Hinweise zum Hammerwerfen - Bewegungsablauf: Phasen des Hammerwerfens - Ausbildung des Hammerwerfens - Hammerwerfen trainieren 	2

8.3.2 Prüfungsleistungen E-Learning-Vorbereitungskurs

Nach jeder Lektion hat der Teilnehmer verschiedene Kontrollfragen nach einem Multiple-Choice-Verfahren zu beantworten, die als Lernerfolgskontrollen zu den zuvor genannten Lerninhalten zu verstehen sind.

Hat der Teilnehmer alle Lektionen und Module erfolgreich absolviert, kann er an der Online-Prüfung „Trainer-C-Vorbereitungskurs“ teilnehmen. Für das Bestehen des Vorbereitungskurses hat der Teilnehmer maximal drei Versuche. Diese drei Versuche beinhalten alle möglichen Varianten des Nichtbestehens wie z.B. mangelhaftes Prüfungsergebnis, selbstständiger Abbruch der Prüfung oder versehentliches Auslösen einer Prüfung.

Die Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden.

Bei erfolgreichem Bestehen des Vorbereitungskurses bekommt der Teilnehmer ein automatisch generiertes Dokument, welches seine erfolgreiche Prüfung bestätigt und vor oder zur ersten Unterrichtseinheit des Hauptkurses vorgelegt werden muss. Sollte ein Teilnehmer die Prüfung zum Vorbereitungskurs nicht bestanden haben, kann keine Zulassung zu einem Trainer-C-Hauptkurs erfolgen. Eine erneute Anmeldung zu einem Trainer-C-Vorbereitungskurs ist erst nach einer weiteren Hospitationszeit des Teilnehmers von einem Jahr zulässig (inkl. Nachweis von mindestens 30 LE).

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

8.3.3 Präsenz-Vorbereitungskurs

Die Inhalte des Präsenz-Vorbereitungskurses sind analog des E-Learning-Vorbereitungskurses (vgl. Kap. 8.3.1).

Zu Beginn der Präsenzveranstaltung sollte das Kennenlernen und der Einstieg in den gegenseitigen Austausch vom Lehrgangsteiler unterstützt werden.

8.3.4 Prüfungsleistungen Präsenz-Vorbereitungskurs

Zum Abschluss des Präsenz-Vorbereitungskurses erfolgt eine mündliche Einzel- oder Gruppenprüfung und beinhaltet die zuvor genannten Lerninhalte.

Die Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden.

Bei erfolgreichem Bestehen des Vorbereitungskurses bekommt der Teilnehmer ein Dokument, welches seine erfolgreiche Prüfung bestätigt und vor oder zur ersten Unterrichtseinheit des Hauptkurses vorgelegt werden muss. Sollte ein Teilnehmer den Vorbereitungskurs nicht bestanden haben, kann keine Zulassung zu einem Trainer-C-Hauptkurs erfolgen. Eine erneute Anmeldung zu einem Trainer-C-Vorbereitungskurs ist erst nach einer weiteren Hospitationszeit des Teilnehmers von einem Jahr zulässig (inkl. Nachweis von mindestens 30 LE).

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

Bei allen mündlichen Prüfungen müssen immer mindestens zwei Prüfer anwesend sein und ein schriftliches Protokoll geführt werden.

8.3.5 Präsenzphase Hauptkurs

Der Trainer-C-Hauptkurs startet nach dem Abschluss des Vorbereitungskurses zu verschiedenen Präsenzterminen. Der Ausrichter hat darauf zu achten, dass die Räumlichkeiten und Sportstätten den Ansprüchen genügen und ohne Probleme genutzt werden können.

Übergreifende Teile des Hauptkurses können vor oder während der Präsenzphase als Web-Seminare angeboten werden. Dabei ist auf eine verträgliche Verteilung der Terminwahl zu achten (Uhrzeit am Abend, Wechsel der Wochentage). Teilnehmer des Kurses, die an einem oder mehreren Web-Seminaren nicht teilnehmen können, erhalten die Auflage diese Seminare nachzuarbeiten. Der Ausrichter hat dafür Sorge zu tragen, dass die Web-Seminare aufgezeichnet werden und die Inhalte allen Teilnehmern zur Verfügung stehen.

Zu Beginn der Präsenzveranstaltung sollte das Kennenlernen und der Einstieg in den gegenseitigen Austausch vom Lehrgangsteiler unterstützt werden. Folgende Inhalte werden gelehrt:

Tab. 38. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Einführung.

	Thema	LE
Einführung & Begrüßung	Begrüßung, Formalitäten, Verhaltensregeln	1
Einführung & Begrüßung	Kennenlernen und Erwartungshaltung der Teilnehmer <ul style="list-style-type: none"> - Auswahl an Spielen zum Kennenlernen - Gruppenarbeit: Erwartungshaltung der Teilnehmer an die Ausbildung, Vorstellung der Ergebnisse, Einordnung in die Kompetenzbereiche - persönlich/sozial, leichtathletikbezogen, vermittlungs-/methodenbezogen 	1

Tab. 39. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Trainingslehre – Teil I.

Wissensbereich	Thema	LE
Leistung (ATL) Theorie	Rahmentrainingsplan „Grundlagentraining“ (RTP: Kapitel 1.1) <ul style="list-style-type: none"> - Inhalte und Ziele, Arbeiten mit dem RTP - Stellung und Aufgabe im langfristigen Leistungsaufbau 	1
Ausbildung (ATL) Theorie	Grundsätze der Trainingslehre (RTP: Kapitel 5 & 6) <ul style="list-style-type: none"> - Terminologie wesentlicher Begriffe der Trainingslehre - allgemeine trainingsmethodische Grundlagen - Techniktraining - Konditionstraining - Koordinationstraining 	2
Talent (ATL) Theorie	Talententwicklung, Talentbindung, Talentförderung <ul style="list-style-type: none"> - Sichtungen - Kooperationen mit Schulen - Möglichkeiten und Grenzen des Vereins in der Förderung sportlicher Talente 	1
Talent (ATL) Theorie	Langfristiger Leistungsaufbau (RTP: Kapitel 2) <ul style="list-style-type: none"> - Entwicklungsverlauf von Kindern - geschlechtsspezifische Unterschiede und Folgerungen für das Training - Verantwortung für die allgemeine und sportliche Persönlichkeitsentwicklung 	2
Adaptation (ATL) Theorie	Grundzüge der Adaptation (RTP: Kapitel 3.1 & 3.6) <ul style="list-style-type: none"> - günstiges motorisches Lernalter - Belastbarkeit, Gesundheit, Trainierbarkeit - Anpassungsprozesse 	2

Tab. 40. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Trainingslehre – Teil II.

Wissensbereich	Thema	LE
Planung & Steuerung (ATL) <i>Theorie</i>	Grundsätze der Trainingsplanung (RTP: Kapitel 7) <ul style="list-style-type: none"> - Planungsfaktoren - Aufbau der Trainingseinheit - Bausteinsystem Raster zur Gestaltung von Trainingseinheiten und Wochen-/Monatsplänen - Überprüfung des Trainings- und der Trainingsplanung 	2
Planung & Steuerung (ATL) <i>Praxis</i>	Planung und Organisation von Trainingseinheiten unter praktischen, pädagogischen und trainingstheoretischen Aspekten (RTP: Kapitel 7) <ul style="list-style-type: none"> - Vorstellung einer konkreten Planung und Erläuterung der grundsätzlichen Herangehensweise - praktische Aufgaben für die Teilnehmer (evtl. Hausaufgabe), Vorstellung der Ergebnisse und Diskussion der Lösungsvorschläge 	3

Tab. 41. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Bewegungslehre.

Wissensbereich	Thema	LE
Sportmotorik (BEW) & Ausbildung (ATL) <i>Theorie & Praxis</i>	Gymnastik und Stabilisation (RTP: Kapitel 6.2.1) <ul style="list-style-type: none"> - Basiswissen Gymnastik - Übungsauswahl und Variation der Übungen mit Blick auf die Eigenwahrnehmung - Beweglichkeit - Kräftigung 	2
Sportmotorik (BEW) & Ausbildung (ATL) <i>Theorie & Praxis</i>	Turnen (RTP: Kapitel 4.6.1) <ul style="list-style-type: none"> - Basiswissen Turnen - Helfen und Sichern - Grundsätze zum Aufbau und Einsatz von Geräten 	3
Sportmotorik (BEW) & Ausbildung (ATL) <i>Theorie & Praxis</i>	Spiele und weitere Sportarten (als Weiterentwicklung der Kinderleichtathletik von den kleinen Spielen zu den Sportspielen) (RTP: Kapitel 4.6.3) <ul style="list-style-type: none"> - Basiswissen Spiele - kleine Spiele: Auswahl und Variation der Spiele - Sportspiele: Basketball, Handball, Fußball - weitere Sportarten: Schwimmen, Skaten, Radfahren 	4
Sportmotorik (BEW) & Ausbildung (ATL) <i>Theorie & Praxis</i>	Allgemeine Athletische Ausbildung (RTP: Kapitel 3.4) <ul style="list-style-type: none"> - Variation der Schwerpunkte Athletik - Medizinballtraining - Allgemeine Sprungschulung 	2
Sportmotorik (BEW) & Ausbildung (ATL) <i>Theorie & Praxis</i>	Koordinationstraining (RTP: Kapitel 3.3) <ul style="list-style-type: none"> - Anforderungen - Druckbedingungen - Variationen 	3

Tab. 42. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Medizin.

Wissensbereich	Thema	LE
Anatomie (MED) Theorie	Grundzüge der Anatomie - Aktiver Bewegungsapparat - Passiver Bewegungsapparat	2
Sportphysiologie (MED) Theorie	Grundzüge der Sportphysiologie - Herz-Kreislauf-System - Energiebereitstellung	2

Tab. 43. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie.

Wissensbereich	Thema	LE
Bildung (PÄD) & Konfliktmanagement (SOZ) Theorie	Die Rolle des Trainers (RTP: Kapitel 9) - Der Trainer als Pädagoge - Bildung & Erziehung - Der mündige Athlet - Umgang mit Konfliktsituationen	2
Bildung (PÄD) & Bewegungswelten (SOZ) Theorie & Praxis	Umgang mit der Gruppe – Führung (RTP: Kapitel 9) - Führungsverhalten, Führungsstile: leiten, führen, betreuen und motivieren, Vorbildfunktion - Ehrenkodex und PSG - Organisation der Gruppe - Eltern, Umfeld	2

Tab. 44. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Psychologie.

Wissensbereich	Thema	LE
Kommunikation (PSY) Theorie	Kommunikation im Sport - Bewegungsgefühl „inneres Bild“ - Betrachtung „äußeres Bild“ - Kommunikationsquadrat	2

Tab. 45. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Didaktik.

Wissensbereich	Thema	LE
Didaktik (PÄD) Theorie & Praxis	Lehr- und Lernmethoden (RTP: Kapitel 3) - Sprache und Auftreten des Trainers - Lehr- und Lernverständnis - Vermittlungsmethoden - Lehrkompetenzen - Betrachtungs- und Lösungsperspektiven	4
Didaktik (PÄD) Theorie & Praxis	Verhalten von Trainer und Athlet im Wettkampf (RTP: Kapitel 8) - Rahmenbedingungen - Coaching - Ansprache	2

Tab. 46. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Management.

Wissensbereich	Thema	LE
Netzwerk (MAN) Theorie	Aufsichtspflichten - Pflichten und Rechte des Trainers - Trainer vs. Übungsleiter - Haftung - Versicherungsfragen	2
Netzwerk (MAN) Theorie	Öffentlichkeitsarbeit - Ziele der Öffentlichkeitsarbeit des Trainers - Zielgruppen - Maßnahmen	1
Netzwerk (MAN) Theorie	Verhalten bei Notfällen und medizinischen Problemen - Erste-Hilfe - Kooperationsarzt - Was darf ein Trainer und was nicht	1
Netzwerk (MAN) Theorie	Wettkampfangebot, Meldungen zu Wettkämpfen, Organisation vor Ort: - Online-Meldewesen über LADV, Seltec usw. - Wettkampfkategorien - Qualifikationswettkämpfe und -normen	1

Tab. 47. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Prüfung & Abschluss.

	Thema	LE
Prüfung	Schriftliche oder mündliche Prüfung - Klausur oder mündliche Fachprüfung - Besprechung der Aufgaben	4
Prüfung	Praktische Prüfung - Trainingsstunde mit Probanden nach zuvor benanntem Thema - Das inhaltliche Thema der Praxisstunde wird vom Erstprüfer festgelegt	8
Abschluss	Lehrgangsabschluss - geselliger Lehrgangsabschluss - ggf. Lizenzausgabe - Fragebogenfeedback zur Ausbildung	1
Auswertung	Evaluation - zur Selbsteinschätzung der Trainer nach einem Jahr praktischer Vereinstätigkeit	

Tab. 48. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Sprint/Hürde.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Kurz- und Langsprint (RTP: Kapitel 4.1) - Basiswissen Sprint - Tiefstart und Beschleunigung - Sprintbewegung/Sprintschnelligkeit - Wettkampftechnik Sprint	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Kurz- und Langhürdensprint (RTP: Kapitel 4.2) - Basiswissen Hürdensprint - Anlauf an die erste Hürde - Hürdenüberquerung und Zwischenhürdensprint - Wettkampftechnik Hürdensprint	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Staffeln (RTP: Kapitel 4.1.3) - Basiswissen Staffeln - Wechseltechnik - An-/Ablaufverhalten - Wettkampftechnik Staffeln	2

Tab. 49. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Lauf/Gehen.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Mittel-/Langstreckenlauf und Hindernislauf (RTP: Kapitel 4.3) - Basiswissen Lauf - altersgemäße Entwicklung der Grundlagenausdauer - Lauf- und Gehtechnik und Körperhaltung - Strecken- und Tempogefühl - Einführung Hindernislauf - Technik Hindernis und Wassergraben	5
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Gehen (RTP: Kapitel 4.3.3) - Basiswissen Gehen - Regelkunde Gehen - Techniken und deren Entwicklung	3

Tab. 50. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Sprung.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Weit- und Dreisprung (RTP: Kapitel 4.4.1 & Kapitel 4.4.4 f.) <ul style="list-style-type: none"> - Basiswissen Weitsprung und Dreisprung - Absprung aus dem geradlinigen Anlauf - Schrittsprungtechnik - Wettkampftechnik Weitsprung und Dreisprung 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Hochsprung (RTP: Kapitel 4.4.2) <ul style="list-style-type: none"> - Basiswissen Hochsprung - Absprung aus dem bogenförmigen Anlauf - Floptechnik - Wettkampftechnik Hochsprung 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Stabhochsprung (RTP: Kapitel 4.4.3) <ul style="list-style-type: none"> - Basiswissen Stabhochsprung - Einstich und Absprung aus dem geradlinigen Anlauf - Arbeit am und mit dem Stab - Wettkampftechnik Stabhochsprung 	4

Tab. 51. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Wurf/Stoß.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Kugelstoß (RTP: Kapitel 4.5.1) <ul style="list-style-type: none"> - Basiswissen Kugelstoß - Gerätehandhabung und Standstoß - Abstoß aus der Vorbeschleunigung (Drehstoßtechnik) - Wettkampftechnik Kugelstoß Drehstoßtechnik - Alternative Techniken: Angleiten und Wechselschritt als Heranführung 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Diskuswurf (RTP: Kapitel 4.5.3) <ul style="list-style-type: none"> - Basiswissen Diskuswurf - Geräthandhabung und Standwurf - Abwurf aus der Vorbeschleunigung (Drehen) - Wettkampftechnik Diskuswurf 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Speerwurf (RTP: Kapitel 4.5.2) <ul style="list-style-type: none"> - Basiswissen Speerwurf - Geräthandhabung und Standwurf - Abwurf aus dem Anlauf (Dreier, Fünfer, ...) - Wettkampftechnik Speerwurf 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	GLT Hammerwurf (RTP: Kapitel 4.5.4) <ul style="list-style-type: none"> - Basiswissen Hammerwurf - Geräthandhabung und Standwurf - Abwurf aus der Vorbeschleunigung (Drehen) - Wettkampftechnik Hammerwurf 	4

8.3.6 Prüfungsleistungen Hauptkurs

Über die Zulassungen zu den Prüfungen entscheidet der Lehrgangsleiter der Trainer-C-Ausbildung. Dies ist im Besonderen von Relevanz bei Fehlstunden des Teilnehmers. So darf ein Teilnehmer maximal 10% Fehlstunden vorweisen dürfen. Sollte ein Teilnehmer mehr Fehlstunden angesammelt haben, so muss er die fehlenden LE im nachfolgenden Lehrgang des Verbandes nachholen. Dabei müssen die verpassten Lerneinheiten inhaltlich berücksichtigt werden.

Die Prüfungsleistungen gliedern sich in eine schriftliche oder mündliche Theorieprüfung, sowie eine praktische Prüfung.

8.3.6.1 Theoretische Prüfung

Die theoretische Prüfung für den angehenden Trainer-C kann eine mündliche oder schriftliche Prüfung sein und beinhaltet mögliche Fragestellungen zu allen Themenbereichen der Trainer-C-Ausbildung Grundlagentraining. Diese Prüfung soll einen Zeitrahmen von einer Stunde (bei schriftlicher Prüfung) oder 20 Minuten (bei einer mündlichen Prüfung) nicht überschreiten. Mündliche Gruppenprüfungen bis zu drei Teilnehmer sind möglich. Der zeitliche Rahmen ist entsprechend anzupassen.

Die theoretische Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden.

Bei Nichterreichen der notwendigen Leistung kann der Teilnehmer auf eine Nachprüfung bestehen. Diese sollte eine mündliche Nachprüfung sein und hauptsächlich die zuvor vorhandenen Leistungsmängel ansprechen. Bei Bestehen der Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet.

Sollte die Nachprüfung nicht bestanden werden, kann dem Teilnehmer eine weitere, finale Nachprüfung (mündlich) zugestanden werden. Diese ist frühestens nach einer Hospitationszeit von einem Jahr zulässig. In dieser Zeit muss der Teilnehmer mindestens 30 LE bei Trainern nachweisen, die über mindestens eine Trainer-B-Lizenz Leistungssport Leichtathletik verfügen. Bei Bestehen der zweiten Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet. Bei Nichtbestehen der zweiten Nachprüfung besteht für den Teilnehmer keine Möglichkeit zu einem erneuten Prüfungsversuch oder einer erneuten Anmeldung zum Trainer-C Leistungssport Leichtathletik.

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

Bei allen mündlichen Prüfungen müssen immer mindestens zwei Prüfer anwesend sein und ein schriftliches Protokoll geführt werden.

8.3.6.2 Praktische Prüfung

Die praktische Prüfung für den angehenden Trainer-C beinhaltet die Ausarbeitung einer Trainingsstunde und die praktische Demonstration mit Hilfe von Athleten oder Probanden eines Trainingsbausteins aus dieser Ausarbeitung.

Der Kursleiter legt verschiedene Aufgaben für die Ausarbeitung einer Trainingsstunde fest. Es empfiehlt sich, dass die Teilnehmer ihre Aufgaben lösen können. Die Ausarbeitung bezieht sich auf eine Trainingsstunde von 90 Minuten mit einer Trainingsgruppe des Altersbereichs M/W 14/15. Diese Ausarbeitung ist als Hausarbeit ausgelegt. Dem Kursteilnehmer werden für die Ausarbeitung maximal 3 Wochen Zeit gewährt. Die Ausarbeitung ist im Vorfeld der praktischen Demonstration beim Lehrgangleiter bzw. beim Erstprüfer einzureichen. In der Ausarbeitung der Trainingsstunde und deren Bewertung ist auf folgende Punkte einzugehen:

- ▲ Beschreibung der Trainingsstunde
- ▲ Konditionelle, technische oder koordinative Anforderung der Trainingsstunde
- ▲ Anforderungen an den Trainingsinhalt zur Entwicklung des Athleten/der Athleten
- ▲ Einordnung der Trainingseinheit in die Saisonplanung
- ▲ Detaillierte Verlaufsplanung der Einheit inkl. benötigtem Material
- ▲ Vermittlungsmethoden in der Trainingsstunde

Der Lehrgangleiter bestimmt im Vorfeld die praktische Demonstration, die der Prüfling mit Probanden zeigen soll. Diese Demonstration ist Teil der zuvor erstellten Ausarbeitung und soll circa 20 Minuten dauern. Dieser Teil der Prüfung kann auch prozessbegleitend abgenommen werden.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit seitens der Prüfer Ihre ersten Eindrücke dem Teilnehmer mitzuteilen. Bei der praktischen Demonstration müssen mindestens zwei Prüfer anwesend sein. Zudem muss ein schriftliches Protokoll gefertigt werden. In der Demonstration der Trainingsstunde und deren Bewertung ist auf folgende Punkte einzugehen:

- ▲ Ansprache an den Athleten/die Athleten
- ▲ Eingreifen bei Übungen und Fehlerkorrektur
- ▲ Vermittlungsmethoden in der Trainingsdemonstration

Beide Teilergebnisse werden gleichwertig in der Notenvergabe berücksichtigt. Die praktische Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden oder die Prüfer die praktische Demonstration mit mindestens „ausreichend (4,0)“ werten.

Bei Nichterreichen der notwendigen Leistung, kann der Teilnehmer auf eine Nachprüfung bestehen. Diese Nachprüfung sollte eine komplette Wiederholung der o.g. praktischen Prüfung sein. Bei Bestehen der Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet. Die Nachprüfung ist erst frühestens nach einer Hospitationszeit von einem Jahr zulässig. In dieser Zeit muss der Teilnehmer mindestens 30 LE bei Trainern nachweisen, die über mindestens eine Trainer-B-Lizenz Leistungssport Leichtathletik verfügen.

Bei Nichtbestehen der Nachprüfung besteht für den Teilnehmer keine Möglichkeit zu einem erneuten Prüfungsversuch oder einer erneuten Anmeldung zum Trainer-C Leistungssport Leichtathletik.

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

9 Ausbildung Trainer-B – Leistungssport

Der Trainer-B Leistungssport ist die zweite Stufe der leistungssportlichen Ausbildungswege für den Altersbereich der U18 und U20. Die Ausbildung unterteilt sich beim Trainer-B Leistungssport in die fünf Disziplinblöcke der Leichtathletik:

- ▲ Sprint/Hürde
- ▲ Lauf/Gehen
- ▲ Sprung
- ▲ Wurf/Stoß
- ▲ Mehrkampf

Während im Breitensport Trainer viele Vereinsmitglieder ansprechen sollen, ist die Ausbildung im Leistungssport darauf ausgerichtet, Talente zu erkennen und zu fördern. Die Ausbildung zielt darauf ein Aufbautraining im Verein anzubieten. Die Zulassung zur Ausbildung regelt die DLV-Lehrordnung. Ergänzende Zulassungskriterien des jeweiligen Landesverbandes als Ausrichter der Ausbildung (z.B. erweitertes polizeiliches Führungszeugnis) sind zulässig.

9.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des Trainer-B Leistungssport umfasst die Talentförderung auf der Basis leistungssportlich orientierter Trainings- und Wettkampfangebote in der Leichtathletik. Schwerpunkte sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des Aufbautrainings im gewählten Disziplinblock (DSB, 2005). Verbindliche Grundlagen hierfür sind die Rahmentrainingspläne für das Aufbautraining („Jugendleichtathletik“) des DLV (DLV, 2008; DLV, 2010; DLV, 2011; DLV, 2012; DLV, 2014; DLV, 2015).

9.2 Ziele der Ausbildung

Aufbauend auf den bei den Teilnehmern bereits vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen wird durch die aufgeführten Lernziele eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt (nach DSB, 2005) (eine detaillierte Kompetenzaufschlüsselung ist in Anlage 1 dargestellt):

Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz

Der Trainer-B Leistungssport

- ▲ versteht es, die Motivation der Sportler für eine langfristige Sportkarriere zu entwickeln und auszubauen,
- ▲ kennt die Wechselwirkungen von Sozialfaktoren (Elternhaus, Schule/Ausbildung/Beruf, Sozialstatus, Verein ...) und sportlichem Engagement, kann sie in ihrer Komplexität erfassen und persönlichkeitsfördernd auf sie Einfluss nehmen,
- ▲ kennt die Bedeutung der Leichtathletik für die Gesundheit sowie die Risikofaktoren im leichtathletischen Leistungssport und wirkt Letzteren in der Sportpraxis entgegen,

- ▲ kennt und berücksichtigt entwicklungsgemäße und geschlechtsspezifische Besonderheiten spezieller Leistungsgruppen,
- ▲ ist sich der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung der Aktiven bewusst und handelt entsprechend den bildungspolitischen Zielen des DOSB und des DLV,
- ▲ kennt und beachtet den Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer,
- ▲ kann seine eigene Aus-, Fort- und Weiterbildung selbstständig planen und organisieren,
- ▲ leistet Beiträge für die Lehrarbeit innerhalb des Landesverbandes.

Fachkompetenz

Der Trainer-B Leistungssport

- ▲ hat Struktur, Funktion und Bedeutung der Leichtathletik als Leistungssport verinnerlicht und setzt sie im Prozess der Talentförderung im Nachwuchs- bzw. Perspektivkaderbereich um,
- ▲ setzt den jeweiligen Rahmentrainingsplan für das Aufbautraining bis hin zum Anschlusstraining um,
- ▲ kann leistungsorientiertes Training sowie leichtathletische Wettkämpfe organisieren und auswerten und die Sportler dabei anleiten, vorbereiten und betreuen,
- ▲ vertieft sein Wissen über das Grundlagentraining sowie das technische Leitbild durch Erfahrungen aus der Praxis,
- ▲ besitzt umfassende Kenntnisse über aktuelle Wettkampfregele und Sportgeräte sowie über regionale und nationale Leistungssporteinrichtungen,
- ▲ kennt die Möglichkeiten nachwuchsspezifischer Fördersysteme und kann sie für seine Sportlerinnen und Sportler nutzen,
- ▲ schafft für die definierte Zielgruppe ein attraktives und motivierendes Sportangebot.

Methoden- und Vermittlungskompetenz

Der Trainer-B Leistungssport

- ▲ verfügt über umfassendes pädagogisches Grundwissen zur Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Lern- bzw. Trainingseinheiten,
- ▲ verfügt über eine umfassende Palette von Lehr-, Lern- und Trainingsmethoden im Bereich des Grundlagen- und Aufbautrainings,
- ▲ kann Individual- und Gruppentrainingspläne aus den Rahmentrainingsplänen ableiten
- ▲ hat ein Lehr- und Lernverständnis, das den Teilnehmenden genügend Zeit zur Informationsverarbeitung und Gelegenheit für Eigeninitiativen lässt.

Auf Grund der Disziplinvielfalt der Leichtathletik wird die Ausbildung zum Trainer-B in fünf Disziplinblöcken durchgeführt, die der angehende Trainer-B anhand seiner Schwerpunkte in der Trainingsgruppe im Verein und seiner persönlichen Orientierung auswählt: Sprint/Hürde, Lauf/Gehen, Sprung, Wurf/Stoß oder Mehrkampf. Dabei gibt es blockübergreifende allgemeine Themen, die bei parallel stattfindender Ausbildung für alle Teilnehmer gemeinsam vermittelt werden können, sowie die fachlichen Inhalte der jeweiligen Disziplinen im Block.

9.3 Umsetzung der Ausbildung

Die Ausbildung erfolgt durch einen Vorbereitungskurs und einen Hauptkurs. Der Vorbereitungskurs kann als E-Learningkurs innerhalb der DLV-Online-Akademie oder als Präsenzkurs erfolgen. Der Hauptkurs ist eine Präsenzveranstaltung (Theorie und Praxis) und gliedert sich in einen übergreifenden Teil auf, der für alle Disziplinblöcke gleiche Inhalte bietet, und einen disziplinblockspezifischen Teil, der sich blockspezifisch unterscheidet. Der Nachweis des o.g. Vorbereitungskurses hat spätestens zum ersten Präsenztermin des Hauptkurses zu erfolgen. Folgende Inhalte werden gelehrt:

9.3.1 E-Learning-Vorbereitungskurs

Tab. 52. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-B – Leistungssport – Trainingslehre.

Wissensbereich	Thema	LE
Leistung (ATL) & Motivation (PSY) & Bewegungswelten (SOZ) <i>Theorie</i>	Beschreibung und Entwicklung der sportlichen Leistung (RTP Basics: Kapitel 3) <ul style="list-style-type: none"> - Konstitutionell-anatomische Einflussfaktoren - Konditionell-energetischen Einflussfaktoren - Psychische Einflussfaktoren - Koordinativ-technische Einflussfaktoren - Gesellschaftliche Rahmenbedingungen - Leistungsdarstellung im Wettkampf 	2
Leistung (ATL) & Ausbildung (ATL) & Planung & Steuerung (ATL) & Adaptation (ATL) <i>Theorie</i>	Zentrale Verfahren der konditionellen Entwicklung (RTP Basics: Kapitel 5) <ul style="list-style-type: none"> - Krafttraining - Schnelligkeitstraining - Schnelligkeitsausdauertraining - Ausdauertraining - Beweglichkeitstraining - Umfang & Intensität im Jahresverlauf - Perioden im Jahr - Periodisierung im Aufbautraining 	4
Leistung (ATL) & Ausbildung (ATL) <i>Theorie</i>	Voraussetzungstraining (RTP Basics: Kapitel 6) <ul style="list-style-type: none"> - Abgrenzung zum Wettkampfttraining - Koordinative Voraussetzungen - Konditionelle Voraussetzungen - Trainingsumfang 	2
Planung & Steuerung (ATL) & Wettkampflehre (ATL) <i>Theorie</i>	Trainings- und Wettkampfplanung (RTP Basics: Kapitel 8) <ul style="list-style-type: none"> - Training als Regelkreis - Wettkampfplanung - Planungszeiträume - Operativ-Trainingspläne und Trainingsdurchführung - Trainingsprotokollierung und -auswertung 	2

Tab. 53. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-B – Leistungssport – Bewegungslehre.

Wissensbereich	Thema	LE
Sportmotorik (BEW) & Biomechanik (BEW) & Diagnostik (ATL) & Theorie	Techniktraining (RTP Basics: Kapitel 4) <ul style="list-style-type: none"> - Technikerwerb - Technische Vervollkommung - Objektive Messsysteme 	1

Tab. 54. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-B – Leistungssport – Medizin.

Wissensbereich	Thema	LE
Anatomie (MED) Theorie	Grundlagen der Anatomie <ul style="list-style-type: none"> - Anatomische Grundlagen - Grundzüge der Gelenkmechanik - Skelettmuskulatur - Aufbau der Skelettmuskulatur - Kontraktion des Muskels - Sehnen - Kardiovaskuläres System 	6
Physiologie (MED) Theorie	Grundlagen der Physiologie <ul style="list-style-type: none"> - Zellen und Gewebe - Nerven - Blut - Hormone - Muskeladaptation - Energiebereitstellung 	6

Tab. 55. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-B – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil I.

Wissensbereich	Thema	LE
Bildung (PÄD) & Konfliktmanagement (SOZ) Theorie	Trainerrolle im Aufbautraining (RTP Basics: Kapitel 9) <ul style="list-style-type: none"> - Trainer als Zentralfigur - Pädagogik - Coaching - Anti-Doping 	1
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) Theorie	Anti-Doping und Dopingprävention – Trainer-B <ul style="list-style-type: none"> - Was ist Doping? - Einblick in die Meinung von Trainern - WADA – NADA – DLV-Anti-Doping-Koordinierungsstelle - Verbotene Substanzen und Methoden - Anti-Doping-Gesetz - Testpools - Nahrungsergänzungsmittel (NEM) - ADAMS 	4

Tab. 56. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-B – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil II.

Wissensbereich	Thema	LE
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Prävention gegen sexualisierte Gewalt <ul style="list-style-type: none"> - Fallbeispiele – ist das sexualisierte Gewalt? - Unscharfe Situationen im Alltag und im Sport - Neutralisierung und deren Strategien - Definitionen sexualisierte Gewalt - Die Opfer von sexueller Gewalt - Die Täter und Täterinnen - Eine Risikoanalyse im Sport - Das Präventionskonzept des DLV - Interventionsleitfaden innerhalb des DLV 	6
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Diversity-Management <ul style="list-style-type: none"> - Ethnische Herkunft/Rassismus - Geschlecht - Religion/Weltanschauung - Sexuelle Identität - Behinderung & chronische Krankheiten - Alter 	4

9.3.2 Prüfungsleistungen E-Learning-Vorbereitungskurs

Nach jeder Lektion hat der Teilnehmer verschiedene Kontrollfragen nach einem Multiple-Choice-Verfahren zu beantworten, die als Lernerfolgskontrollen zu den zuvor genannten Lerninhalten zu verstehen sind.

Bei Bedarf kann zu Beginn des Hauptkurses eine schriftliche oder mündliche (Einzel oder Kleingruppe) Überprüfung der Lerninhalte des Vorbereitungskurses stattfinden. Über die Ausführung der Prüfung entscheidet der Lehrgangleiter.

Die Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden.

Sollte ein Teilnehmer die Prüfung zum Vorbereitungskurs nicht bestanden haben, bekommt er die Auflage die Inhalte des Vorbereitungskurses zu wiederholen.

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

9.3.3 Präsenz-Vorbereitungskurs

Die Inhalte des Präsenz-Vorbereitungskurses sind analog des E-Learning-Vorbereitungskurses (vgl. Kap. 9.3.1).

Zu Beginn der Präsenzveranstaltung sollte das Kennenlernen und der Einstieg in den gegenseitigen Austausch vom Lehrgangsteiler unterstützt werden.

9.3.4 Prüfungsleistungen Präsenz-Vorbereitungskurs

Eine Prüfungsleistung nach dem Präsenz-Vorbereitungskurs ist nicht notwendig, da die Prüfungsleistung nach dem E-Learning-Vorbereitungskurs lediglich als Lernkontrolle zu verstehen ist.

Bei Bedarf kann zu Beginn des Hauptkurses eine schriftliche oder mündliche (Einzel oder Kleingruppe) Überprüfung der Lerninhalte des Vorbereitungskurses stattfinden. Über die Ausführung der Prüfung entscheidet der Lehrgangsteiler.

Die Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden.

Sollte ein Teilnehmer die Prüfung zum Vorbereitungskurs nicht bestanden haben, bekommt er die Auflage die Inhalte des Vorbereitungskurses zu wiederholen.

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

Bei allen mündlichen Prüfungen müssen immer mindestens zwei Prüfer anwesend sein und ein schriftliches Protokoll geführt werden.

9.3.5 Präsenzphase Hauptkurs

Der Trainer-B-Hauptkurs startet nach dem Abschluss des Vorbereitungskurses zu verschiedenen Präsenzterminen und gliedert sich in einen übergreifenden Teil auf (Hauptkurs Basics), der für alle Disziplinblöcke gleiche Inhalte bietet, und einen disziplinblockspezifischen Teil, der sich blockspezifisch unterscheidet (Hauptkurs Block). Der Ausrichter hat darauf zu achten, dass die Räumlichkeiten und Sportstätten den Ansprüchen genügen und ohne Probleme genutzt werden können.

Teile des Hauptkurses Basics können vor der Präsenzphase als Web-Seminare angeboten werden. Dabei ist auf eine verträgliche Verteilung der Terminwahl zu achten (Uhrzeit am Abend, Wechsel der Wochentage). Teilnehmer des Kurses, die an einem oder mehreren Web-Seminaren nicht teilnehmen können, erhalten die Auflage diese Seminare nachzuarbeiten. Der DLV hat dafür Sorge zu tragen, dass die Web-Seminare aufgezeichnet werden und die Inhalte allen Teilnehmern zur Verfügung stehen.

Zu Beginn der Präsenzveranstaltung sollte das Kennenlernen und der Einstieg in den gegenseitigen Austausch vom Lehrgangsteiler unterstützt werden. Folgende Inhalte werden gelehrt:

Tab. 57. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Einführung.

	Thema	LE
Einführung & Begrüßung	Begrüßung, Formalitäten, Verhaltensregeln	1
Einführung & Begrüßung	Kennenlernen und Erwartungshaltung der Teilnehmer <ul style="list-style-type: none"> - Auswahl an Spielen zum Kennenlernen - Gruppenarbeit: Erwartungshaltung der Teilnehmer an die Ausbildung, Vorstellung der Ergebnisse, Einordnung in die Kompetenzbereiche - Persönlich/sozial, leichtathletikbezogen, vermittlungs-/methodenbezogen 	1

Tab. 58. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Trainingslehre – Teil I.

	Thema	LE
Leistung (ATL) & Adaptation (ATL) Theorie	Einführung in die Trainingswissenschaft <ul style="list-style-type: none"> - Training-Leistungsfähigkeit-Wettkampf - Belastung-Beanspruchung - Leistungssteuerung - Trainingsprinzipien - Kraft - Ausdauer - Koordination - Schnelligkeit - Beweglichkeit 	2
Ausbildung (ATL) & Adaptation (ATL) Theorie	Langfristiger Leistungsaufbau <ul style="list-style-type: none"> - Entwicklungsstufen von Kindern und Jugendlichen - Entwicklungen im Training - Aufbautraining ist Voraussetzungstraining 	2
Diagnostik (ATL) Theorie & Praxis	Einfache Verfahren der Leistungsdiagnostik <ul style="list-style-type: none"> - Diagnostische Ziele - Gütekriterien - Einfache bis komplexe Diagnostik - Beispieltests für Sprungkraft, Explosivkraft, Maximalkraft, Ausdauer 	2
Planung & Steuerung (ATL) Theorie	Periodisierung <ul style="list-style-type: none"> - Alter, Trainingsalter, Entwicklungsstand - Mehrjahresplan, MAZ, MEZ, MIZ - Wettkampfdichte - Spezialisierung 	2

Tab. 59. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Trainingslehre – Teil II.

	Thema	LE
Leistung (ATL) Theorie	Allgemeine athletische Ausbildung (RTP Basics: Kapitel 7.1) <ul style="list-style-type: none"> - Notwendigkeit der allgemein-athletischen Ausbildung aus sportmedizinischer und trainingsmethodischer Sicht - Schwerpunkte und Inhalte der allgemein-athletischen Ausbildung - Möglichkeiten der Diagnostik - Trainingsmethodisches Vorgehen an ausgewählten Beispielen 	2
Wettkampflehre (ATL) Theorie	Grundsätze der Betreuung von Jugendlichen in Training und Wettkampf <ul style="list-style-type: none"> - Motivationsfragen - Konfliktlösung - Erfahrungsaustausch - Festlegung eines Wettkampfziels - Formulierung einer Wettkampftaktik - Auswertung des Wettkampfs 	2

Tab. 60. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Bewegungslehre.

	Thema	LE
Sportmotorik (BEW) & Biomechanik (BEW) Theorie	Einführung in die Bewegungslehre <ul style="list-style-type: none"> - Analyse von Bewegungsabläufen - Morphologische Betrachtungsweise - Biomechanische Betrachtungsweise - Funktionsanalytische Betrachtungsweise - Informationsverarbeitende Betrachtungsweise 	2
Sportmotorik (BEW) Theorie & Praxis	Fortgeschrittenes Koordinationstraining <ul style="list-style-type: none"> - Grundlagen - Erhöhung der Druckbedingungen 	2

Tab. 61. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Medizin.

	Thema	LE
Physiologie (MED) & Adaptation (ATL) Theorie	Biologische Entwicklung im Jugendalter <ul style="list-style-type: none"> - Wachstum und Reifung - Metabolische und muskuläre Anpassungen auf Training - Anpassungen des Herz-Kreislaufsystems auf Training - Anpassungen des respiratorischen Systems auf Training 	2

Tab. 62. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie.

	Thema	LE
Bildung (PÄD) & Bewegungswelten (SOZ) <i>Theorie</i>	Selbstverständnis des Trainers im Nachwuchsleistungssport <ul style="list-style-type: none"> - Trainertätigkeitsfelder - Führungsfigur - Selektion von Talenten - Selbstbild - Entwicklungsprozesse von Spitzentrainern - Eigene Weiterentwicklung 	2
Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Der Trainer als Pädagoge im Leistungssport <ul style="list-style-type: none"> - Spitzensport als Gemeinschaftsaufgabe von Personen und Institutionen - Gruppendynamische Effekte im leistungssportlichen Umfeld - Vorbild- und Führungsfunktion des Trainers 	2

Tab. 63. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Psychologie.

	Thema	LE
Kommunikation (PSY) <i>Theorie</i>	Kommunikations- und Teambuildingprozesse <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsgefühl „inneres Bild“ - Betrachtung „äußeres Bild“ - Kommunikationsquadrat - Teambuilding 	2
Motivation (PSY) & Belastung (PSY) <i>Theorie</i>	Psychologische Aspekte des Nachwuchsleistungstrainings <ul style="list-style-type: none"> - Entwicklungspsychologie - Entwicklungsaufgaben der Adoleszenz - Karriereverläufe im Leistungssport - Rahmenbedingungen und Motivstrukturen im Nachwuchsleistungssport 	2

Tab. 64. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Didaktik.

	Thema	LE
Didaktik (PÄD) <i>Theorie & Praxis</i>	Methodik und Didaktik des leistungssportlichen Trainings <ul style="list-style-type: none"> - Führungsstile - Gruppenorganisation im ABT - Methoden - Wahrnehmung - Perspektivwechsel 	3

Tab. 65. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Management.

	Thema	LE
Netzwerk (MAN) Theorie	Leistungssportstruktur im Landesverband und DLV <ul style="list-style-type: none"> - Aufgaben der Verbände - Kadernominierung - Kaderförderung - Aufgaben und Grenzen der Vereine 	2

Tab. 66. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Prüfung & Abschluss.

	Thema	LE
Prüfung	Schriftliche oder mündliche Prüfung <ul style="list-style-type: none"> - Klausur oder mündliche Fachprüfung (Basics und Disziplinblock) - Besprechung der Aufgaben 	2
Prüfung	Praktische Prüfung <ul style="list-style-type: none"> - Vorstellung der Trainingsplanung aus Kleingruppenarbeit innerhalb der Ausbildung 	2
Prüfung	Praktische Prüfung <ul style="list-style-type: none"> - Schriftliche Hausarbeit zur Trainingsplanung, -durchführung, -dokumentation und -auswertung 	20
Abschluss	Lehrgangsabschluss <ul style="list-style-type: none"> - geselliger Lehrgangsabschluss - ggf. Lizenzausgabe - Fragebogenfeedback zur Ausbildung 	1
Auswertung	Evaluation <ul style="list-style-type: none"> - zur Selbsteinschätzung der Trainer nach einem Jahr praktischer Vereinstätigkeit 	

9.3.5.1 Trainer-B – Leistungssport „Sprint/Hürde“

Tab. 67. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil I.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Leistungsstand und Leistungsentwicklung Sprint/Hürde <ul style="list-style-type: none"> – Leistungsdynamik historisch/prognostisch, national/international – Kennzeichnung von Ursachen (neue Disziplinen, neue Techniken, gerätetechnische Veränderungen, veränderte Wettkampfbregeln, sozialökonomische Faktoren, Kommerzialisierung etc.) – Dopingproblematik und –prävention 	1
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Leistungsbestimmende Faktoren Sprint/Hürde <ul style="list-style-type: none"> – Leistungsbestimmende und leistungsvoraussetzende Faktoren – Darstellung und Interpretation der Leistungsfaktoren und deren Wechselwirkung – Komplexe Wettkampfleistung – Ergänzende Bemerkungen für die anderen Disziplinen – Einfache diagnostische Möglichkeiten und Leistungsdiagnostik – Ableitung von Haupttrainingsbereichen 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Allgemeine athletische Ausbildung Sprint/Hürde <ul style="list-style-type: none"> – Allgemeine Kräftigung zur Entwicklung eines guten gesamtmuskulären Zustands – Agilität & Gewandtheit – Variation der Techniken in den einzelnen Disziplinen – Motorische Weiterentwicklungen des Athleten – Spielfertigkeit – Turnen 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Beschleunigungs- und Schnelligkeitsentwicklung <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte Schnelligkeit – Unterschiede Beschleunigung, maximale Geschwindigkeit und Schnelligkeit – Trainingsformen zur Entwicklung der Schnelligkeit (Übungsauswahl und methodische Gestaltung) – Schnelligkeit und Entspannungsfähigkeit 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Beschleunigungs- und Schnelligkeitsentwicklung <ul style="list-style-type: none"> – Sprint-ABC – Schnelligkeitskoordinative Übungen – Azyklische und zyklische Schnelligkeit – Intensitäten im Schnelligkeitstraining – Schnelligkeit als koordinative Fähigkeit (Differenzierungsfähigkeit, Entspannungsfähigkeit) 	4

Tab. 68. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil II.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Schnelligkeitsausdauertraining <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte Schnelligkeitsausdauer – Einordnung in einzelnen Disziplinen (Kurz sprint, Hürdensprint, Langsprint, Langhürde) – Unterschiede im methodischen Vorgehen in den einzelnen Disziplinen – Anaerob-laktazides Training beim wachsenden Organismus – Trainingsformen (Übungsauswahl und methodische Gestaltung) zur Entwicklung der Schnelligkeitsausdauer 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Schnelligkeitsausdauertraining <ul style="list-style-type: none"> – Voraussetzungen für Schnelligkeitsausdauertraining – Altersspezifische Mittel und Methoden (Trainingsformen) zur Entwicklung der Schnelligkeitsausdauer (vgl. DLV-Wettkampfsystem) – Möglichkeit der Trainingssteuerung bei Anwendung der Intervallmethoden – Sicherung der Belastbarkeit durch Entwicklung und Erhalt des aeroben Niveaus, Kompensation 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Sprintkrafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte Sprintkraft – Einordnung zu den einzelnen Disziplinen (Kurz sprint, Hürdensprint, Langsprint, Langhürde) – Unterschiedliches und methodisches Vorgehen in den einzelnen Disziplinen – Maximalkraft- und spezielles Sprintkrafttraining beim wachsenden Organismus (Problematik z.B. bei Zugwiderstandsläufe) – Sprungkraft als wichtiger Bestandteil des Sprintkrafttrainings – Methodisches Vorgehen bei der Entwicklung der Sprint- und Sprungkraft 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Sprintkrafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Voraussetzungen für Sprintkraft – Altersspezifische Methoden zur Entwicklung der Sprintkraft – Kraftausdauer, Schnellkraftausdauer, Maximalkraft, Schnell- und Reaktivkrafttraining und ihre Bedeutung in einzelnen Disziplinen der Disziplingruppe – Möglichkeiten der Trainingssteuerung bei Anwendung des Schnell- und Reaktivkrafttrainings – Sprungkrafttraining im in der Disziplingruppe Sprint/Hürden – Zugwiderstandsbelastungen im Sprinttraining unter Berücksichtigung des Entwicklungsstandes – Sicherung der Belastbarkeit und Vermeiden muskulärer Dysbalancen 	2

Tab. 69. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil III.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	Belastungsvorbereitung & -verträglichkeit Sprintdisziplinen – Langfristiger Leistungsaufbau – Entwicklungskonzeption – Vorbereitung von Athleten	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Kurz sprint – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Kurz sprint – Tiefstart und Sprinttechnik – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Grundsätzliche Trainingsplanung – Altersspezifisches Anforderungsprofil	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Kurz sprint – Erlernung und Vervollkommnung Tiefstart und Sprintlauftechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung – Sprint und Lockerheit (Entspannungsfähigkeit)	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Langsprint – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Langsprint – Phaseneinteilung und Funktion (konditionelle Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Grundsätzliche Trainingsplanung – Altersspezifisches Anforderungsprofil	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Kurzhürde – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Hürdensprinttechnik – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Unterschiede im Hürdensprint männlich und weiblich Altersspezifisches Anforderungsprofil	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Kurzhürde – Erlernung und Vervollkommnung Hürdensprinttechnik m/w – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	4

Tab. 70. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B– Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil IV.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Langhürde <ul style="list-style-type: none"> – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Langhürde – Phaseneinteilung und Funktion (konditionelle Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Grundsätzliche Trainingsplanung – Altersspezifisches Anforderungsprofil 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Langhürde <ul style="list-style-type: none"> – Erlernung und Vervollkommnung Langhürdentechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Sprintstaffel <ul style="list-style-type: none"> – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Sprintstaffel – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Unterschiede Kurz sprintstaffel und Langsprintstaffel 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Sprintstaffel <ul style="list-style-type: none"> – Erlernung und Vervollkommnung Sprintstaffel – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Trainingsplanung <ul style="list-style-type: none"> – Trainingsplanung am Beispiel einer Sprintdisziplin – Trainingsplanung in Einheit von Planung, Dokumentation und Auswertung (Regelkreis) – Mehrjahresaufbau – Planung und Dokumentation der Haupttrainingsbereiche inkl. der Kennziffern – Arbeit mit dem RTP Sprint 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Trainingsplanung <ul style="list-style-type: none"> – Kleingruppenarbeit zur Ausarbeitung einer Trainingsplanung – Mehrjahresaufbau – Allgemeine VP – Spezielle VP – WK-Phase 	6

9.3.5.2 Trainer-B – Leistungssport „Lauf/Gehen“

Tab. 71. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil I.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Leistungsstand und Leistungsentwicklung Lauf/Gehen <ul style="list-style-type: none"> – Leistungsdynamik historisch/prognostisch, national/international – Kennzeichnung von Ursachen (neue Disziplinen, neue Techniken, gerätetechnische Veränderungen, veränderte Wettkampfbregeln, sozialökonomische Faktoren, Kommerzialisierung etc.) – Dopingproblematik und –prävention 	1
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Leistungsbestimmende Faktoren Lauf/Gehen <ul style="list-style-type: none"> – Leistungsbestimmende und leistungsvoraussetzende Faktoren – Darstellung und Interpretation der Leistungsfaktoren und deren Wechselwirkung – Komplexe Wettkampfleistung – Ergänzende Bemerkungen für die anderen Disziplinen – Einfache diagnostische Möglichkeiten und Leistungsdiagnostik – Ableitung von Haupttrainingsbereichen 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Allgemeine athletische Ausbildung Lauf/Gehen <ul style="list-style-type: none"> – Allgemeine Kräftigung zur Entwicklung eines guten gesamtmuskulären Zustands – Agilität & Gewandtheit – Dehnfähigkeit und Beweglichkeit – Stabilisation – Schnelligkeit und Reaktion – Grundlagenausdauer – Spielfertigkeit – Turnen 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	Belastungsvorbereitung & -verträglichkeit Laufdisziplinen <ul style="list-style-type: none"> – Langfristiger Leistungsaufbau – Entwicklungskonzeption – Vorbereitung von Athleten 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Grundlagenausdauer <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte der Ausdauer – Unterschiede Grundlagenausdauer I und II – Trainingsmittel und -methoden zur Entwicklung der Grundlagenausdauer – Semispezifische Trainingsmittel – Methodisches Vorgehen bei der Entwicklung der Grundlagenausdauer – Grundlagenausdauer und allgemeine Ausdauer – Grundlagenausdauer im Gehen 	2

Tab. 72. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil II.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Grundlagenausdauer <ul style="list-style-type: none"> – Trainingsmittel zur Entwicklung der allgemeinen Ausdauer – Semispezifische Trainingsmittel – Dauerleistungs- und extensive Intervallmethode zur Entwicklung der Grundlagenausdauer – Tempogefühl als wichtige Voraussetzung – Belastungssteuerung bei der Entwicklung der Grundlagenausdauer – Grundlagenausdauer in den Disziplinen (Mittel- und Langstrecke, Gehen) 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Schnelligkeitsausdauertraining <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte Schnelligkeitsausdauer – Einordnung in einzelnen Disziplinen (Mittel-, Langstrecke, Hindernislauf, Gehen, Marathon) – Unterschiedliches methodisches Vorgehen in einzelnen Disziplinen – Anaerob-laktazides Training beim wachsenden Organismus – Trainingsmittel und -methoden zur Schnelligkeitsausdauerentwicklung – Methodisches Vorgehen bei der Entwicklung der Schnelligkeitsausdauer 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Schnelligkeitsausdauertraining <ul style="list-style-type: none"> – Voraussetzungen für Schnelligkeitsausdauertraining – Altersspezifische Mittel und -methoden zur Entwicklung der Schnelligkeitsausdauer – Möglichkeiten der Trainingssteuerung bei Anwendung der Intervallmethode – Sicherung der Belastbarkeit (Erhalt und Entwicklung aerobes Niveau, Kompensation) 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Kraftausdauertraining <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte Kraftausdauer – Einordnung in einzelnen Disziplinen (Mittel-, Langstrecke, Hindernislauf, Gehen, Marathon) – Unterschiedliches methodisches Vorgehen in einzelnen Disziplinen – Trainingsmittel und -methoden zur Kraftausdauerentwicklung – Sprungkraftausdauer als wichtiger Bestandteil des Kraftausdauertrainings – Methodisches Vorgehen bei der Entwicklung der Kraftausdauer 	2

Tab. 73. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil III.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Kraftausdauertraining <ul style="list-style-type: none"> – Kraftausdauer im Zirkeltraining, Kraft-Motorik-Programm oder am Berg – Altersspezifische Mittel und -methoden zur Entwicklung der Kraftausdauer – Kraftausdauer/Schnellkraftausdauer, Schnell- und Reaktivkrafttraining und ihre Bedeutung in einzelnen Disziplinen der Disziplingruppe – Möglichkeiten der Trainingssteuerung bei Anwendung des Kraftausdauertrainings – Vermeidung muskulärer Dysbalancen 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Schnelligkeitstraining <ul style="list-style-type: none"> – Definition und physiologische Aspekte der Schnelligkeit – Unterschiede Beschleunigung, maximale Geschwindigkeit und Schnelligkeit – Trainingsmittel und -methoden zur Entwicklung der Schnelligkeit – Methodisches Vorgehen bei der Entwicklung der Schnelligkeit – Schnelligkeits- und Ausdauerarten im Lauf 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Schnelligkeitstraining <ul style="list-style-type: none"> – Schnelligkeitskoordinative Übungen – Azyklische und zyklische Schnelligkeit – Intensitäten im Schnelligkeitstraining – Schnelligkeit als koordinative Fähigkeit (Differenzierungsfähigkeit, Entspannungsfähigkeit, Frequenzfähigkeit) – Schnelligkeit im physisch und psychisch ermüdeten Zustand – Schnelligkeit beim sportlichen Gehen 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Wettkampfspezifisches Ausdauertraining (WSA) <ul style="list-style-type: none"> – Definition und physiologische Aspekte wettkampfspezifische Ausdauer – Unterschiede im methodischen Vorgehen der einzelnen Disziplinen – WSA-Training als intensivste Trainingsbereich im Lauf (Einordnung im langfristigen Leistungsaufbau) – Trainingsmittel und -methoden zur Entwicklung der WSA 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Lauftechnik <ul style="list-style-type: none"> – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile der Lauftechnik – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik des Laufes in unterschiedlichen Geschwindigkeiten – Konditionelle Voraussetzungen – Altersspezifisches Anforderungsprofil 	2

Tab. 74. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil IV.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Lauftechnik – Vervollkommnung der Lauftechnik – Lauf-ABC und seine Varianten – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Grundlagen des Höhentrainings – Theoretische Grundlagen – Methoden des Höhentrainings – Langfristige Höhenkompetenz	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Mittelstrecke und Langstrecke – Beiderlei Entwicklung im Aufbautraining – Leistungsvoraussetzungen Mittelstrecke/Langstrecke – Bedeutung der GA und VO ₂ max – Grundsätzliche Trainingsplanung – Altersspezifisches Anforderungsprofil	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Hindernis – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Hindernislauf – Hindernis- vs. Hürdenlauftechnik – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Besonderheiten des 3000m-Hindernislaufes – Altersspezifisches Anforderungsprofil	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Hindernis – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung – Überquerung Hindernis – Überquerung Wassergraben	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Gehen – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Gehen – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Grundsätzliche Trainingsplanung – Altersspezifisches Anforderungsprofil	2

Tab. 75. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil V.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Gehen – Erlernung und Vervollkommnung Gehen – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Trainingsplanung – Trainingsplanung am Beispiel einer Laufdisziplin – Trainingsplanung in Einheit von Planung, Dokumentation und Auswertung (Regelkreis) – Mehrjahresaufbau – Planung und Dokumentation der Haupttrainingsbereiche inkl. der Kennziffern – Arbeit mit dem RTP Lauf/Gehen	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Trainingsplanung – Kleingruppenarbeit zur Ausarbeitung einer Trainingsplanung – Mehrjahresaufbau – Allgemeine VP – Spezielle VP – WK-Phase	6

9.3.5.3 Trainer-B – Leistungssport „Sprung“

Tab. 76. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprung – Teil I.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Leistungsstand und Leistungsentwicklung Sprung – Leistungsdynamik historisch/prognostisch, national/international – Kennzeichnung von Ursachen (neue Disziplinen, neue Techniken, gerätetechnische Veränderungen, veränderte Wettkampfgeln, sozialökonomische Faktoren, Kommerzialisierung etc.) – Dopingproblematik und –prävention	1
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Leistungsbestimmende Faktoren Sprung – Leistungsbestimmende und leistungsvoraussetzende Faktoren – Darstellung und Interpretation der Leistungsfaktoren und deren Wechselwirkung – Komplexe Wettkampfleistung – Ergänzende Bemerkungen für die anderen Disziplinen – Einfache diagnostische Möglichkeiten und Leistungsdiagnostik – Ableitung von Haupttrainingsbereichen	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Allgemeine athletische Ausbildung Sprung – Allgemeine Kräftigung zur Entwicklung eines guten gesamtmuskulären Zustands – Agilität & Gewandtheit – Dehnfähigkeit und Beweglichkeit – Stabilisation – Schnelligkeit und Reaktion – Grundlagenausdauer – Spielfertigkeit – Turnen	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	Belastungsvorbereitung & -verträglichkeit Sprungdisziplinen – Langfristiger Leistungsaufbau – Entwicklungskonzeption – Vorbereitung von Athleten	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Schnelligkeitsentwicklung – Definition physiologische Aspekte der Schnelligkeit – Unterschiede Beschleunigung, maximale Geschwindigkeit und Schnelligkeit – Trainingsmittel und -methoden zur Entwicklung der Schnelligkeit – Methodisches Vorgehen bei der Entwicklung der Schnelligkeit	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Schnelligkeitsentwicklung – Trainingsmittel Sprint-ABC – Schnelligkeitskoordinative Übungen – Azyklische und zyklische Schnelligkeit – Technik Sprintlauf/Beschleunigungslauf aus sprungspezifischer Sicht	2

Tab. 77. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprung – Teil II.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Kraft-/Sprungkrafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte Kraft- und Sprungkrafttraining – Einordnung in einzelne Disziplinen – Unterschiede Maximalkraft, Schnellkraft, reaktive Kraft – Krafttraining beim wachsenden Organismus – Trainingsmittel und -methoden zur Kraft- und Sprungkraftentwicklung – Methodisches Vorgehen bei der Entwicklung der Kraft und Sprungkraft 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Kraft-/Sprungkrafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Voraussetzungen für Sprungkrafttraining – Altersspezifische Mittel und Methoden zur Entwicklung verschiedener Sprungkraftformen – Altersspezifische Mittel und Methoden zur Entwicklung verschiedener Kraftformen – Sicherung Belastbarkeit – Vermeidung muskulärer Dysbalancen 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Weitsprung <ul style="list-style-type: none"> – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Weitsprung – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Altersspezifisches Anforderungsprofil 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Weitsprung <ul style="list-style-type: none"> – Erlernung und Vervollkommnung Weitsprung – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Hochsprung <ul style="list-style-type: none"> – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Hochsprung – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Altersspezifisches Anforderungsprofil 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Hochsprung <ul style="list-style-type: none"> – Erlernung und Vervollkommnung Hochsprung (Flop) – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung 	4

Tab. 78. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprung – Teil III.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Dreisprung – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Dreisprung – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – altersspezifisches Anforderungsprofil	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Dreisprung – Erlernung und Vervollkommnung Dreisprungtechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben von Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Stabhochsprung – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Stabhochsprung – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – altersspezifisches Anforderungsprofil	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Stabhochsprung – Erlernung und Vervollkommnung der Stabhochsprungtechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben von Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Trainingsplanung – Trainingsplanung am Beispiel einer Sprungdisziplin – Trainingsplanung in Einheit von Planung, Dokumentation und Auswertung (Regelkreis) – Mehrjahresaufbau – Planung und Dokumentation der Haupttrainingsbereiche inkl. der Kennziffern – Arbeit mit dem RTP Sprung	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Trainingsplanung – Kleingruppenarbeit zur Ausarbeitung einer Trainingsplanung – Mehrjahresaufbau – Allgemeine VP – Spezielle VP – WK-Phase	6

9.3.5.4 Trainer-B – Leistungssport „Wurf/Stoß“

Tab. 79. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil I.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Leistungsstand und Leistungsentwicklung Wurf/Stoß <ul style="list-style-type: none"> – Leistungsdynamik historisch/prognostisch, national/international – Kennzeichnung von Ursachen (neue Disziplinen, neue Techniken, gerätetechnische Veränderungen, veränderte Wettkampfregele, sozialökonomische Faktoren, Kommerzialisierung etc.) – Dopingproblematik und –prävention 	1
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Leistungsbestimmende Faktoren Wurf/Stoß <ul style="list-style-type: none"> – Leistungsbestimmende und leistungsvoraussetzende Faktoren – Darstellung und Interpretation der Leistungsfaktoren und deren Wechselwirkung – Komplexe Wettkampfleistung – Ergänzende Bemerkungen für die anderen Disziplinen – Diagnostische Möglichkeiten und Leistungsdiagnostik – Ableitung von Haupttrainingsbereichen 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Allgemeine athletische Ausbildung Wurf/Stoß <ul style="list-style-type: none"> – Allgemeine Kräftigung zur Entwicklung eines guten gesamtmuskulären Zustands – Agilität & Gewandtheit – Dehnfähigkeit und Beweglichkeit – Stabilisation – Schnelligkeit und Reaktion – Grundlagenausdauer – Spielfertigkeit – Turnen 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Maximalkrafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte der Maximalkraft – Unterschiede Hypertrophie und intramuskuläre Koordination bezüglich Maximalkraft – Maximalkrafttraining im ontogenetischen Entwicklungsstand (Belastbarkeit Binde- und Stützapparat) – Trainingsmittel und -methoden zur Entwicklung der Maximalkraft – Methodisches Vorgehen bei der Entwicklung der Maximalkraft (Unterschied zwischen Aufbau- und Hochleistungstraining) 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Maximalkrafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Trainingsmittel Maximalkraft unter altersspezifischem Aspekt – Methodik Maximalkrafttraining zur Verbesserung der intramuskulären Koordination sowie hypertrophieorientiert – Technik des Hanteltraining unter dem Aspekt der Wirbelsäulenentlastung 	4

Tab. 80. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil II.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	Belastungsvorbereitung & -verträglichkeit Wurfdisziplinen – Langfristiger Leistungsaufbau – Entwicklungskonzeption – Vorbereitung von Athleten	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT spezielle Kraft - Kraft-/Wurfkrafttraining – Definition, Arten und physiologische Aspekte der Schnell- und Wurfkraft – Einordnung in einzelnen Disziplinen (Abwurfgeschwindigkeit als entscheidende Größe) – Unterschiede Maximalkraft, Schnellkraft, Reaktivkraft – Wurfkrafttraining beim wachsenden Organismus (Belastbarkeit, Gerätegewichte) – Trainingsformen zur Wurfkraftentwicklung – Methodisches Vorgehen bei der Entwicklung der Wurfkraft	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT spezielle Kraft - Kraft-/Wurfkrafttraining – Voraussetzungen für Wurfkrafttraining – Altersspezifische Mittel und Methoden zur Entwicklung verschiedener Wurfkraftformen – Unterschiede in einzelnen Disziplinen (Speerwurf und Kugelstoß als Extrema bezüglich der Abfluggeschwindigkeit des Gerätes) – Unterschiedliche Trainingsmittel der Disziplinen – Sprung- und Streckkrafttraining der unteren Extremitäten als immanenter Bestandteil des speziellen Krafttrainings im Wurf/Stoß – Sicherung der Belastbarkeit – Vermeidung muskulärer Dysbalancen	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Kugelstoßen – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Kugelstoßen – Primär Drehstoßtechnik – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Altersspezifisches Anforderungsprofil	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Kugelstoßen – Erlernung und Vervollkommnung Kugelstoßtechnik (Drehstoß) – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	4

Tab. 81. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil III.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Diskuswurf <ul style="list-style-type: none"> – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Diskuswurf – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Altersspezifisches Anforderungsprofil 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Diskuswurf <ul style="list-style-type: none"> – Erlernung und Vervollkommnung Diskuswurftechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Speerwurf <ul style="list-style-type: none"> – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Speerwurf – Besonderheiten Speerwurf als „Schnelligkeitsdisziplin“ – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Altersspezifisches Anforderungsprofil 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Speerwurf <ul style="list-style-type: none"> – Erlernung und Vervollkommnung Speerwurftechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Hammerwurf <ul style="list-style-type: none"> – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Hammerwurf – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Altersspezifisches Anforderungsprofil 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Hammerwurf <ul style="list-style-type: none"> – Erlernung und Vervollkommnung Hammerwurftechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung 	4

Tab. 82. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil IV.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Trainingsplanung <ul style="list-style-type: none"> – Trainingsplanung am Beispiel einer Wurfdisziplin – Trainingsplanung in Einheit von Planung, Dokumentation und Auswertung (Regelkreis) – Mehrjahresaufbau – Planung und Dokumentation der Haupttrainingsbereiche inkl. der Kennziffern – Arbeit mit dem RTP Wurf/Stoß 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Trainingsplanung <ul style="list-style-type: none"> – Kleingruppenarbeit zur Ausarbeitung einer Trainingsplanung – Mehrjahresaufbau – Allgemeine VP – Spezielle VP – WK-Phase 	6

9.3.5.5 Trainer-B – Leistungssport „Mehrkampf“

Tab. 83. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Mehrkampf – Teil I.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Leistungsstand und Leistungsentwicklung Mehrkampf <ul style="list-style-type: none"> – Leistungsdynamik historisch/prognostisch, national/international – Kennzeichnung von Ursachen (neue Disziplinen, neue Techniken, gerätetechnische Veränderungen, veränderte Wettkampfgeln, sozialökonomische Faktoren, Kommerzialisierung etc.) – Dopingproblematik und –prävention 	1
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Leistungsbestimmende Faktoren Mehrkampf <ul style="list-style-type: none"> – Leistungsbestimmende und leistungsvoraussetzende Faktoren – Darstellung und Interpretation der Leistungsfaktoren und deren Wechselwirkung – Komplexe Wettkampfleistung – Ergänzende Bemerkungen für die anderen Disziplinen – Diagnostische Möglichkeiten und Leistungsdiagnostik – Ableitung von Haupttrainingsbereichen 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Allgemeine athletische Ausbildung Mehrkampf <ul style="list-style-type: none"> – Allgemeine Kräftigung zur Entwicklung eines guten gesamtmuskulären Zustands – Agilität & Gewandtheit – Dehnfähigkeit und Beweglichkeit – Stabilisation – Schnelligkeit und Reaktion – Grundlagenausdauer – Spielfertigkeit – Turnen – Koordinatives und variantenreiches Training 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	Belastungsvorbereitung & -verträglichkeit Mehrkampf <ul style="list-style-type: none"> – Langfristiger Leistungsaufbau – Entwicklungskonzeption Vorbereitung von Athleten	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Beschleunigungs- und Schnelligkeitsentwicklung <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte Schnelligkeit – Unterschiede Beschleunigung, maximale Geschwindigkeit und Schnelligkeit – Trainingsformen zur Entwicklung der Schnelligkeit (Übungsauswahl und methodische Gestaltung) – Schnelligkeit und Entspannungsfähigkeit 	2

Tab. 84. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Mehrkampf – Teil II.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Beschleunigungs- und Schnelligkeitsentwicklung <ul style="list-style-type: none"> – Sprint-ABC – Schnelligkeitskoordinative Übungen – Azyklische und zyklische Schnelligkeit – Intensitäten im Schnelligkeitstraining – Schnelligkeit als koordinative Fähigkeit (Differenzierungsfähigkeit, Entspannungsfähigkeit) 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Schnelligkeitsausdauertraining <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte Schnelligkeitsausdauer – Einordnung in einzelnen Disziplinen (Kurz sprint, Hürdensprint, Langsprint) – Unterschiede im methodischen Vorgehen in den einzelnen Disziplinen – Anaerob-laktazides Training beim wachsenden Organismus – Trainingsformen (Übungsauswahl und methodische Gestaltung) zur Entwicklung der Schnelligkeitsausdauer 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Ausdauer <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte der Ausdauer – Grundlagenausdauer und allgemeine Ausdauer – Unterschiede Grundlagenausdauer I und II – Trainingsmittel und -methoden zur Entwicklung der Grundlagenausdauer – Semispezifische Trainingsmittel – Methodisches Vorgehen bei der Entwicklung der Grundlagenausdauer 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Krafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte der Krafttrainings – Einordnung in einzelne Disziplinen des Mehrkampfes – Unterschiedliches, methodisches Vorgehen in den einzelnen Disziplinen – Maximalkraft- und spezielles Krafttraining beim wachsenden Organismus – Sprungkraft als wichtiger Bestandteil des Krafttrainings – Methodisches Vorgehen bei der Entwicklung der Sprint-, Sprung- und Wurfkraft 	2

Tab. 85. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Mehrkampf – Teil III.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Krafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Voraussetzungen für Krafttraining – altersspezifische Methoden zur Entwicklung der Kraft – Kraftausdauer, Schnellkraftausdauer, Maximalkraft, Schnell- und Reaktivkrafttraining und ihre Bedeutung in einzelnen Disziplinen – Möglichkeiten der Trainingssteuerung bei Anwendung des Schnell- und Reaktivkrafttrainings – Sprungkrafttraining – Zugwiderstandsbelastungen unter Berücksichtigung des Entwicklungsstandes – Sicherung der Belastbarkeit und Vermeiden muskulärer Dysbalancen 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Sprint/Hürde <ul style="list-style-type: none"> – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Sprint und Kurzhürde – Tiefstart und Sprinttechnik – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Unterschiede im Hürdensprint männlich und weiblich – Konditionelle Voraussetzungen – Altersspezifisches Anforderungsprofil 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Sprint <ul style="list-style-type: none"> – Erlernung und Vervollkommnung Tiefstart und Sprintlauftechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung – Sprint und Lockerheit (Entspannungsfähigkeit) 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Kurzhürde <ul style="list-style-type: none"> – Erlernung und Vervollkommnung Hürdensprinttechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Sprung <ul style="list-style-type: none"> – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Sprung – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Altersspezifisches Anforderungsprofil 	2

Tab. 86. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Mehrkampf – Teil IV.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Weitsprung – Erlernung und Vervollkommnung Weitsprungtechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Hochsprung – Erlernung und Vervollkommnung Hochsprungtechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Stabhochsprung – Erlernung und Vervollkommnung Stabhochsprungtechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	ABT Wurf/Stoß – Biomechanische Grundlagen, Technikmodelle und Anforderungsprofile Wurf/Stoß – Phaseneinteilung und Funktion (biomechanische Betrachtung) – Charakteristik der unterschiedlichen Technikvarianten – Konditionelle Voraussetzungen – Altersspezifisches Anforderungsprofil	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Kugel – Erlernung und Vervollkommnung Kugelstoßtechnik (Angleiten und Drehen) – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Diskus – Erlernung und Vervollkommnung Diskuswurftechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	2

Tab. 87. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Mehrkampf – Teil V.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	ABT Speer – Erlernung und Vervollkommnung Speerwurftechnik – Wiederholung und methodische Reihe bei Erlernung – Vorbereitende und vervollkommnende Übungen – Üben Fehlererkennen – visuell/per Video – Kennzeichnung von Ursachen und Möglichkeiten der Beseitigung	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Trainingsplanung – Trainingsplanung am Beispiel Mehrkampf – Trainingsplanung in Einheit von Planung, Dokumentation und Auswertung (Regelkreis) – Mehrjahresaufbau – Planung und Dokumentation der Haupttrainingsbereiche inkl. der Kennziffern – Arbeit mit dem RTP Mehrkampf	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Trainingsplanung – Kleingruppenarbeit zur Ausarbeitung einer Trainingsplanung – Mehrjahresaufbau – Allgemeine VP – Spezielle VP – WK-Phase	6

9.3.6 Prüfungsleistungen Hauptkurs

Über die Zulassungen zu den Prüfungen entscheidet der Lehrgangsleiter der Trainer-B-Ausbildung. Dies ist im Besonderen von Relevanz bei Fehlstunden des Teilnehmers. So darf ein Teilnehmer maximal 10% Fehlstunden vorweisen dürfen. Sollte ein Teilnehmer mehr Fehlstunden angesammelt haben, so muss er die fehlenden LE im nachfolgenden Lehrgang des Verbandes nachholen. Dabei müssen die verpassten Lerneinheiten inhaltlich berücksichtigt werden.

Die Prüfungsleistungen gliedern sich in eine schriftliche oder mündliche Theorieprüfung, sowie eine praktische Prüfung.

9.3.6.1 Theoretische Prüfung

Die theoretische Prüfung für den angehenden Trainer-B kann eine mündliche oder schriftliche Prüfung sein und beinhaltet mögliche Fragestellungen zu allen Themenbereichen der Trainer-B-Ausbildung. Diese Prüfung soll einen Zeitrahmen von einer Stunde (bei schriftlicher Prüfung) oder 30 Minuten (bei einer mündlichen Prüfung) nicht überschreiten. Mündliche Gruppenprüfungen bis zu drei Teilnehmer sind möglich. Der zeitliche Rahmen ist entsprechend anzupassen.

Die theoretische Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden.

Bei Nichterreichen der notwendigen Leistung kann der Teilnehmer auf eine Nachprüfung bestehen. Diese sollte eine mündliche Nachprüfung sein und hauptsächlich die zuvor vorhandenen Leistungsmängel ansprechen. Bei Bestehen der Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet.

Sollte die Nachprüfung nicht bestanden werden, kann dem Teilnehmer eine weitere, finale Nachprüfung (mündlich) zugestanden werden. Diese ist frühestens nach einer Hospitationszeit von einem Jahr zulässig. In dieser Zeit muss der Teilnehmer mindestens 30 LE bei Trainern nachweisen, die über mindestens eine Trainer-A-Lizenz Leistungssport Leichtathletik verfügen. Bei Bestehen der zweiten Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet. Bei Nichtbestehen der zweiten Nachprüfung besteht für den Teilnehmer keine Möglichkeit zu einem erneuten Prüfungsversuch oder einer erneuten Anmeldung zum Trainer-B Leistungssport Leichtathletik.

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

Bei allen mündlichen Prüfungen müssen immer mindestens zwei Prüfer anwesend sein und ein schriftliches Protokoll geführt werden.

9.3.6.2 Praktische Prüfung

Die praktische Prüfung für den angehenden Trainer-B beinhaltet zwei Komponenten, die die Gesamtbewertung der praktischen Prüfung ausmachen.

Vorstellung der Trainingsplanung aus Kleingruppenarbeit innerhalb der Ausbildung

Die angehenden Trainer-B stellen ihre zuvor ausgearbeitete Trainingsplanung dem Plenum und den Prüfern vor. Die Planung bezieht sich auf einen Athleten der U18 oder U20 und eine zuvor benannte Disziplin. Dabei sollen folgende Aspekte bearbeitet sein:

- ▲ Darstellung des Athleten
- ▲ Kurze Stärken- und Schwächenanalyse
- ▲ Mehrjahresaufbau/langfristige Entwicklung
- ▲ Detaillierte Trainingsplanung innerhalb der allgemeinen VP
- ▲ Detaillierte Trainingsplanung innerhalb der speziellen VP
- ▲ Detaillierte Trainingsplanung innerhalb der WK-Phase

Die Prüfer sind angehalten bei Bedarf Fragen zu stellen. Hierbei sollen möglichst alle Gruppenmitglieder angesprochen werden. Dabei sollte primär auf folgende Aspekte geachtet werden:

- ▲ Struktureller Aufbau
- ▲ Angepasster Trainingsumfang
- ▲ Angepasste Trainingsintensität
- ▲ Angepasste Trainingsmittel
- ▲ Wechselspiel Belastung und Erholung
- ▲ Vor- und Nachbereitung von Haupttrainingseinheiten im Gesamtkontext

Schriftliche Hausarbeit zur Trainingsplanung, -durchführung, -dokumentation und -auswertung

Jeder angehende Trainer-B hat eine schriftliche Hausarbeit als Prüfungsleistung anzufertigen, die ebenso in die praktische Prüfung einfließt. Die Planung bezieht sich auf ein einzelnes Talent der eigenen Trainingsgruppe oder auf die gesamte Trainingsgruppe im Altersbereich U18 oder U20 und dokumentiert folgende Aspekte des Trainings:

- ▲ Kurze Beschreibung der leistungsbestimmenden Merkmale der Disziplin (Kondition, Technik)
- ▲ Kennzeichnung der Trainingsgruppe (kurze Beschreibung der Athleten mit Trainingsalter und Leistungsniveau, usw.)
- ▲ Bewertung der Athleten anhand der o.g. leistungsbestimmenden Merkmale (Stärken, Defizite, Leistungsentwicklung)
- ▲ Zielsetzung für die vergangene oder kommende Wettkampfsaison
- ▲ Trainingsplanung (ggfs. Schwerpunktsetzungen herausarbeiten)
- ▲ Dokumentation des durchgeführten Trainings und der Leistungsüberprüfungen (Tests, Wettkämpfe)
- ▲ Steuerungsmaßnahmen (Begründung der Trainingsanpassungen!)
- ▲ Analyse und Beurteilung der Wirksamkeit des durchgeführten Trainings und der Steuerungsmaßnahmen unter Bezug der Zielstellung und kurzer Ausblick auf das weitere Vorgehen

Die Aufgabe soll die Trainingsarbeit des angehenden Trainers überprüfen und gleichzeitig dem Prüfling die Möglichkeit zur Reflektion und Erweiterung durch Wiederholung und eigener Weiterbildung eröffnen. Die Prüfer der Hausarbeit sind angehalten auf folgende Aspekte ihr Augenmerk zu richten:

- ▲ Systematischen Planung (Trainingsabschnitt ist Beginn einer Vorbereitungsperiode bis Ende einer Wettkampfperiode)
- ▲ Orientierung an den Rahmentrainingsplänen des DLV (Basis des Handelns sollen die entsprechenden Rahmentrainingspläne des jeweiligen Disziplinblockes sein)
- ▲ Ausreichende Protokollierung (Dokumentation des durchgeführten Trainings sowie der dabei erreichten Test- und Wettkampfergebnisse)
- ▲ Fähigkeit zur Auswertung und kritischen Analyse (Soll-Ist-Vergleich des Trainings und Überprüfung einer Trainingswirksamkeit und daraus evtl. resultierender Trainingsanpassungen)

Der Umfang der schriftlichen Hausarbeit sollte bei mindestens 10 Seiten liegen (reiner Text, normale Schriftgröße und Einzüge). Die Prüfer fertigen zu jeder Hausarbeit eine kurze Stellungnahme mit Bewertung und Verbesserungsvorschlägen an, die dem Prüfling zugeht.

Beide Teilergebnisse der praktischen Prüfung werden gleichwertig in der Notenvergabe berücksichtigt. Die praktische Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden oder die Prüfer die praktischen Ausarbeitungen mit mindestens „ausreichend (4,0)“ werten.

Bei Nichterreichen der notwendigen Leistung, kann der Teilnehmer auf eine Nachprüfung bestehen. Diese Nachprüfung ist eine Nacharbeit der abgelieferten Trainingsplanung oder Hausarbeit (je nachdem

welcher Teil nicht bestanden wurde). Bei Bestehen der Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet.

Bei Nichtbestehen der Nachprüfung besteht für den Teilnehmer keine Möglichkeit zu einem erneuten Prüfungsversuch oder einer erneuten Anmeldung zum Trainer-B Leistungssport Leichtathletik. Betrugsversuche werden mit einer lebenslangen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

10 Ausbildung Trainer-A – Leistungssport

Der Trainer-A Leistungssport ist die dritte Stufe der leistungssportlichen Ausbildungswege für den Altersbereich der Junioren und Aktivenklassen. Die Ausbildung unterteilt sich beim Trainer-A Leistungssport in die fünf Disziplinblöcke der Leichtathletik:

- ▲ Sprint/Hürde
- ▲ Lauf/Gehen
- ▲ Sprung
- ▲ Wurf/Stoß
- ▲ Mehrkampf

Die Ausbildung zielt darauf ein Anschluss- und Leistungstraining im Verein anzubieten. Die Ausbildung zum Trainer-A richtet allein der Deutsche Leichtathletik-Verband aus. Die Zulassung zur Ausbildung regelt die DLV-Lehrordnung. Ergänzende Zulassungskriterien des DLV als Ausrichter der Ausbildung (z.B. erweitertes polizeiliches Führungszeugnis) sind zulässig. Das Mindestalter eines Teilnehmers zur Lizenzierung als Trainer-A liegt bei 20 Jahren.

10.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des Trainer-A Leistungssport umfasst die Gestaltung von systematischen, leistungsorientierten Trainingsprozessen in der Leichtathletik bis hin zur individuellen Höchstleistung. Schwerpunkte sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des Anschluss- bzw. Hochleistungstrainings im gewählten Disziplinblock. Verbindliche Grundlagen hierfür sind die jeweiligen Disziplinentwicklungskonzeptionen des DLV.

10.2 Ziele der Ausbildung

Aufbauend auf den bei den Teilnehmern bereits vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen wird durch die aufgeführten Lernziele eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt (nach DSB, 2005) (eine detaillierte Kompetenzaufschlüsselung ist in Anlage 1 dargestellt):

Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz

Der Trainer-A Leistungssport

- ▲ versteht es, die Motivation der Sportler bis hin zum Hochleistungsbereich weiterzuentwickeln, auszubauen und zu fördern,
- ▲ kennt die Wechselwirkungen von Sozialfaktoren (Elternhaus, Schule/Ausbildung, Beruf, Sozialstatus, Verein) leistungssportlicher Ausbildung, Sportmanagement und Sportsponsoring und kann sie in ihrer Komplexität erfassen und persönlichkeitsfördernd ausgestalten,
- ▲ kennt und beachtet die sozial- und entwicklungspsychologischen sowie pädagogischen Besonderheiten des Übergangs vom Jugend- in das Erwachsenenalter,
- ▲ kann mit anderen Trainern, Wissenschaftlern, Sportmedizinern, Funktionären und weiteren Spezialisten kooperieren und diese in den Prozess der Leistungsentwicklung effektiv einbinden,

- ▲ ist sich der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung der Aktiven bewusst und handelt entsprechend den bildungspolitischen Zielen des DOSB und DLV,
- ▲ kennt und beachtet den Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer,
- ▲ kann seine eigene Aus-, Fort- und Weiterbildung selbstständig planen und organisieren,
- ▲ leistet Beiträge für die Lehrarbeit innerhalb des Landesverbandes.

Fachkompetenz

Der Trainer-A Leistungssport

- ▲ hat Struktur, Funktion und Bedeutung der Leichtathletik als Leistungssport verinnerlicht und setzt sie im Prozess der Trainings- und Wettkampfoptimierung im Hochleistungsbereich um,
- ▲ kann das Anschluss- und Hochleistungstraining auf der Basis der Struktur- und Rahmentrainingspläne der Spitzenverbände realisieren,
- ▲ kann Training und Wettkampf systematisch planen, organisieren, individuell variieren, auswerten und steuern,
- ▲ kennt praktikable und aktuelle Formen der Leistungsdiagnostik und kann sie in die Trainingssteuerung integrieren,
- ▲ kennt die Fördersysteme im Spitzensport und kann sie für seine Athleten nutzen,
- ▲ kann zu den Rahmentrainingsplänen der Spitzen- und Landesverbände konzeptionelle Beiträge leisten,
- ▲ verfolgt die nationalen und internationalen Entwicklungen der Sportart und gestaltet sie mit,
- ▲ schafft ein individuell attraktives und motivierendes Spitzensportangebot.

Methoden- und Vermittlungskompetenz

Der Trainer-A Leistungssport

- ▲ kennt alle wesentlichen Trainingsinhalte, -methoden und -mittel der Disziplinen seines Blockes innerhalb des langfristigen Leistungsaufbaus,
- ▲ kann Trainingsinhalte, -methoden und -mittel zielgerichtet und systematisch einsetzen sowie individuell variieren,
- ▲ hat ein Lehr- und Lernverständnis, das den Athleten genügend Zeit zur Informationsverarbeitung lässt und sie in den Prozess der Leistungsoptimierung mitverantwortlich einbezieht.

Wie bei der Ausbildung zum Trainer-B wird auch die Trainer-A-Ausbildung in den fünf Disziplinblöcken angeboten, wobei der angehende Trainer-A anhand seiner Schwerpunkte in der Trainingsgruppe im Verein und seiner persönlichen Orientierung einen Disziplinblock zur Ausbildung auswählt, in der er vertiefend seine Lerneinheiten, Hospitationen, Hausarbeit und Fachdiskussionen durchführt. Dies kann im Einzelfall dazu führen, dass die Ausbildung in einem anderen Disziplinblock als bei der Trainer-B-Ausbildung stattfindet. Es gibt blockübergreifende allgemeine Themen, die bei parallel stattfindender Ausbildung für alle Teilnehmer gemeinsam vermittelt werden können, sowie die fachlichen differenzierten Inhalte der jeweiligen Disziplinen im Block.

10.3 Umsetzung der Ausbildung

Die Ausbildung erfolgt durch einen Vorbereitungskurs, einen Hauptkurs und Hospitationsstunden. Der Vorbereitungskurs erfolgt als E-Learningkurs innerhalb der DLV-Online-Akademie. Der Hauptkurs ist eine Präsenzveranstaltung (Theorie und Praxis) und gliedert sich in einen übergreifenden Teil auf, der für alle Disziplinblöcke gleiche Inhalte bietet, und einen disziplinblockspezifischen Teil, der sich blockspezifisch unterscheidet. Zudem muss jeder angehende Trainer-A Leistungssport noch Hospitationsstunden bei Bundestrainern oder Trainern auf Spitzenniveau nachweisen. Der Nachweis des o.g. Vorbereitungskurses hat spätestens zum ersten Präsenztermin des Hauptkurses zu erfolgen. Folgende Inhalte werden gelehrt:

10.3.1 E-Learningkurs-Vorbereitungskurs

Tab. 88. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Trainingslehre – Teil I.

Wissensbereich	Thema	LE
Planung & Steuerung (ATL) & Theorie	Trainingsinhalt, -mittel, -übungen und –methoden <ul style="list-style-type: none"> - Zusammenhänge - Trainingsinhalt - Trainingsmittel - Trainingsübungen - Klassifizierungen - Trainingsmethoden 	2
Planung & Steuerung (ATL) & Theorie	Steuerung sportlicher Wettkämpfe <ul style="list-style-type: none"> - Einflussfaktoren - Wettkampfplanung - Prognosen der Wettkampfleistung 	2
Leistung (ATL) Theorie	Technik, Koordination, Beweglichkeit <ul style="list-style-type: none"> - Sportliche Technik - Koordinative Fähigkeiten - Beweglichkeit 	1
Leistung (ATL) Theorie	Kondition <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeine Charakteristik - Kraftfähigkeiten - Schnelligkeitsfähigkeiten - Ausdauerfähigkeiten 	1
Ausbildung (ATL) Theorie	Beweglichkeitstraining <ul style="list-style-type: none"> - Zielstellung - Inhalte und Methoden - Methodisches Vorgehen 	2

Tab. 89. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Trainingslehre – Teil II.

Wissensbereich	Thema	LE
Ausbildung (ATL) Theorie	Krafttraining <ul style="list-style-type: none"> - Trainingsmethodische Grundlagen - Kontraktionsformen - Maximalkrafttraining - Schnellkrafttraining - Ausdauerkraft - Krafttraining mit Kindern, Jugendlichen und Frauen - Organisationsmethodische Verfahren 	2
Ausbildung (ATL) Theorie	Schnelligkeitstraining <ul style="list-style-type: none"> - Ziele, Übungen, Methoden - Elementare Schnelligkeit - Komplexe Schnelligkeit - Trainingsmethodische Orientierung 	2
Ausbildung (ATL) Theorie	Ausdauertraining <ul style="list-style-type: none"> - Ziele, Übungen - Methoden - Training der Ausdauerfähigkeiten - Training der Kraftausdauer 	2

Tab. 90. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Bewegungslehre.

Wissensbereich	Thema	LE
Biomechanik (BEW) Theorie	Biomechanische Messsysteme <ul style="list-style-type: none"> - Sprint - Lauf - Sprung - Wurf 	4
Sportmotorik (BEW) Theorie	Koordinationstraining <ul style="list-style-type: none"> - Begriffsbestimmung - Ziele - Inhalte 	2
Sportmotorik (BEW) Theorie	Techniktraining <ul style="list-style-type: none"> - Konzepte - Informationsgestaltung - Üben - Umlernen - Prinzipien 	2

Tab. 91. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Sportmedizin.

Wissensbereich	Thema	LE
Anatomie (MED) <i>Theorie</i>	Grundlagen der Anatomie <ul style="list-style-type: none"> - Anatomische Grundlagen - Grundzüge der Gelenkmechanik - Skelettmuskulatur - Aufbau der Skelettmuskulatur - Kontraktion des Muskels - Sehnen - Kardiovaskuläres System 	6
Physiologie (MED) <i>Theorie</i>	Grundlagen der Physiologie <ul style="list-style-type: none"> - Zellen und Gewebe - Nerven - Blut - Hormone - Muskeladaptation - Energiebereitstellung 	6

Tab. 92. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil I.

Wissensbereich	Thema	LE
Bildung (PÄD) & Konfliktmanagement (SOZ) <i>Theorie</i>	Trainerrolle im Hochleistungstraining <ul style="list-style-type: none"> - Trainer als Zentralfigur - Führungsstile - Pädagogik - Coaching 	1
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Anti-Doping und Dopingprävention – Trainer-A <ul style="list-style-type: none"> - Was ist Doping? - Einblick in die Meinung von Trainern - WADA – NADA – DLV-Anti-Doping-Koordinierungsstelle - Verbotene Substanzen und Methoden - Anti-Doping-Gesetz - Testpools - TUE-Verfahren - ADAMS 	4
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Prävention gegen sexualisierte Gewalt <ul style="list-style-type: none"> - Fallbeispiele – ist das sexualisierte Gewalt? - Unscharfe Situationen im Alltag und im Sport - Neutralisierung und deren Strategien - Definitionen sexualisierte Gewalt - Die Opfer von sexueller Gewalt - Die Täter und Täterinnen - Eine Risikoanalyse im Sport - Das Präventionskonzept des DLV - Interventionsleitfaden innerhalb des DLV 	6

Tab. 93. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil II.

Wissensbereich	Thema	LE
Bewegungswelten (SOZ) & Bildung (PÄD) <i>Theorie</i>	Diversity-Management <ul style="list-style-type: none"> - Ethnische Herkunft/Rassismus - Geschlecht - Religion/Weltanschauung - Sexuelle Identität - Behinderung & chronische Krankheiten - Alter 	4

Tab. 94. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Psychologie.

Wissensbereich	Thema	LE
Belastung (PSY) <i>Theorie</i>	Handlungsregulation und sportliche Leistung <ul style="list-style-type: none"> - Psychische Regulation - Psychische Funktionen - Persönlichkeitsmerkmale - Psychische Anforderungsstruktur 	2

Tab. 95. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Management.

Wissensbereich	Thema	LE
Netzwerk (MAN)	Unterstützungsleistungen im Spitzensport <ul style="list-style-type: none"> - Kaderstruktur & -bildung - Olympiastützpunkte & IAT - Medizinisches Kompetenzteam - Sportpsychologische Betreuung - Umgang und Steuerung von Medien 	3

10.3.2 Prüfungsleistungen E-Learning-Vorbereitungskurs

Nach jeder Lektion hat der Teilnehmer verschiedene Kontrollfragen nach einem Multiple-Choice-Verfahren zu beantworten, die als Lernerfolgskontrollen zu den zuvor genannten Lerninhalten zu verstehen sind.

Zu Beginn des Hauptkurses findet eine schriftliche Überprüfung der Lerninhalte des Vorbereitungskurses stattfinden. Diese Prüfung soll einen Zeitrahmen von einer Stunde aufweisen.

Die Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden.

Sollte ein Teilnehmer die Prüfung zum Vorbereitungskurs nicht bestanden haben, bekommt er die Auflage die Inhalte des Vorbereitungskurses zu wiederholen. Die Benotung dieser Prüfung fließt in die Endnote mit Gewichtung von 15% ein.

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

10.3.3 Präsenzphase Hauptkurs

Der Trainer-A-Hauptkurs startet nach dem Abschluss des Vorbereitungskurses zu verschiedenen Präsenzterminen und gliedert sich in einen übergreifenden Teil auf, der für allen Disziplinblöcke gleiche Inhalte bietet, und einen Teil, der sich blockspezifisch unterscheidet. Der DLV achtet darauf, dass die Räumlichkeiten und Sportstätten den Ansprüchen genügen und ohne Probleme genutzt werden können.

Teile des Hauptkurses können vor der Präsenzphase als Web-Seminare angeboten werden. Dabei ist auf eine verträgliche Verteilung der Terminwahl zu achten (Uhrzeit am Abend, Wechsel der Wochentage). Teilnehmer des Kurses, die an einem oder mehreren Web-Seminaren nicht teilnehmen können, erhalten die Auflage diese Seminare nachzuarbeiten. Der DLV hat dafür Sorge zu tragen, dass die Web-Seminare aufgezeichnet werden und die Inhalte allen Teilnehmern zur Verfügung stehen.

Zu Beginn der Präsenzveranstaltung sollte das Kennenlernen und der Einstieg in den gegenseitigen Austausch vom Lehrgangleiter unterstützt werden. Folgende Inhalte werden gelehrt:

Tab. 96. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Einführung.

	Thema	LE
Einführung & Begrüßung	Begrüßung, Formalitäten, Verhaltensregeln	1
Einführung & Begrüßung	Kennenlernen und Erwartungshaltung der Teilnehmer -Take-off – Auswahl an Spielen zum Kennenlernen – Gruppenarbeit: Erwartungshaltung der Teilnehmer an die Ausbildung, Vorstellung der Ergebnisse, Einordnung in die Kompetenzbereiche – Persönlich/sozial, leichtathletikbezogen, vermittlungs-/methodenbezogen	1

Tab. 97. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Trainingslehre – Teil I.

	Thema	LE
Leistung (ATL) Theorie	Wissenschaftliche Aspekte für das Leistungstraining – Sportwissenschaft als Basis – Wissenschaftliches Verbundsystem – DLV-Akademie als Zentrum	1
Leistung (ATL) Theorie	Übersicht der leistungsbestimmenden Faktoren in allen Disziplinblöcken – Grundlegende Voraussetzungen – Spezielle Entwicklung – Komplexe Wettkampfleistung	3

Tab. 98. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Trainingslehre – Teil II.

	Thema	LE
Planung & Steuerung (ATL) <i>Theorie</i>	Periodisierung im Hochleistungstraining – Klassische Periodisierungsmodelle – Blocktraining – Anpassungszeiträume – Mehrjahresplanung	3
Adaptation (ATL) <i>Theorie</i>	Trainingsadaptationen – grundlegende Aspekte – Konsequenzen für das Training	3
Diagnostik (ATL) <i>Theorie</i>	Athletenmonitoring – Bedeutung von Monitoring – Umsetzung im DLV	2
Diagnostik (ATL) & Planung & Steuerung (ATL) <i>Theorie</i>	Leistungsdiagnostik und Ableitungen in die Trainingsarbeit – Überblick über Diagnostikverfahren – Konkretes Beispiel anhand einer Diagnostik – Trainingsableitungen aus dieser Diagnostik	2
Wettkampflehre (ATL) <i>Theorie</i>	Coaching – Wahrnehmungen – Anweisungen – Emotionen – Kommunikation	3

Tab. 99. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Bewegungslehre.

	Thema	LE
Sportmotorik (BEW) <i>Theorie</i>	Motorisches Lernen und Techniktraining bei fortgeschrittenen Athleten – Weiterentwicklung motorischer Fertigkeiten – Technische Vervollkommnung auf hohem Niveau – Zusammenhang funktionell-konditioneller Voraussetzungen und Technik – Einbettung des Techniktrainings in den Gesamttrainingsprozess	3
Biomechanik (BEW) <i>Theorie & Praxis</i>	Spezielle Bewegungslehre der Leichtathletik – biomechanische Grundlagen – Definitionen, Untersuchungsziele – Biomechanische Prinzipien – Kinematische und dynamische Aspekte – Messplatztraining	3
Sportmotorik (BEW) & Biomechanik (BEW) <i>Theorie</i>	Einsatz von Videoanalyse in Training & Wettkampf – Verwendung & Einsatzmöglichkeiten – Innere & äußere Betrachtungsweise – Beobachtungspositionen – Kriterien der Bildauswahl – Auswertung und Lehre	2

Tab. 100. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Medizin.

	Thema	LE
Anatomie (MED) Theorie	Funktionelle Anatomie – Verletzungsmuster durch Dysbalancen <ul style="list-style-type: none"> – Betreuungskonzepte – Schmerzbeschreibung – Funktionelle Anatomie – Dysbalancen und Beschwerden – Therapieoptionen 	3
Physiologie (MED) Theorie	Leistungsphysiologie <ul style="list-style-type: none"> – Schwerpunkt Ausdauer & Schnellkraft – Neuere Erkenntnisse zur Energiebereitstellung bei kurz-, mittel und langfristigen Trainingsbelastungen – Neuromuskuläre Steuerung – Wirksamkeit gängiger Trainingsmethoden und Kontrollmöglichkeiten 	3
Anatomie (MED) & Ausbildung (ATL) Theorie	Sehnenverletzungen: Prävention durch gezieltes Krafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Belastungen auf Sehnen – Verletzungsprophylaxe – Trainingshinweise 	2
Physiologie (MED) Theorie	Ernährung im Leistungssport – Chancen und Gefahren <ul style="list-style-type: none"> – Unterscheidung nach Anforderung der Disziplin – Gewichts Anpassung – Mangelernährung – Unterernährung 	2

Tab. 101. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie.

	Thema	LE
Bildung (PÄD) Theorie	Aufgaben des Trainers im Hochleistungssport <ul style="list-style-type: none"> – Ziele der Trainertätigkeit – Umfeldbedingungen – Trainermotivation 	2
Bildung (PÄD) Theorie	Trainerphilosophie im Hochleistungssport am Beispiel Leichtathletik <ul style="list-style-type: none"> – Werdegang und Entwicklung – Erfahrungen im Laufe der Zeit unter dem Augenmerk der Optimierung im Training & Wettkampf – Netzwerk, Strukturen, Anpassungen – Größter Sieg, größte Niederlage und Konsequenzen daraus 	3
Bildung (PÄD) Theorie	Trainerphilosophie im Hochleistungssport am Beispiel einer anderen Sportart <ul style="list-style-type: none"> – Werdegang und Entwicklung – Erfahrungen im Laufe der Zeit unter dem Augenmerk der Optimierung im Training & Wettkampf – Netzwerk, Strukturen, Anpassungen – Größter Sieg, größte Niederlage und Konsequenzen daraus 	3

Tab. 102. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Psychologie.

	Thema	LE
Kommunikation (PSY) Theorie	Kommunikation im Leistungssport – Ebenen der Verständigung – Unterschiedliche Sichtweisen Trainer & Athlet – Praktische Beispiele für Erfolg und Misserfolg durch Kommunikation	3
Motivation (PSY) Theorie	Persönlichkeitsentwicklung für den Hochleistungssport – Führungsstile – Leistungs-, Macht-, Anschlussmotiv – Zielsetzung & Motivation	3
Belastung (PSY) Theorie & Praxis	Burnout: Tipps gegen das Ausbrennen von Trainern – Anzeichen von Burnout – Depression – Prävention	2

Tab. 103. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Didaktik.

	Thema	LE
Didaktik (PÄD) Theorie & Praxis	Methodik und Didaktik im Hochleistungssport – Inhalt, Ziele, Methode, Planung/Auswertung – Vermittlungsprozesse – Vermittlungsmethoden	2
Didaktik (PÄD) Theorie & Praxis	Teamführung im Hochleistungssport – Gruppendynamik – Gruppensozialisation – Von Gruppe zum Team	2

Tab. 104. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Management.

	Thema	LE
Netzwerk (MAN) Theorie	Verbundsystem Leistungssport – Vorgaben durch Innenministerium, DOSB, PotAS – Kaderstruktur – Kaderbildungsprozesse – Serviceleistungen	2

Tab. 105. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Prüfung & Abschluss.

	Thema	LE
Prüfung	Schriftliche Prüfung Vorbereitungskurs – Klausur (Basics) – Besprechung der Aufgaben	2
Prüfung	Schriftliche Prüfung Hauptkurs – Klausur (Basics und Disziplinblock) – Besprechung der Aufgaben	3
Prüfung	Praktische Prüfung – Vorstellung der Trainingsplanung aus Kleingruppenarbeit innerhalb der Ausbildung	4
Prüfung	Praktische Prüfung – Schriftliche Hausarbeit zur Trainingsplanung, -durchführung, -dokumentation und -auswertung	40
Hospitationen	Hospitationsstunden bei BT, NW-BT, Trainerexperten – Besprechung Trainingsstunde oder Wettkampf – Teilnahme Trainingsstunde/Assistenz oder Wettkampf – Auswertung/Reflektion Trainingsstunde oder Wettkampf – Trainingsstunde oder Wettkampf im Gesamtkontext der Entwicklung – Austausch Trainingsphilosophie mit Mentor	20
Abschluss	Lehrgangsabschluss – geselliger Lehrgangsabschluss – ggf. Lizenzausgabe – Fragebogenfeedback zur Ausbildung	1
Auswertung	Evaluation – zur Selbsteinschätzung der Trainer nach einem Jahr praktischer Vereinstätigkeit	

10.3.3.1 Trainer-A – Leistungssport „Sprint/Hürde“

Tab. 106. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil I.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	HLT im Disziplinblock Sprint/Hürde <ul style="list-style-type: none"> – Prinzipien des Hochleistungstrainings (HLT) – Trainingsplanung (Anriss) – Leistungsentwicklung und Trends (national/international) – Kennzeichnung von Ursachen – Leistungsbestimmende Faktoren – Trainingsprozess (physiologische und neuronale Anpassungsmechanismen) – Umgang mit körperlicher Veränderung – Besonderheiten (z.B. Qualifikationsmodi, World Ranking) 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Biomechanische Analysen Sprint/Hürde <ul style="list-style-type: none"> – Spezielle biomechanische Auswertungen im Sprint – Datenanalyse 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Biomechanische Analysen Sprint/Hürde <ul style="list-style-type: none"> – Umgang mit Daten – Ableitungen für Training und Wettkampf – Gruppen- und Einzelaufgaben 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Verletzungsproblematiken und Krankheiten <ul style="list-style-type: none"> – Ursachen (Dysbalancen, Blutbild, Ernährung) – Reha: return to training, return to competition, etc. – Kritische Betrachtung von Trainingsübungen – Kritische Betrachtung von Trainingsumfängen – Untersuchung bestimmter Marker (Eisen, HRV, usw.) – Beispiel: „Readyness“ for Training 	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Funktionelle athletische Ausbildung zur Verletzungsprophylaxe <ul style="list-style-type: none"> – Präventive Übungen – Unmittelbare Vorbereitung auf das Haupttrainingsmittel – Alternativübungen zu kritischen Trainingsmitteln – Präventives Management (Physiotherapie, Erholung, ...) 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Spezielles Sprintkrafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Einsatzmöglichkeiten – Differenzierung der TM – Kontrasttraining 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschIT/HLT Spezielles Sprintkrafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Differenzierte TM nach Disziplinen – ZWL, ZUL, 1080 Sprint – Kontrasttraining 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte Schnelligkeit – Schnelligkeit und Entspannungsfähigkeit – Intensitäten im Schnelligkeitstraining – Trainingsformen zur Steigerung der Schnelligkeit/der maximalen Geschwindigkeit (Übungsauswahl und methodische Gestaltung) 	2

Tab. 107. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil II.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschIT/HLT Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining – Schnelligkeit als koordinative Fähigkeit unter Berücksichtigung der Differenzierungsfähigkeit & Entspannungsfähigkeit – Intensitäten im Schnelligkeitstraining – Azyklische und zyklische Schnelligkeit	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Schnelligkeitsausdauertraining – Einordnung in einzelnen Disziplinen (Kurzsprint, Hürdensprint, Langsprint, Langhürde) – Unterschiede im methodischen Vorgehen in den einzelnen Disziplinen – Trainingsmittel zur Steigerung der Schnelligkeitsausdauer	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Bewegungssehen und Intervention – Bewegungsbeispiele von Topathleten im Wettkampf – Ableitungen für Technikkorrekturen oder konditionelle Anpassungen – Einsatz von Hilfsmitteln	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Kurzsprint – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Langsprint – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Kurzsprint & Langsprint – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten	6

Tab. 108. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil III.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Kurzhürde Frauen <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Kurzhürde Männer <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Kurzhürde Frauen & Männer <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Langhürde <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Langhürde <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten 	5

Tab. 109. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A– Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil IV.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	Sprintstaffel Kurz- & Langstaffel <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Sprintstaffel Kurz- & Langstaffel <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention bei Anlauf, Ablauf, Übergabe durch Teilnehmer am Athleten 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Didaktisches Verhalten <ul style="list-style-type: none"> – Videoaufzeichnung Trainingssituation – Videoaufzeichnung Wettkampfsituation – Gruppendiskussion im Disziplinblock – Selbstreflektion – Trainerhandeln 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Trainingsplanung Sprint/Hürde <ul style="list-style-type: none"> – Kleingruppenarbeit zur Ausarbeitung einer Trainingsplanung – Mehrjahresaufbau – Allgemeine VP – Spezielle VP – WK-Phase 	10

10.3.3.2 Trainer-A – Leistungssport „Lauf/Gehen“

Tab. 110. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil I.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	HLT im Disziplinblock Lauf/Gehen – Prinzipien des Hochleistungstrainings (HLT) – Trainingsplanung (Anriss) – Leistungsentwicklung und Trends (national/international) – Kennzeichnung von Ursachen – Leistungsbestimmende Faktoren – Trainingsprozess (physiologische und neuronale Anpassungsmechanismen) – Umgang mit körperlicher Veränderung – Besonderheiten (z.B. Qualifikationsmodi, World Ranking)	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	KLD Analysen Lauf/Gehen – Spezielle biomechanische Auswertungen im Sprint – Datenanalyse	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	KLD Analysen Lauf/Gehen – Umgang mit Daten – Ableitungen für Training und Wettkampf – Gruppen- und Einzelaufgaben	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Verletzungsproblematiken und Krankheiten – Ursachen (Dysbalancen, Blutbild, Ernährung) – Reha: return to training, return to competition, etc. – Kritische Betrachtung von Trainingsübungen – Kritische Betrachtung von Trainingsumfängen – Untersuchung bestimmter Marker (Eisen, HRV, usw.) – Beispiel: „Readyness“ for Training	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Funktionelle athletische Ausbildung zur Verletzungsprophylaxe – Präventive Übungen – Unmittelbare Vorbereitung auf das Haupttrainingsmittel – Alternativübungen zu kritischen Trainingsmitteln – Präventives Management (Physiotherapie, Erholung, ...)	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschiT/HLT Spezielles Krafttraining Mittelstrecke – Einsatzmöglichkeiten – Differenzierung der TM – Trainingsmethoden	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschiT/HLT Spezielles Krafttraining Mittelstrecke – Umsetzung der TM – Triphasic – ZWL, Sprünge	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschiT/HLT Spezielles Kraftausdauertraining Langstrecke – Einsatzmöglichkeiten – Differenzierung der TM – Trainingsmethoden	2

Tab. 111. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses A-Trainee r– Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil II.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschIT/HLT Spezielles Kraftausdauertraining Langstrecke – Umsetzung der TM – ZWL, BAL – Semispezifische TM	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Grundlagenausdauer-2 – Physiologische Bedeutung – Einordnung in einzelne Disziplinen – Ziele und resultierende Programme	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Schnelligkeitsausdauertraining – Physiologische Bedeutung – Einordnung in einzelne Disziplinen – Ziele und resultierende Programme	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Höhenttraining – Einsatz von Höhen im MAZ – Einsatz von TM in Höhen – Höhenketten	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT 800m – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Renntaktik – Gestaltungsspielräume	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT 1500m – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Renntaktik – Gestaltungsspielräume	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Mittelstrecken – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Analyse von Taktiken – Erkennen von konditionellen Defiziten – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten	6

Tab. 112. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil III.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Langstrecke <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Renntaktik – Gestaltungsspielräume 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Langstrecke <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Analyse von Taktiken – Erkennen von konditionellen Defiziten – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Halbmarathon & Marathon <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Renntaktik – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Hindernis <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Renntaktik – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Hindernis <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Analyse von Taktiken – Erkennen von konditionellen Defiziten – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten 	6

Tab. 113. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil IV.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Gehen <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Renntaktik. – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Gehen <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Analyse von Taktiken – Erkennen von konditionellen Defiziten – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Didaktisches Verhalten <ul style="list-style-type: none"> – Videoaufzeichnung Trainingssituation – Videoaufzeichnung Wettkampfsituation – Gruppendiskussion im Disziplinblock – Selbstreflektion – Trainerhandeln 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Trainingsplanung Lauf/Gehen <ul style="list-style-type: none"> – Kleingruppenarbeit zur Ausarbeitung einer Trainingsplanung – Mehrjahresaufbau – Allgemeine VP – Spezielle VP – WK-Phase 	10

10.3.3.3 Trainer-A – Leistungssport „Sprung“

Tab. 114. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprung – Teil I.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	HLT im Disziplinblock Sprung <ul style="list-style-type: none"> – Prinzipien des Hochleistungstrainings (HLT) – Trainingsplanung (Anriss) – Leistungsentwicklung und Trends (national/international) – Kennzeichnung von Ursachen – Leistungsbestimmende Faktoren – Trainingsprozess (physiologische und neuronale Anpassungsmechanismen) – Umgang mit körperlicher Veränderung – Besonderheiten (z.B. Qualifikationsmodi, World Ranking) 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Biomechanische Analysen Sprung <ul style="list-style-type: none"> – Spezielle biomechanische Auswertungen im Sprung – Datenanalyse 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Biomechanische Analysen Sprung <ul style="list-style-type: none"> – Umgang mit Daten – Ableitungen für Training und Wettkampf – Gruppen- und Einzelaufgaben 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Verletzungsproblematiken und Krankheiten <ul style="list-style-type: none"> – Ursachen (Dysbalancen, Blutbild, Ernährung) – Reha: return to training, return to competition, etc. – Kritische Betrachtung von Trainingsübungen – Kritische Betrachtung von Trainingsumfängen – Untersuchung bestimmter Marker (Eisen, HRV, usw.) – Beispiel: „Readyness“ for Training 	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Funktionelle athletische Ausbildung zur Verletzungsprophylaxe <ul style="list-style-type: none"> – Präventive Übungen – Unmittelbare Vorbereitung auf das Haupttrainingsmittel – Alternativübungen zu kritischen Trainingsmitteln – Präventives Management (Physiotherapie, Erholung, ...) 	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Spezielles Sprungkrafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Einsatzmöglichkeiten – Differenzierung der TM 	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschIT/HLT Spezielles Sprungkrafttraining <ul style="list-style-type: none"> – Differenzierte TM nach Disziplinen – Umsetzung 	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining <ul style="list-style-type: none"> – Definition, Arten und physiologische Aspekte Schnelligkeit – Schnelligkeit und Entspannungsfähigkeit – Intensitäten im Schnelligkeitstraining – Trainingsformen zur Steigerung der Schnelligkeit/der maximalen Geschwindigkeit (Übungsauswahl und methodische Gestaltung) 	2

Tab. 115. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprung – Teil II.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschIT/HLT Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining – Schnelligkeit als koordinative Fähigkeit unter Berücksichtigung der Differenzierungsfähigkeit & Entspannungsfähigkeit – Intensitäten im Schnelligkeitstraining – Azyklische und zyklische Schnelligkeit – Ableitungen für die Anlaufgestaltung	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Maximalkraftentwicklung für den Sprung – Umfang und Methoden – Differenzierung der TM – Zeitliche Abfolge im Jahresverlauf	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Maximalkraftentwicklung für den Sprung – Differenzierte TM nach Disziplinen – Maschinen- & Freihantelübungen – ZWL, ZUL, 1080 Sprint – Kontrasttraining	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Turnen für die Sprungdisziplinen – Mittelkörperstabilität – Orientierung im Raum – Ausprägung spezielle Athletik	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Bewegungssehen und Intervention – Bewegungsbeispiele von Topathleten im Wettkampf – Ableitungen für Technikkorrekturen oder konditionelle Anpassungen – Einsatz von Hilfsmitteln	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Weitsprung – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Weitsprung – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten	6

Tab. 116. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprung – Teil III.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Dreisprung <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Dreisprung <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Hochsprung <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Hochsprung <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Stabhochsprung <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des speziellen Trainings mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Stabhochsprung <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten 	6

Tab. 117. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprung – Teil IV.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Didaktisches Verhalten <ul style="list-style-type: none"> – Videoaufzeichnung Trainingssituation – Videoaufzeichnung Wettkampfsituation – Gruppendiskussion im Disziplinblock – Selbstreflektion Trainerhandeln	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Trainingsplanung Sprung <ul style="list-style-type: none"> – Kleingruppenarbeit zur Ausarbeitung einer Trainingsplanung – Mehrjahresaufbau – Allgemeine VP – Spezielle VP – WK-Phase 	10

10.3.3.4 Trainer-A – Leistungssport „Wurf/Stoß“

Tab. 118. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil I.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	HLT im Disziplinblock Wurf/Stoß – Prinzipien des Hochleistungstrainings (HLT) – Trainingsplanung (Anriss) – Leistungsentwicklung und Trends (national/international) – Kennzeichnung von Ursachen – Leistungsbestimmende Faktoren – Trainingsprozess (physiologische und neuronale Anpassungsmechanismen) – Umgang mit körperlicher Veränderung – Besonderheiten (z.B. Qualifikationsmodi, World Ranking)	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Biomechanische Analysen Wurf/Stoß – Spezielle biomechanische Auswertungen im Wurf/Stoß – Datenanalyse – MIS	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Biomechanische Analysen Wurf/Stoß – Umgang mit Daten – Ableitungen für Training und Wettkampf – Gruppen- und Einzelaufgaben	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Verletzungsproblematiken und Krankheiten – Ursachen (Dysbalancen, Blutbild, Ernährung) – Reha: return to training, return to competition, etc. – Kritische Betrachtung von Trainingsübungen – Kritische Betrachtung von Trainingsumfängen – Untersuchung bestimmter Marker (Eisen, HRV, usw.) – Beispiel: „Readyness“ for Training	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Funktionelle athletische Ausbildung zur Verletzungsprophylaxe – Präventive Übungen – Unmittelbare Vorbereitung auf das Haupttrainingsmittel – Alternativübungen zu kritischen Trainingsmitteln – Präventives Management (Physiotherapie, Erholung, ...)	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	Einsatz spezieller Krafttrainingsmethoden – Exzentrisches Krafttraining – Komplex-/Kontrastmethode – Reaktives Krafttraining	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Spezielles Wurfkrafttraining – Rotationswürfe – Einsatzmöglichkeiten – Differenzierung der TM – Zeitliche Abfolge im Jahresverlauf	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Spezielles Wurfkrafttraining – gerader Wurf – Einsatzmöglichkeiten – Differenzierung der TM – Zeitliche Abfolge im Jahresverlauf	2

Tab. 119. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil II.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschIT/HLT Spezielles Wurfkrafttraining - Diskus – Geräteinsatz – Entwicklung des Geräteinsatzes – Kontrasttraining – Fehlerkorrekturen	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschIT/HLT Spezielles Wurfkrafttraining - Hammer – Geräteinsatz – Entwicklung des Geräteinsatzes – Kontrasttraining – Fehlerkorrekturen	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschIT/HLT Spezielles Wurfkrafttraining - Speerwurf – Geräteinsatz – Entwicklung des Geräteinsatzes – Kontrasttraining – Fehlerkorrekturen	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschIT/HLT Spezielles Wurfkrafttraining - Kugel – Geräteinsatz – Entwicklung des Geräteinsatzes – Kontrasttraining – Fehlerkorrekturen	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Bewegungssehen und Intervention – Bewegungsbeispiele von Topathleten im Wettkampf – Ableitungen für Technikkorrekturen oder konditionelle Anpassungen – Einsatz von Hilfsmitteln	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Kugelstoßen – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer, Angleiten/Drehstoß, etc. – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des MK-Anteils mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Kugelstoßen – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten	6

Tab. 120. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil III.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Diskuswurf <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer, Stütz-/Sprungabwurf, etc. – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des MK-Anteils mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Diskuswurf <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Hammerwurf <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer, Anzahl Drehungen, etc. – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des MK-Anteils mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Hammerwurf <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Speerwurf <ul style="list-style-type: none"> – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer, Anlauf-/Abwurfgestaltung, etc. – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Anpassung des MK-Anteils mit dem Trainingsalter – Trainingssteuerung (Methodik, Akzente, Timing von Belastung und Erholung, etc.) – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Speerwurf <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten 	6

Tab. 121. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil IV.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Didaktisches Verhalten <ul style="list-style-type: none"> – Videoaufzeichnung Trainingssituation – Videoaufzeichnung Wettkampfsituation – Gruppendiskussion im Disziplinblock – Selbstreflektion – Trainerhandeln 	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Trainingsplanung Wurf/Stoß <ul style="list-style-type: none"> – Kleingruppenarbeit zur Ausarbeitung einer Trainingsplanung – Mehrjahresaufbau – Allgemeine VP – Spezielle VP – WK-Phase 	10

10.3.3.5 Trainer-A – Leistungssport „Mehrkampf“

Tab. 122. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Mehrkampf – Teil I.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	HLT im Disziplinblock Mehrkampf – Prinzipien des Hochleistungstrainings (HLT) – Trainingsplanung (Anriss) – Leistungsentwicklung und Trends (national/international) – Kennzeichnung von Ursachen – Leistungsbestimmende Faktoren – Trainingsprozess (physiologische und neuronale Anpassungsmechanismen) – Umgang mit körperlicher Veränderung – Besonderheiten (z.B. Qualifikationsmodi, World Ranking)	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Biomechanische Analysen Mehrkampf – Spezielle biomechanische Auswertungen im Sprung – Datenanalyse	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Biomechanische Analysen Mehrkampf – Umgang mit Daten – Ableitungen für Training und Wettkampf – Gruppen- und Einzelaufgaben	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Verletzungsproblematiken und Krankheiten – Ursachen (Dysbalancen, Blutbild, Ernährung) – Reha: return to training, return to competition, etc. – Kritische Betrachtung von Trainingsübungen – Kritische Betrachtung von Trainingsumfängen – Untersuchung bestimmter Marker (Eisen, HRV, usw.) – Beispiel: „Readyness“ for Training	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Funktionelle athletische Ausbildung zur Verletzungsprophylaxe – Präventive Übungen – Unmittelbare Vorbereitung auf das Haupttrainingsmittel – Alternativübungen zu kritischen Trainingsmitteln – Präventives Management (Physiotherapie, Erholung, ...)	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Spezielles Sprungkrafttraining – Einsatzmöglichkeiten – Differenzierung der TM	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschIT/HLT Spezielles Sprungkrafttraining – Differenzierte TM nach Disziplinen – Kontrollmethoden der Wirksamkeit	2

Tab. 123. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Mehrkampf – Teil II.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining – Definition, Arten und physiologische Aspekte Schnelligkeit – Schnelligkeit und Entspannungsfähigkeit – Intensitäten im Schnelligkeitstraining – Trainingsformen zur Steigerung der Schnelligkeit/der maximalen Geschwindigkeit (Übungsauswahl und methodische Gestaltung)	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	AnschIT/HLT Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining – Schnelligkeit als koordinative Fähigkeit unter Berücksichtigung der Differenzierungsfähigkeit & Entspannungsfähigkeit – Intensitäten im Schnelligkeitstraining – Azyklische und zyklische Schnelligkeit	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	AnschIT/HLT Spezielles Wurfkrafttraining – Zielstellung – Übungs- & Geräteauswahl – Abfolge im Jahresverlauf – Transfer-Effekte auf andere Disziplinen	2
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie</i>	Bewegungssehen und Intervention – Bewegungsbeispiele von Topathleten im Wettkampf – Ableitungen für Technikkorrekturen oder konditionelle Anpassungen – Einsatz von Hilfsmitteln	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Sprint & Hürde – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Sprint & Hürde – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Weit- & Hochsprung – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Weit- & Hochsprung – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten	6

Tab. 124. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A– Leistungssport – Mehrkampf – Teil III.

Anforderungsbereich	Thema	LE
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Stabhochsprung – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Stabhochsprung – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Kugel & Diskus – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. – Gestaltungsspielräume	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Kugel & Diskus – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Theorie & Praxis</i>	AnschIT/HLT Speerwurf – Best-Practice-Modelle (nat./int.) – Generelle Unterschiede: Frauen/Männer – Einsatz vorbehaltener TM für das HLT – Optimierung der Technik: Verbesserung der Bewegungsvorstellung (Kognition), Imitationstraining, etc. Gestaltungsspielräume	4
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Analyse und Intervention Speerwurf – Bewegungssehen mit und ohne Hilfsmittel durch Teilnehmer – Intervention im Techniktraining der Disziplin durch Teilnehmer am Athleten	3
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Didaktisches Verhalten – Videoaufzeichnung Trainingssituation – Videoaufzeichnung Wettkampfsituation – Gruppendiskussion im Disziplinblock – Selbstreflektion – Trainerhandeln	6
Fachkompetenz & Methoden- /Vermittlungskompetenz <i>Praxis</i>	Trainingsplanung Sprung – Kleingruppenarbeit zur Ausarbeitung einer Trainingsplanung – Mehrjahresaufbau – Allgemeine VP – Spezielle VP – WK-Phase	10

10.3.4 Prüfungsleistungen Hauptkurs

Über die Zulassungen zu den Prüfungen entscheidet der Lehrgangleiter der Trainer-Ausbildung. Dies ist im Besonderen von Relevanz bei Fehlstunden des Teilnehmers. So darf ein Teilnehmer maximal 10% Fehlstunden vorweisen dürfen. Sollte ein Teilnehmer mehr Fehlstunden angesammelt haben, so muss er die fehlenden LE im nachfolgenden Lehrgang des Verbandes nachholen. Dabei müssen die verpassten Lerneinheiten inhaltlich berücksichtigt werden.

Die Prüfungsleistungen gliedern sich in eine schriftliche oder mündliche Theorieprüfung, sowie eine praktische Prüfung.

10.3.4.1 Theoretische Prüfung Trainer-A Leistungssport

Die theoretische Prüfung für den angehenden Trainer-A kann eine mündliche oder schriftliche Prüfung sein und beinhaltet mögliche Fragestellungen zu allen Themenbereichen der Trainer-Ausbildung. Diese Prüfung soll einen Zeitrahmen von zwei Stunden (bei schriftlicher Prüfung) oder 60 Minuten (bei einer mündlichen Prüfung) nicht überschreiten. Mündliche Gruppenprüfungen bis zu drei Teilnehmer sind möglich. Der zeitliche Rahmen ist entsprechend anzupassen.

Die theoretische Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden.

Bei Nichterreichen der notwendigen Leistung kann der Teilnehmer auf eine Nachprüfung bestehen. Diese sollte eine mündliche Nachprüfung sein und hauptsächlich die zuvor vorhandenen Leistungsmängel ansprechen. Bei Bestehen der Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet.

Sollte die Nachprüfung nicht bestanden werden, kann dem Teilnehmer eine weitere, finale Nachprüfung (mündlich) zugestanden werden. Diese ist frühestens nach einer Hospitationszeit von einem Jahr zulässig. In dieser Zeit muss der Teilnehmer mindestens 40 LE bei Trainern nachweisen, die über mindestens eine Trainer-A-Lizenz Leistungssport Leichtathletik verfügen. Bei Bestehen der zweiten Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet. Bei Nichtbestehen der zweiten Nachprüfung besteht für den Teilnehmer keine Möglichkeit zu einem erneuten Prüfungsversuch oder einer erneuten Anmeldung zum Trainer-A Leistungssport Leichtathletik.

Die Note der theoretischen Prüfung geht mit einer Gewichtung von 25% in die Abschlussnote ein.

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

Bei allen mündlichen Prüfungen müssen immer mindestens zwei Prüfer anwesend sein und ein schriftliches Protokoll geführt werden.

10.3.4.2 Praktische Prüfung Trainer-A Leistungssport

Die praktische Prüfung für den angehenden Trainer-A beinhaltet zwei Komponenten, die die Gesamtbewertung der praktischen Prüfung ausmachen.

Vorstellung der Trainingsplanung aus Kleingruppenarbeit innerhalb der Ausbildung

Die angehenden Trainer-A stellen ihre zuvor ausgearbeitete Trainingsplanung dem Plenum und den Prüfern vor. Die Planung bezieht sich auf einen Athleten der U23 oder der Aktivenklasse und eine zuvor benannte Disziplin. Dabei sollen folgende Aspekte bearbeitet sein:

- ▲ Darstellung des Athleten
- ▲ Kurze Stärken- und Schwächenanalyse
- ▲ Mehrjahresaufbau/langfristige Entwicklung
- ▲ Detaillierte Trainingsplanung innerhalb der allgemeinen VP
- ▲ Detaillierte Trainingsplanung innerhalb der speziellen VP
- ▲ Detaillierte Trainingsplanung innerhalb der WK-Phase

Die Prüfer sind angehalten bei Bedarf Fragen zu stellen. Hierbei sollen möglichst alle Gruppenmitglieder angesprochen werden. Dabei sollte primär auf folgende Aspekte geachtet werden:

- ▲ Struktureller Aufbau
- ▲ Angepasster Trainingsumfang
- ▲ Angepasste Trainingsintensität
- ▲ Angepasste Trainingsmittel
- ▲ Wechselspiel Belastung und Erholung
- ▲ Vor- und Nachbereitung von Haupttrainingseinheiten im Gesamtkontext

Die Note der Trainingsplanung aus der Kleingruppenarbeit geht mit einer Gewichtung von 25% in die Abschlussnote ein.

Schriftliche Hausarbeit zur Trainingsplanung, -durchführung, -dokumentation und -auswertung oder Vergleichbarem

Jeder angehende Trainer-A hat eine schriftliche Hausarbeit als Prüfungsleistung anzufertigen, die ebenso in die praktische Prüfung einfließt. Die Planung bezieht sich auf ein einzelnes Talent der eigenen Trainingsgruppe oder auf die gesamte Trainingsgruppe im Altersbereich U23 oder der Aktivenklasse und dokumentiert folgende Aspekte des Trainings:

- ▲ Kurze Beschreibung der leistungsbestimmenden Merkmale der Disziplin (Kondition, Technik)
- ▲ Kennzeichnung der Trainingsgruppe (kurze Beschreibung der Athleten mit Trainingsalter und Leistungsniveau, usw.)
- ▲ Bewertung der Athleten anhand der o.g. leistungsbestimmenden Merkmale (Stärken, Defizite, Leistungsentwicklung)
- ▲ Zielsetzung für die vergangene oder kommende Wettkampfsaison
- ▲ Trainingsplanung (ggfs. Schwerpunktsetzungen herausarbeiten)
- ▲ Dokumentation des durchgeführten Trainings und der Leistungsüberprüfungen (Tests, Wettkämpfe)

- ▲ Steuerungsmaßnahmen (Begründung der Trainingsanpassungen!)
- ▲ Analyse und Beurteilung der Wirksamkeit des durchgeführten Trainings und der Steuerungsmaßnahmen unter Bezug der Zielstellung und kurzer Ausblick auf das weitere Vorgehen

Die Aufgabe soll die Trainingsarbeit des angehenden Trainers überprüfen und gleichzeitig dem Prüfling die Möglichkeit zur Reflektion und Erweiterung durch Wiederholung und eigener Weiterbildung eröffnen. Die Prüfer der Hausarbeit sind angehalten auf folgende Aspekte ihr Augenmerk zu richten:

- ▲ Systematischen Planung (Trainingsabschnitt ist Beginn einer Vorbereitungsperiode bis Ende einer Wettkampfperiode)
- ▲ Orientierung an den Rahmentrainingsplänen des DLV (Basis des Handelns sollen die entsprechenden Rahmentrainingspläne des jeweiligen Disziplinblockes sein)
- ▲ Ausreichende Protokollierung (Dokumentation des durchgeführten Trainings sowie der dabei erreichten Test- und Wettkampfergebnisse)
- ▲ Fähigkeit zur Auswertung und kritischen Analyse (Soll-Ist-Vergleich des Trainings und Überprüfung einer Trainingswirksamkeit und daraus evtl. resultierender Trainingsanpassungen)

Sollte aus plausiblen Gründen eine Hausarbeit über ein anderes Thema angefertigt werden, kann dies nur in Absprache und nach Genehmigung des Lehrgangleiters erfolgen. Die Inhalte sind entsprechend abzustimmen. Der Lehrgangleiter hat in der Bewertung individuelle Kriterien anzuwenden, die den o.g. Anforderungen entsprechen.

Der Umfang der schriftlichen Hausarbeit sollte bei mindestens 20 Seiten liegen (reiner Text, normale Schriftgröße und Einzüge). Die Prüfer fertigen zu jeder Hausarbeit eine kurze Stellungnahme mit Bewertung und Verbesserungsvorschlägen an, die dem Prüfling zugeht.

Die praktische Prüfung gilt als bestanden, wenn mindestens 50% der erreichbaren Punkte erzielt wurden oder die Prüfer die praktischen Ausarbeitungen mit mindestens „ausreichend (4,0)“ werten. Bei Nichterreichen der notwendigen Leistung, kann der Teilnehmer auf eine Nachprüfung bestehen. Diese Nachprüfung ist eine Nacharbeit der abgelieferten Hausarbeit. Bei Bestehen der Nachprüfung wird die Abschlussprüfung mit der Note „ausreichend (4,0)“ bewertet.

Bei Nichtbestehen der Nachprüfung besteht für den Teilnehmer keine Möglichkeit zu einem erneuten Prüfungsversuch oder einer erneuten Anmeldung zum Trainer-A Leistungssport Leichtathletik.

Betrugsversuche führen zur Prüfungsunterbrechung für die entsprechende Person. Dieser unterbrochene Prüfungsversuch wird dann mit „mangelhaft“ bewertet und gilt als nicht bestanden. Betrugsversuche werden mit einer zehnjährigen Sperre für Trainerausbildungen des DLV geahndet.

Die Note der Hausarbeit geht mit einer Gewichtung von 35% in die Abschlussnote ein.

11 DOSB Diplom-Trainer / Staatlich anerkannter Trainer des Landes Nordrhein-Westfalen

Das Diplom-Trainerstudium an der DOSB-Trainer-Akademie in Köln ist die zentrale Ausbildung für Trainerinnen und Trainer im Leistungssport. Die Akademie verfügt über besondere Studienbedingungen, die durch die Einbindung in das Lizenzsystem des DOSB und die enge Zusammenarbeit mit den Spitzenverbänden einerseits, und die Kooperation mit den Einrichtungen des Deutschen Spitzen- und Leistungssports andererseits, geprägt sind (Trainerakademie Köln, 2019a). Dabei ist das Diplom-Trainer-Studium (DTS) die vierte und höchste Lizenzstufe im Bereich des Deutschen Olympischen Sportbundes (Trainerakademie Köln, 2019b).

Dabei stellt die Diplom-Trainerausbildung an der DOSB-Trainer-Akademie die einzige Trainerausbildung für den Leistungssport in Deutschland dar. Universitäre Studiengänge zum B.A., B.Sc., M.A. oder M.Sc. (bzw. Dipl.-) sind sportwissenschaftliche Ausbildungswege, die die Besonderheiten der Trainertätigkeit im Hochleistungssport nicht oder nur geringfügig behandeln.

Im Kontext der Diplom-Trainerausbildung kommen auf den Spitzensportverband verschiedene Aufgaben zu:

- ▲ Koordinatorenaufgaben zwischen Verband und DOSB-Trainer-Akademie
- ▲ Begleitung der Studierenden
- ▲ Sportartspezifische Fachausbildung
- ▲ Prüfungsangelegenheiten
- ▲ Anleitung und Begleitung bei Erstellung der Studienarbeit
- ▲ Evtl. Unterstützung bei Praktika

11.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des Diplom-Trainers umfasst die Gestaltung eines wissenschaftlich fundierten und systematischen leistungssportlichen Trainings bis zur individuellen Höchstleistung. Der Diplom-Trainer arbeitet im Spitzensportbereich und ist in der Lage, die damit verbundenen Prozesse in ihrer/seiner Sportart systemwirksam zu planen, zu leiten und selbst zu führen. Darüber hinaus ist er im Bereich der Aus- und Fortbildung tätig.

11.2 Aufbau des Studiums

Das berufsintegrierte Studium ist mit seinem spezifischen Profil zielgerichtet auf die Erfordernisse der Leistungssportpraxis ausgerichtet. Das dreijährige Diplom-Trainer-Studium ermöglicht durch seine modulare, flexible Organisation die Vereinbarkeit zwischen beruflicher Trainertätigkeit im Leistungssport auf der einen Seite und den Anforderungen des Studiums auf der anderen Seite (Trainerakademie Köln, 2019b).

Die DLV-Akademie gestaltet als Praxispartner wesentliche Teile des berufsintegrierten Teiles im Studium. In diesem Rahmen können sportartspezifische und aktuelle Inhalte der jeweiligen Disziplin

berufsintegriert vermittelt werden (Trainerakademie Köln, 2019c). Das Studium ist in vier Abschnitte gegliedert:

1. Grundlagenausbildung (480 LE)
2. Spezialisierung (480 LE)
3. Sportartspezifische Ausbildung (240 LE) und Praktika (100 LE)
4. Abschlussprüfungen

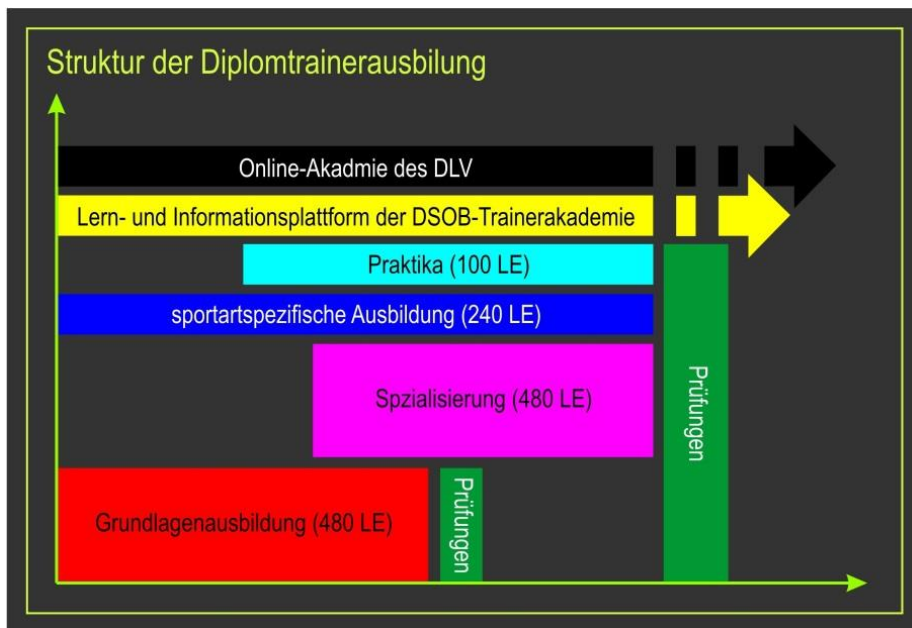


Abb. 3. Schematische Struktur der Diplom-Trainerausbildung „Leichtathletik“.

11.3 Ziele der sportartspezifischen Ausbildung

Der Ausgangspunkt für zielführende Ausbildungsprogramme sind zuerst die Teilnehmer selbst (Abraham et al., 2010). Entsprechend muss der Ausbildungsweg auf die späteren Handlungsfelder der Studierenden ausgerichtet sein. Dabei orientieren sich die Inhalte stringent an den komplexen Anforderungen der Trainertätigkeit in der Leistungssportpraxis in den Feldern:

- ▲ Training & Wettkampf
- ▲ Führen von Athleten und Teams
- ▲ das zielführende Agieren in spezifischen Strukturen des Leistungssports (Trainerakademie Köln, 2004)

Die Ausbildung soll die Studierenden unter Einbeziehung ihrer im Vorfeld erworbenen Kenntnisse, Fähigkeiten, Fertigkeiten und Erfahrungen dazu befähigen:

- ▲ das leistungssportliche Training und den Wettkampf in einer Sportart (vornehmlich Aufbau-, Anschluss- und Hochleistungsbereich) zu leiten, zu planen und effektiv zu gestalten,
- ▲ die pädagogische Relevanz ihrer Tätigkeit zu erkennen und ausgehend von einer hohen fachlichen und sozialen Kompetenz ihre Athleten verantwortungsvoll und ergebnisorientiert zu führen,

- ▲ den Prozess der Leistungsentwicklung ihrer Athleten in enger Zusammenarbeit mit Funktionären, Trainerkollegen, Wissenschaftlern, Ärzten und anderen Fachspezialisten effektiv zu gestalten und zu führen
- ▲ sich nach Abschluss des Studiums an der Trainerakademie in geeigneter Weise selbstständig und eigenverantwortlich weiterführende Kenntnisse anzueignen und dieses Wissen in der Praxis effektiv anzuwenden,
- ▲ die Ausbildung von Trainern und Übungsleitern in ihrer Sportart effektiv zu planen und zu gestalten. (DLV-Akademie, 2010).

Durch die intensive Zusammenarbeit zwischen dem Deutschen Leichtathletik-Verband und der Trainerakademie werden die Trainerstudenten auf die künftigen Aufgaben in der Spitzenleichtathletik vorbereitet. Ein wichtiges Anliegen dabei ist das Vorbereiten, Erreichen und Erhalten der internationalen Konkurrenzfähigkeit geeigneter Sportler. Dafür werden in der „sportartspezifischen Ausbildung“ das sportfachliche Grund- und Spezialwissen, das berufsspezifische Können, sowie die moralisch-ethischen Überzeugungen, Einstellungen und Verhaltenseigenschaften vermittelt. Die sportartspezifische Ausbildung soll bei den Absolventen Berufsmotivation, Streben und Befähigung zum schöpferischen Arbeiten gezielt fördern. Dabei stellen der Praxisbezug und die Praxiswirksamkeit die wesentlichen Komponenten der lehrmäßigen Vorgehensweise dar (DLV-Akademie, 2010).

Das sportartspezifische Curriculum beinhaltet vier Aufgabenfelder (Trainerakademie Köln, 2020):

- ▲ SPA 1: Sportartspezifische Lehr- und Lernarrangements in Theorie und Praxis – Erweiterung der sportartspezifischen Wissens- und Könnensbereiche
- ▲ SPA 2: Learning on the Job-Projekte – Unterstützung zur Verbesserung des Trainerhandelns
- ▲ SPA 3: Hospitationen und „begleitende“ Trainertätigkeit bei Zentralmaßnahmen des Spitzenfachverbandes – Vermittlung der Verbandsphilosophie, Erweiterung Netzwerk, Lernen von erfahrenen Trainern
- ▲ SPA 4: Tätigkeit in Wissenschaft, Bildung & internationales – Einblick in die aktuelle Forschung, internationale Erfahrungen, Erfahrungen als Lehrender, weiterführende Qualifikationen

Diese Aufgabenbereiche gliedern sich in begleitende Maßnahmen, als auch in Blockseminare auf. Dabei sollen den Studierenden kompetente Mitarbeiter und Partner des DLV ihre jeweiligen Spezialgebiete lehren. Alle Kollegen und Partner sind dabei angehalten sich an die die lerntheoretischen Grundsätze zu halten, d.h., dass Lernen soll/muss

- ▲ zielgerichtet sein, d.h. an klar formulierten Zielen ausgerichtet sein,
- ▲ kumulativ sein, d.h. auf Vorwissen und Erfahrungen der Studierenden aufbauen,
- ▲ systematisch sein, d.h. die Inhalte müssen sachlogisch aufgebaut sein,
- ▲ situiert sein, d.h. in authentischen, praxisnahen Kontexten stattfinden,
- ▲ kooperativ sein, d.h. in soziale Prozesse integriert sein,
- ▲ partizipativ sein, d.h. durch Beteiligung der Studierenden bestimmt werden,
- ▲ aktiv sein, d.h. Studierende nehmen aktiv am Unterricht teil,
- ▲ konstruktiv sein, d.h. es werden reale und komplexe Probleme behandelt,
- ▲ selbständig sein, d.h. von den Studierenden selbständig gesteuert werden.

Diese Grundsätze basieren auf kognitivistischen und konstruktivistischen Lerntheorien und geben den Rahmen vor, um Lernprozesse im Diplom-Trainer-Studium zu gestalten (Hasselhorn/Gold, 2006).

Bedeutsam für ein kompetentes und effektives Trainertum ist ein ausgeprägtes Brückenwissen. Dieses Brückenwissen orientiert sich nicht an wissenschaftlichen Kriterien, sondern an der Struktur und den Bedingungen konkreter leistungssportlicher Anforderungen. Dieses Wissen ist detailliert, konkret und dient dazu die in der wissenschaftlichen Systematik getrennt betrachteten Elemente wieder in das große Ganze (Leistungsentwicklung der Athleten) einzuordnen (Böhle, 2012; Killing, 2012).

11.4 Umsetzung der Ausbildung

Die Ausbildungsstruktur teilt sich in vier Bereiche auf:

1. die begleitende sportartspezifische Ausbildung im Rahmen von Präsenzwochen im Grundstudium bzw. innerhalb der blockspezifischen Fachausbildung – die Koordinatorenausbildung
2. die blockspezifische Fachausbildung und Hospitationen in zentralen Lehrgängen
3. die übergreifenden Themen bzw. Einblick in weitere Aufgabengebiete des DLV
4. die vielfältigen Tätigkeiten im Rahmen von Trainerausbildungen des Spitzenverbandes

Tab.125. Zusammenfassung/Übersicht der LE in der sportartspezifischen Fachausbildung.

Schwerpunkte/Blöcke	Bereich	LE
Koordinatorenausbildung	SPA 1	80
Block Sprint/Hürde	SPA 1 & 3	21
Block Lauf/Gehen	SPA 1 & 3	24
Block Sprung	SPA 1 & 3	23
Block Wurf/Stoß	SPA 1 & 3	23
Block Mehrkampf	SPA 1 & 3	9
Übergreifende Themen	SPA 2	20
Trainerausbildung Gruppenleiter	SPA 4	40
Summe		240

Alle Studenten der Diplom-Trainerausbildung innerhalb der Leichtathletik sind an Bundes- oder Landesstützpunkten verankert, verfügen i.d.R. über ein Athletenpotential auf Bundeskaderstufe (\geq NK1-U20) und sind somit in Maßnahmen der Bundeskader integriert. Durch zentrale Lehrgänge dieser Kader besteht ein konstanter Austausch zwischen den Studenten und erfahrenen Bundestrainern, welcher dem o.g. SPA 3 ebenso anzurechnen ist. Den Studenten wird nahegelegt über diese zusätzlichen Hospitationsmaßnahmen ein Tagebuch zu führen.

11.4.1 Begleitende sportartspezifische Ausbildung im Rahmen von Präsenzwochen im Grundstudium bzw. innerhalb der blockspezifischen Fachausbildung

Tab. 126. Begleitung im Rahmen von Präsenzwochen im Grundstudium/Koordinatorenausbildung bzw. innerhalb der blockspezifischen Fachausbildung – Teil I.

Bereich	Inhalte	LE
SPA 1	Einführung in die sportartspezifische Fachausbildung <ul style="list-style-type: none"> - Studienablauf - Sportartspezifische Ausbildung - Praktika - Themensuche Studienarbeit - Prüfungsablauf - Weiterführende Bildungsmaßnahmen 	4
SPA 1	Die Rolle des Trainers <ul style="list-style-type: none"> - „Modell Gerd Osenberg“ - Vorstellung der Trainerphilosophie der Studenten anhand PP-Vortrag vor Gruppe - Anforderungen an Trainer, Athleten, Umfeld inkl. Zukunftsblick 	4
SPA 1	Trainerauge zur Talenterkennung <ul style="list-style-type: none"> - Erkennen und Beurteilen von Talenten unter besonderer Berücksichtigung der Koordinativen Fähigkeiten - Schlüsselpositionen - Darstellungsvarianten 	4
SPA 1	Einsatz von Videoanalyse in Training & Wettkampf <ul style="list-style-type: none"> - Erstellung von LBR - Bewegungsbeschreibung 	4
SPA 1	Bewegungsaufzeichnung einer beliebigen Disziplin bei einer DM <ul style="list-style-type: none"> - Erstellung LBR aus Video (8er oder 12er LBR) - Bewegungsbeschreibung einer herausragenden Leistung zur Veröffentlichung 	4
SPA 1	Energiebereitstellung der sportlichen Leistungen – Teil 1 <ul style="list-style-type: none"> - Energieträger - Verhalten der Herzfrequenz - Laktatbildung - VO₂max 	4
SPA 1	Energiebereitstellung der sportlichen Leistungen – Teil 2 <ul style="list-style-type: none"> - Energieträger - Verhalten der Herzfrequenz - Laktatbildung - VO₂max 	4
SPA 1	RTP/RTK <ul style="list-style-type: none"> - Gemeinsame Erarbeitung von Anpassungen - Transfer zu RTK online 	4
SPA 1	Meisterlehrenprojekt – Teil 1 <ul style="list-style-type: none"> - Theorie, Philosophie (zu Trainingstermin TA) 	4
SPA 1	Meisterlehrenprojekt – Teil 2 <ul style="list-style-type: none"> - konditionelle Entwicklung (zu Trainingstermin TA) 	8

Tab. 127. Begleitung im Rahmen von Präsenzwochen im Grundstudium/Koordinatorenausbildung bzw. innerhalb der blockspezifischen Fachausbildung – Teil II.

Bereich	Inhalte	LE
SPA 1	Meisterlehrenprojekt – Teil 3 - technische Entwicklung (zu Trainingstermin TA)	8
SPA 1	Aufgaben der DLV-Akademie - Trainerausbildung im DLV - Wissenschaftskoordination - Wissensrecherche	4
SPA 1	Vorbereitung/Zwischenstand Studienarbeit - Konkretisierung der Fragestellungen - Literaturrecherche	4
SPA 1	Vorbereitung Abschlussprüfungen - Fragerunde - Eingrenzungshilfe	4
SPA 1	Reflektion und Transfer zu Organisation im DLV - Zusammenfassung - Einbringung eigener Erfahrungen der TN	2
SPA 1	Zwischenstand Studienarbeit - Zusammenfassung - Einbringung eigener Erfahrungen der TN	2
SPA 1	Reflektion und Transfer zu Sprint/Hürde - Zusammenfassung - Einbringung eigener Erfahrungen der TN	2
SPA 1	Reflektion und Transfer zu Lauf/Gehen - Zusammenfassung - Einbringung eigener Erfahrungen der TN	2
SPA 1	Reflektion und Transfer zu Sprung - Zusammenfassung - Einbringung eigener Erfahrungen der TN	2
SPA 1	Reflektion und Transfer zu Wurf/Stoß - Zusammenfassung - Einbringung eigener Erfahrungen der TN	2
SPA 1	Reflektion und Transfer zu Mehrkampf - Zusammenfassung - Einbringung eigener Erfahrungen der TN	2
SPA 1	Trainingsetappen und Trainerkompetenzen - Differenzierung der Ausbildungsstufen von Athleten - Kila, GLT, ABT, AnschIT, HLT - DLV-Ausbildungsmatrix	2
	<i>Summe</i>	80

11.4.2 Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen

Tab. 128. Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen - Sprint/Hürde.

Bereich	Thema	LE
SPA 1 & 3	Meisterlehre Sprint/Hürde <ul style="list-style-type: none"> - Aufgaben des ltd. BT - Philosophie der Disziplingruppe - Rahmentrainingsplanung - Relative und absolute Anteile im langjährigen Training - Leistungsdiagnostik M/F - Funktion von Leistungsüberprüfungen, Vergleichszahlen - Erfassung und Interpretation der Daten - Integration in den Trainingsprozess 	3
SPA 1 & 3	Meisterlehre Kurzsprint <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
SPA 1 & 3	Meisterlehre Langsprint <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching 	3
SPA 1 & 3	Meisterlehre Kurzhürde <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
SPA 1 & 3	Meisterlehre Langhürde <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
	<i>Summe</i>	21

Tab. 129. Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen – Lauf/Gehen.

Bereich	Thema	LE
SPA 1 & 3	Meisterlehre Lauf/Gehen <ul style="list-style-type: none"> - Aufgaben des ltd. BT - Philosophie der Disziplingruppe - Rahmentrainingsplanung - Relative und absolute Anteile im langjährigen Training - Leistungsdiagnostik M/F - Funktion von Leistungsüberprüfungen, Vergleichszahlen - Erfassung und Interpretation der Daten - Integration in den Trainingsprozess 	3
SPA 1 & 3	Meisterlehre Mittelstrecke <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
SPA 1 & 3	Meisterlehre Langstrecke <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching 	3
SPA 1 & 3	Meisterlehre Hindernis <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
SPA 1 & 3	Meisterlehre Marathon <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching 	3
SPA 1 & 3	Meisterlehre Gehen <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
	<i>Summe</i>	24

Tab. 130. Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen – Sprung.

Bereich	Inhalte	LE
SPA 1 & 3	Meisterlehre Sprung <ul style="list-style-type: none"> - Aufgaben des ltd. BT - Philosophie der Disziplingruppe - Rahmentrainingsplanung - Relative und absolute Anteile im langjährigen Training - Leistungsdiagnostik M/F - Funktion von Leistungsüberprüfungen, Vergleichszahlen - Erfassung und Interpretation der Daten - Integration in den Trainingsprozess 	3
SPA 1 & 3	Meisterlehre Weitsprung <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
SPA 1 & 3	Meisterlehre Dreisprung <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
SPA 1 & 3	Meisterlehre Hochsprung <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
SPA 1 & 3	Meisterlehre Stabhochsprung <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
	<i>Summe</i>	23

Tab. 131. Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen – Wurf/Stoß.

Bereich	Inhalte	LE
SPA 1 & 3	Meisterlehre Wurf/Stoß <ul style="list-style-type: none"> - Aufgaben des ltd. BT - Philosophie der Disziplingruppe - Rahmentrainingsplanung - Relative und absolute Anteile im langjährigen Training - Leistungsdiagnostik M/F - Funktion von Leistungsüberprüfungen, Vergleichszahlen - Erfassung und Interpretation der Daten - Integration in den Trainingsprozess 	3
SPA 1 & 3	Meisterlehre Kugel <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
SPA 1 & 3	Meisterlehre Diskus <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
SPA 1 & 3	Meisterlehre Hammer <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
SPA 1 & 3	Meisterlehre Speer <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M/F - Entwicklungstendenzen der Disziplin M/F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild M/F - Wettkampfcoaching - Praxis 	5
	<i>Summe</i>	23

Tab. 132. *Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen – Mehrkampf.*

Bereich	Inhalte	LE
SPA 1 & 3	Meisterlehre Mehrkampf <ul style="list-style-type: none"> - Aufgaben des ltd. BT - Philosophie der Disziplingruppe - Rahmentrainingsplanung - Relative und absolute Anteile im langjährigen Training - Leistungsdiagnostik M/F - Funktion von Leistungsüberprüfungen, Vergleichszahlen - Erfassung und Interpretation der Daten - Integration in den Trainingsprozess 	3
SPA 1 & 3	Meisterlehre Zehnkampf <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse M - Entwicklungstendenzen der Disziplin M - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild ausgesuchter Disziplin M - Wettkampfcoaching 	3
SPA 1 & 3	Meisterlehre Siebenkampf <ul style="list-style-type: none"> - Eigene Trainerphilosophie - Weltstandanalyse F - Entwicklungstendenzen der Disziplin F - Leistungsbestimmende Faktoren der Disziplin - Technikbild ausgesuchter Disziplin F - Wettkampfcoaching 	3
	<i>Summe</i>	9

11.4.3 Übergreifende Themen bzw. Einblick in weitere Aufgabengebiete des DLV

Tab. 133. *Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen - Übergreifende Themen/Einblick in weitere Aufgabengebiete des DLV – Teil I.*

Bereich	Inhalte	LE
SPA 2	Medizin-Ethik <ul style="list-style-type: none"> - Aufgaben (Rechte und Pflichten) des Trainers aus medizinischer Sicht - Gesundheitserziehung, sportmedizinische Betreuung - Zusammenarbeit mit Ärzten bei Funktions- und Zustandsdiagnostik - Einflussnahme auf Hygiene, sportgerechte Ernährung und Kleidung - Einflussnahme auf Gestaltung physiotherapeutischer, prophylaktischer und kompensatorischer Maßnahmen 	2
SPA 2	Führung von Menschen in der Leichtathletik <ul style="list-style-type: none"> - Pädagogisch-psychologische Führung - Menschbild - der mündige Sportler - Möglichkeiten der Einflussnahme durch den Trainer – Coaching - Gestaltung von Eigenfeedback und Fremdfeedback 	2

Tab. 134. *blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen - Übergreifende Themen/Einblick in weitere Aufgabengebiete des DLV – Teil II.*

Bereich	Inhalte	LE
SPA 2	Athletenmonitoring - Ausfallhintergründe - Betreuung von Athleten	2
SPA 2	Wettkampforganisation - Anforderungsbedingungen an Meisterschaften - (medien-)technische Besonderheiten - Basics Regelkunde, Rechte und Pflichten Trainer bzw. Athlet	2
SPA 2	Finanzen und Zuwendungsrecht - Veranstaltungsorganisation - Abrechnungsmodalitäten - Zuwendungsrecht	2
SPA 2	Management der Nationalmannschaft - Aufgaben und Besonderheiten bei intern. Meisterschaften	2
SPA 2	Einblick in das Referat Olympischer Leistungssport - Organisation und Förderstruktur im Spitzensport - Internationale, nationale und regionale Struktur der Leichtathletik - DOSB, Landesverbände, spitzensporttreibende Vereine - Vereinbarung mit Institutionen/Athleten - Fördermöglichkeiten durch die Bundeswehr, BGS, Polizei - Soziale Betreuung, duale Karriere - Aufgabenstellung von Eliteschulen des Sports	3
SPA 2	Anti-Doping - Aufgaben (Rechte und Pflichten) des Trainers - Aufgaben (Rechte und Pflichten) des Athleten - Anti-Doping Maßnahmen	2
SPA 2	Good Governance - Rechte und Pflichten - Umgang mit verschiedenen Situationen - Leitfaden - Verhinderung von Vorteilsnahme	2
SPA 2	PSG - Rechte und Pflichten - Richtiger Umgang bei Verdachtsfällen	2
	<i>Summe</i>	21

11.4.4. Prüfungsleistungen im Rahmen der sportartspezifischen Ausbildung

Schriftliche Prüfung

Zum Erreichen des Abschlusses an der Trainerakademie Köln muss der Prüfling u.a. eine schriftliche, sportartspezifische Klausur absolvieren. Die Dauer der schriftlichen Klausur beträgt 90 Minuten. Hierbei soll der Prüfling die erforderlichen fachtheoretischen Kenntnisse nachweisen können (Trainerakademie Köln, 2016).

Die Auswahl der Aufgabenstellung orientiert sich am Disziplinblock des Haupttätigkeitsbereiches des zu Prüfenden. Folgende Schwerpunkte werden in der Aufgabenauswahl gesetzt:

- ▲ Darstellung und Erörterung der komplexen Wettkampffähigkeit einer konkreten Disziplin im Hochleistungstraining
- ▲ Darstellung und Erläuterung eines MIZ in der aVP und der sVP im Kontext einer Eingliederung in einem MAZ im Hochleistungstraining
- ▲ Diskussion, Darstellung und Erörterung einer angepassten Talententwicklung eines fiktiven Athleten im ABT anhand von Leistungsparametern (WK-Leistungen, LDs)

Praktische Prüfung

Neben der schriftlichen, sportartspezifischen Prüfung hat der Prüfling eine fachmethodische, praktische Prüfung abzulegen. Diese soll die Trainerqualifikation im Rahmen einer Trainingseinheit nachweisen (Trainerakademie Köln, 2016).

Der Prüfling hat zuvor eine schriftliche Ausarbeitung zum Prüfungsthema abzugeben. Die Ausarbeitung orientiert sich an der Vorlage der Trainerakademie. Die Trainingseinheit im Rahmen der Prüfung wird im Regelfall mit Leistungssportlern des jeweiligen Fachverbandes durchgeführt, im Idealfall mit Athleten der eigenen Trainingsgruppe des Prüflings. Die Entscheidung über Ort der Prüfung und Auswahl der Prüfungsgruppe trifft die Trainerakademie auf Vorschlag des Koordinators. Die Dauer der fachmethodischen, praktischen Prüfung sollte mindestens 45 Minuten betragen. Im Anschluss findet ein Reflexionsgespräch über die Trainingseinheit statt.

Mündliche Prüfung

Die Aufgabe des Koordinators bei der mündlichen Prüfung ist die des Zweitprüfers. In dieser Prüfung soll der Koordinator möglichst nach disziplinspezifischen Zusammenhängen und Transfers in die eigene Disziplin zu den Fragen des Erstprüfers stellen. Die Prüfungsdauer liegt zwischen 20 und 40 Minuten. Anschließend einigen sich Erst- und Zweitprüfer auf eine Note.

11.5 Abschluss

Mit dem Studienabschluss erwerben die Absolventinnen und Absolventen den Titel „staatlich geprüfte Trainerin/staatlich geprüfter Trainer des Landes Nordrhein-Westfalen“, als höchste staatliche Ausbildung für Trainerinnen und Trainer in Deutschland sowie den Titel „Diplom-Trainerin/Diplom-Trainer des Deutschen Olympischen Sportbundes“ (Trainerakademie Köln, 2019b).

Die DLV-Akademie fördert ideell das Erreichen eines sportwissenschaftlichen Abschlusses im Anschluss an die Diplom-Trainerausbildung, im Besonderen an der sportwissenschaftlichen Fakultät der Universität Leipzig.

12 Ergänzende Regelungen

Zu den verschiedenen Regelungen und Vorgaben in der DLV-Lehrordnung (DLV, 2021), sowie in Kapitel 2, werden nachfolgende zusätzliche Erläuterungen für Aus- und Fortbildungen aufgeführt.

12.1 DLV-Lehrordnung

Die Lehrordnung regelt die Aus- und Fortbildung von Trainern im Deutschen Leichtathletik-Verband. Sie bildet zugleich die Grundlage für die einheitliche Handhabung aller Maßnahmen in den Landesverbänden.

In Abstimmung mit der Kommission Bildung/Lehre und Wissenschaft und auf der Basis der Rahmenrichtlinien für die Ausbildung im Bereich des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) verabschiedet die Mitgliederversammlung die Lehrordnung. Das Lehrcurriculum und damit die Ausbildungspläne und Prüfungsrichtlinien der einzelnen Lizenzstufen werden nach Beratung mit der Kommission Bildung/Lehre und Wissenschaft vom Vorstand verabschiedet (vgl. DLV, 2021). Diese gelten in der jeweils gültigen Form, werden in den Verbandsorganen veröffentlicht und treten mit Beschlussfassung in Kraft.

Die Lehrordnung des DLV ist auf der verbandseigenen Internetseite einsehbar.

12.2 Zulassungsvoraussetzungen

Die Zulassung zu einer Ausbildung setzt die zuvor schriftliche Bewerbung voraus. Die Zulassungsvoraussetzungen für die jeweiligen Lizenzstufen in der Ausbildung sind in der DLV-Lehrordnung dargestellt. Ergänzende Zulassungskriterien des Landesverbandes bzw. des DLVs als Ausrichter der Ausbildung (z.B. erweitertes polizeiliches Führungszeugnis) sind zulässig.

Über die Zulassung zu einer Ausbildung entscheidet der Lehrgangleiter. Bei strittigen Fällen empfiehlt es sich diese Entscheidungen vom zuständigen Lehrgremium bestätigen zu lassen. Bei Trainer-Ausbildungen erstellt der Landesverband des Kandidaten eine Begutachtung zur Zulassung. Diese ist für den DLV nicht bindend (vgl. DLV, 2021).

Bei Fortbildungen können Personen ohne Trainerlizenz oder mit einer niedrigeren Trainerlizenz zugelassen werden. Die Entscheidung dazu trägt der Fortbildungsleiter. Es ist sicherzustellen, dass alle angemeldeten Teilnehmer, die diese Fortbildung zur Lizenzverlängerung benötigen, primär zugelassen werden.

In besonders gelagerten Ausnahmefällen kann die DLV-Akademie Abweichungen von den Zulassungsvoraussetzungen beschließen. Dies betrifft im Besonderen bei leistungssportlichen Interessen zu (vgl. DLV, 2021 § 4.6).

12.3 Kosten der Aus- und Fortbildungen

Die Kosten für Aus- und Fortbildungen legt der veranstaltende Verband eigenständig fest. Dabei soll auf eine Verhältnismäßigkeit der Gebühr geachtet werden. Eventuell auftretende Gewinne sollen nach Möglichkeit in die Refinanzierung anderer Aus- und Fortbildungsleistungen fließen. Obergrenzen für die Kosten der Ausbildungslehrgänge sind in der DLV-Gebührenordnung definiert.

12.4 Lizenzerteilung

Absolventen der Ausbildungslehrgänge erhalten die entsprechende Lizenz des DOSB (DSB, 2005). Diese Lizenz wird ausgestellt von dem Landesverband (für C- und B-Lizenzen), in dem der Trainer seinen ersten Wohnsitz innehat. Der Absolvent hat dafür selbst Sorge zu tragen, dass der Landesverband diese Lizenz ausstellt.

Über Ausbildungslehrgänge, die ein Teilnehmer bei einem anderen Landesverband oder beim DLV absolviert möchte, sollte dieser im Vorfeld seinen zuständigen Landesverband möglichst informieren. Der für den Teilnehmer zuständige Landesverband stellt die zum Lehrgang passende Lizenz aus, auch wenn er diesen Lehrgang nicht anbietet, insofern dieser Lehrgang dem DLV-Ausbildungscurriculum entspricht.

Bei A-Lizenzen stellt der DLV die Lizenz nach erfolgreichem Abschluss des Lehrgangs aus.

12.5 Erste-Hilfe Nachweis

Für die Lizenzerteilung der ersten Lizenzstufe (Trainer-C Leistungssport) ist der Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses notwendig (DSB, 2005). Dieser Erste-Hilfe-Kurs muss einer „Erste-Hilfe-Grundausbildung“ gemäß den "Gemeinsamen Grundsätzen zur Aus- und Fortbildung in Erster Hilfe" der Bundesarbeitsgemeinschaft Erste-Hilfe (BAGEH) entsprechen (DOSB, 2020b).

Die Ausbildung darf zum Zeitpunkt der Lizenzierung (erfolgreiche Abschluss des Lehrgangs) nicht länger als zwei Jahre zurückliegen.

12.6 Hospitationen

Im Rahmen der Trainer-A-Ausbildung, als auch beim Nichterreichen von bestimmten Prüfungsleistungen, müssen die Teilnehmer Hospitationsstunden nachweisen. Die Anzahl der Lerneinheiten, sowie die Rahmenbedingungen für Mentoren sind in den jeweiligen Kapiteln der Ausbildungskonzeptionen vermerkt (bei Nichterreichten Prüfungsleistungen).

Für die Trainer-A-Ausbildung gelten folgende Regelungen:

- ▲ Die Hospitationen sind möglichst bei den DLV-Bundestrainern bzw. DLV-Nachwuchsbundestrainern zu absolvieren

- ▲ Alternativ kann auch bei hauptamtlichen Landesverbandstrainern, OSP-Trainern oder weiteren erfahrenen Trainern, nach vorheriger Abstimmung mit der DLV-Akademie, hospitiert werden
- ▲ Die Hospitationsstunden müssen mindestens bei zwei verschiedenen Trainern/innen durchgeführt werden, dabei können auch unterschiedliche Disziplinen gewählt werden
- ▲ Die 20 Hospitationsstunden umfassen Training (mindestens 12 LE) sowie Wettkampf (optional) und sind entsprechend zu dokumentieren (Vorlage Hospitationsbericht)
- ▲ Von den Hospitationsstunden im Training müssen mindestens 4 LE durch den Teilnehmer aktiv bestritten werden.
- ▲ Für die vom angehenden A-Trainer anzufertigenden Hospitationsberichte sind die Formblätter der DLV-Akademie zu verwenden, ggf. ergänzt durch neutrale Seiten
- ▲ Die Hospitationsberichte umfassen eine Dokumentation der durchgeführten Programme (Trainingsinhalte) sowie eine Auflistung der anschließenden Diskussion des angehenden A-Trainers mit dem Trainer (Mentor)
- ▲ Die Formblätter sind vom Hospitanten und dem Mentor zu unterschreiben und nach Abschluss aller Maßnahmen bei der DLV-Akademie einzureichen
- ▲ Der Mentor bestätigt mit seiner Unterschrift auf dem Hospitationsbericht, dass aus seiner Sicht, die durch den angehenden A-Trainer aufgeworfenen Fragen und diskutierten Inhalte dem Niveau eines A-Trainers entsprechen.
- ▲ Der angehende Trainer kann in die Trainingsarbeit bzw. die Wettkampfbeobachtung aktiv mit einbezogen werden. Dies obliegt dem Mentor.

12.7 Notenschlüssel bei Prüfungen

Wie jede Leistungsbeurteilung ist die Leistungsbenotung in der Trainerausbildung eine verantwortungsvolle Tätigkeit. Sie sollte daher möglichst objektiv und nachvollziehbar erfolgen. Dies gilt besonders bei Prüfungen, die nicht schriftlich erfolgen. Bei diesen Prüfungen (mündliche oder praktische Prüfungen) sind schriftliche Protokolle zu fertigen und ein Zweitprüfer hinzu zu ziehen.

Die Leistungen der Teilnehmer werden durch Punkte bewertet und anschließend in Prozentwerte und Noten umgerechnet. Die Zuteilung der Noten richtet sich danach an der Notenvergabe der deutschen Universitäten (HU Berlin, 2006). Zum allgemeinen Verständnis kann bei einer Besprechung der Note mit dem Prüfling eine Notendefinition herangezogen werden (Bayerische Staatskanzlei, 2019).

Bei der Beurteilung durch Noten ist folgender Maßstab zugrunde zu legen (ausgehend von den erreichten Prozentpunkten):

Tab. 135. Notenschlüssel bei Prüfungen (nach HU Berlin, 2006 & Bayerische Staatskanzlei, 2019).

Note	Prozent	verbal	Notendefinition
1.0	≥ 95	sehr gut	Leistungen, die den Anforderungen im besonderen Maße entsprechen.
1.3	≥ 90	sehr gut	
1.7	≥ 85	gut	Leistungen, die den Anforderungen voll entsprechen.
2.0	≥ 80	gut	
2.3	≥ 75	gut	
2.7	≥ 70	befriedigend	Leistungen, die den Anforderungen im Allgemeinen entsprechen.
3.0	≥ 65	befriedigend	
3.3	≥ 60	befriedigend	
3.7	≥ 55	ausreichend	Leistungen, die zwar Mängel aufweisen, aber im Ganzen noch den Anforderungen entsprechen.
4.0	≥ 50	ausreichend	
5.0	< 50	mangelhaft	Leistungen, die den Anforderungen nicht entsprechen.

12.8 Anerkennung von abgeschlossenen Studiengängen der Sportwissenschaft

Der Deutsche Leichtathletik-Verband begrüßt grundsätzlich das Interesse aller Teilnehmer, im Besonderen von Teilnehmern mit abgeschlossenem Studiengang der Sportwissenschaft, an den verschiedenen Ausbildungswegen des DLV. Ein abgeschlossenes sportwissenschaftliches Studium ist in der Lage auf viele Themengebiete detaillierter einzugehen, als es die begrenzte Zeit der Trainerausbildungen zulässt. Gleichzeitig bleibt festzuhalten, dass, bei einer zweifelsfrei hohen Fachkompetenz der Absolventen in den übergreifenden Themen der Sportwissenschaft, eine universitäre Ausbildung keine Trainerausbildung ist, die Sportartspezifik und das Agieren mit Sportlern oftmals zu kurz kommt. Auch fehlen in Gänze der Erfahrungsaustausch mit anderen Trainern des Lehrgangs, den der DLV sehr hoch einschätzt sowie der Austausch mit den referierenden Landes- und Bundestrainern oder Experten.

Bei gleichzeitigem Augenmerk auf eine praktische Umsetzung und Organisation der Trainerausbildung schlägt der DLV für die C- (Kinderleichtathletik und Grundlagentraining) und Trainer-B-Ausbildungen (alle Disziplinblöcke) vor, auf die Prüfungsleistungen des Vorbereitungskurses (siehe Kapitel 7.3.2 & 7.3.4 bzw. 8.3.2 & 8.3.4 bzw. 9.3.2 & 9.3.4) bei Teilnehmern mit einem absolvierten sportwissenschaftlichen Studium zu verzichten. Die finale Entscheidung dazu obliegt dem zuständigen Veranstalter der Ausbildung.

Eine Stundung von Lerneinheiten ist wegen der o.g. Besonderheiten einer Trainerausbildung und verschiedener organisatorischer Probleme nicht zulässig.

12.9 Anerkennung von nationalen und internationalen Lizenzen

Über die Anerkennung von nationalen und internationalen Lizenzen entscheidet im Bereich der Trainerausbildung (Leistungssport) die DLV-Akademie generell oder in besonderen Einzelfällen der Vorstand unter Berücksichtigung des Stellenwerts der Ausbildung bei World Athletics.

Andere Ausbildungen können anerkannt werden, wenn sie als gleichwertig begutachtet werden und im Besonderen die leichtathletikspezifischen Themenstellungen berücksichtigt haben. Ist eine Ausbildung als inhaltlich gleichwertig eingestuft, so muss eine Abschlussprüfung der entsprechenden Lizenzstufe abgelegt werden. Hierfür kann ein Sondertermin anberaumt werden.

Eine Prüfung zur Anerkennung von internationalen Lizenzen kann nur erfolgen, wenn der beantragende Trainer als Vereinstrainer oder -übungsleiter aktuell in einem Verein oder Verband in Deutschland tätig ist oder ein sozialversicherungspflichtiges Anstellungsverhältnis geplant ist.

12.10 Zulassung internationaler Teilnehmer bei Aus- und Fortbildungen

Personen aus dem Ausland, die an einer Aus- oder Fortbildung teilnehmen möchten, können zugelassen werden, insofern Sie eine vergleichbare Qualifikation wie die weiteren Teilnehmer besitzen und aus einem der folgenden Länder stammen:

- ▲ Alle Mitgliedsstaaten der Europäischen Union
- ▲ Schweizerische Eidgenossenschaft
- ▲ Vereinigtes Königreich von Großbritannien und Nordirland
- ▲ Königreich Norwegen
- ▲ Island
- ▲ Israel

Die Aus- und Fortbildungssprache ist Deutsch. Sollte ein internationaler Referent eingeladen sein, der seinen Vortrag in seiner Heimatsprache hält, versucht der Ausrichter einen Dolmetscher zu engagieren.

12.11 Antrag auf Bildungsurlaub

Um eine Zertifizierung für anerkannten Bildungsurlaub für Aus- und Fortbildungen zu erreichen, sind die bürokratischen Hürden für Spitzenverbände nicht lösbar (Koordinatorentreffen der Spitzenverbände mit der TA Köln am 21.01.2021). Es wird daher den Teilnehmern der Aus- und Fortbildungen empfohlen direkt mit ihrem Arbeitgeber eine Vereinbarung zu erreichen. Das o.g. Koordinatorentreffen hat den DOSB am selbigen Tag aufgefordert nach zentralen Lösungen zu suchen.

12.12 Qualitätsmanagement

Der DLV führt nach seinen Ausbildungslehrgängen ein Qualitätsmanagement durch. Dazu gehören neben Feedbackbögen durch die Teilnehmer auch der stetige Austausch mit den Lehrverantwortlichen der Landesverbände.

Ansprechpartner und Qualitätsbeauftragte für die Lehre im DLV sind:

Dr. Ralf Buckwitz

Vorstand Sportentwicklung

Alsfelder Str. 27

64289 Darmstadt

ralf.buckwitz@leichtathletik.de

Mobil: 0151 / 1740 2461

Fax: 0 61 51 / 77 08-49

Michael Siegel

Bundestrainer Wissenschaft-Bildung

Alsfelder Str. 27

64289 Darmstadt

michael.siegel@leichtathletik.de

Mobil: 0151 / 6467 5050

Fax: 0 61 51 / 77 08-49

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1.	Struktur der Kompetenzen (nach Sygusch et al., 2013).	16
Abb. 2.	DOSB-Kompetenzmodell (nach Sygusch et al., 2020a).	19
Abb. 3.	Aufschlüsselung der Wissensbereiche nach Trainerkompetenzen.	22
Abb. 4.	Schematische Struktur der Diplom-Trainerausbildung „Leichtathletik“.	121

Abkürzungsverzeichnis

AAA	allgemeine athletische Ausbildung
ABT	Aufbautraining
AK DQR	Arbeitskreis Deutscher Qualifikationsrahmen
ATL	allgemeine Trainingslehre
AnschIT	Anschlusstraining
BAL	Berganläufe
BEW	Bewegungslehre
BMI	Bundesministerium des Inneren und für Sport
BT	Bundestrainer
DBS	Deutscher Sportbund
DLV	Deutscher Leichtathletik-Verband
DOSB	Deutscher Olympischer Sportbund
DTS	Diplom-Trainer-Studiengang
GLT	Grundlagentraining
HLT	Hochleistungstraining
KiLa	Kinderleichtathletik
KLD	komplexe Leistungsdiagnostik
LE	Lerneinheit
MAN	Management
MAZ	Makrozyklus
MED	Medizin
MOOC	Massive Open Online Courses
NatCo	National-Coach
NW-BT	Nachwuchsbundestrainer
PÄD	Pädagogik
PotAS	Potential Analyse-System
PSY	Psychologie
RTP	Rahmentrainingsplan
SOZ	Soziologie
SPA	Sportartspezifische Ausbildung
TM	Trainingsmittel
VP	Vorbereitungsperiode
WK	Wettkampf
WP	Wettkampfperiode
ZUL	Zugunterstützungslauf
ZWL	Zugwiderstandslauf

Tabellenverzeichnis

Tab. 1.	<i>Mindestanforderungen an Lerneinheiten (LE) in der leistungssportlichen Trainerausbildung (nach DSB, 2005).</i>	10
Tab. 2.	<i>Mindestanforderungen an Lerneinheiten (LE) in der leistungssportlichen Trainerfortbildung (nach DSB, 2005).</i>	11
Tab. 3.	<i>Verfahren bei ungültig gewordenen C-Lizenzen GLT & KiLa Leistungssport (nach DSB, 2005).</i>	12
Tab. 4.	<i>Verfahren bei ungültig gewordenen B-Lizenzen Leistungssport.</i>	12
Tab. 5.	<i>Verfahren bei ungültig gewordenen A-Lizenzen Leistungssport.</i>	12
Tab. 6.	<i>Anforderungen an Referenten in der Trainerausbildung und –fortbildung (nach PotAs, 2019).</i>	13
Tab. 7.	<i>Zuständigkeiten bei Traineraus- und –fortbildungen.</i>	14
Tab. 8.	<i>Zuordnung der Wissensgebiete zu den Handlungskompetenzen von Trainern.</i>	17
Tab. 9.	<i>Möglichkeiten zu Prüfungsaufgaben und –verfahren.</i>	20
Tab. 10.	<i>Zuordnung der Inhalte zu den Wissensbereichen für die persönliche & sozialkommunikative Kompetenz.</i>	20
Tab. 11.	<i>Zuordnung der Inhalte zu den Wissensbereichen für die Fachkompetenz.</i>	21
Tab. 12.	<i>Zuordnung der Inhalte zu den Wissensbereichen für die Methoden- und Vermittlungskompetenz.</i>	21
Tab. 13.	<i>Zuordnung der Inhalte zu den Wissensbereichen für die strategische Kompetenz.</i>	22
Tab. 14.	<i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Trainingslehre.</i>	30
Tab. 15.	<i>Inhaltsbereiche und Themen des Präsenz-Vorbereitungskurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil I.</i>	30
Tab. 16.	<i>Inhaltsbereiche und Themen des Präsenz-Vorbereitungskurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil II.</i>	31
Tab. 17.	<i>Inhaltsbereiche und Themen des Präsenz-Vorbereitungskurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Psychologie.</i>	31

Tab. 18. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Präsenz-Vorbereitungskurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Management.</i>	32
Tab. 19. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Einführung.</i>	34
Tab. 20. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Trainingslehre – Teil I.</i>	34
Tab. 21. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Bewegungslehre.</i>	35
Tab. 22. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie.</i>	35
Tab. 23. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Didaktik.</i>	36
Tab. 24. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Laufen.</i>	36
Tab. 25. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Springen.</i>	37
Tab. 26. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Werfen – Teil I.</i>	37
Tab. 27. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Werfen – Teil II.</i>	38
Tab. 28. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport – Prüfung & Abschluss.</i>	38
Tab. 29. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Trainingslehre.</i>	43
Tab. 30. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Bewegungslehre.</i>	43
Tab. 31. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie.</i>	44
Tab. 32. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Management.</i>	44

Tab. 33. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Sprint/Hürde.</i>	45
Tab. 34. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Lauf/Gehen.</i>	45
Tab. 35. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Sprung.</i>	46
Tab. 36. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil I.</i>	46
Tab. 37. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil II.</i>	47
Tab. 38. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Einführung.</i>	49
Tab. 39. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Trainingslehre – Teil I.</i>	49
Tab. 40. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Trainingslehre – Teil II.</i>	50
Tab. 41. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Bewegungslehre.</i>	50
Tab. 42. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Medizin.</i>	51
Tab. 43. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie.</i>	51
Tab. 44. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Psychologie.</i>	51
Tab. 45. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Didaktik.</i>	51
Tab. 46. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Management.</i>	52

Tab. 47. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Prüfung & Abschluss.</i>	52
Tab. 48. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Sprint/Hürde.</i>	53
Tab. 49. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Lauf/Gehen.</i>	53
Tab. 50. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Sprung.</i>	54
Tab. 51. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport – Wurf/Stoß.</i>	54
Tab. 52. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-B – Leistungssport – Trainingslehre.</i>	60
Tab. 53. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-B – Leistungssport – Bewegungslehre.</i>	61
Tab. 54. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-B – Leistungssport – Medizin.</i>	61
Tab. 55. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-B – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil I.</i>	61
Tab. 56. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-B – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil II.</i>	62
Tab. 57. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Einführung.</i>	64
Tab. 58. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Trainingslehre – Teil I.</i>	64
Tab. 59. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Trainingslehre – Teil II.</i>	65
Tab. 60. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Bewegungslehre.</i>	65
Tab. 61. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Medizin.</i>	65

Tab. 62. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie.</i>	66
Tab. 63. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Psychologie.</i>	66
Tab. 64. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Didaktik.</i>	66
Tab. 65. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Management.</i>	67
Tab. 66. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Basics Trainer-B – Leistungssport – Prüfung & Abschluss.</i>	67
Tab. 67. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil I.</i>	68
Tab. 68. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil II.</i>	69
Tab. 69. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil III.</i>	70
Tab. 70. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil IV.</i>	71
Tab. 71. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil I.</i>	72
Tab. 72. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil II.</i>	73
Tab. 73. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil III.</i>	74
Tab. 74. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil IV.</i>	75
Tab. 75. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil V.</i>	76
Tab. 76. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprung – Teil I.</i>	77

Tab. 77. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprung – Teil II.	78
Tab. 78. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Sprung – Teil III.	79
Tab. 79. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil I.	80
Tab. 80. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil II.	81
Tab. 81. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil III.	82
Tab. 82. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil IV.	83
Tab. 83. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Mehrkampf – Teil I.	84
Tab. 84. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Mehrkampf – Teil II.	85
Tab. 85. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Mehrkampf – Teil III.	86
Tab. 86. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Mehrkampf – Teil IV.	87
Tab. 87. Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-B – Leistungssport – Mehrkampf – Teil V.	88
Tab. 88. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Trainingslehre – Teil I.	94
Tab. 89. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Trainingslehre – Teil II.	95
Tab. 90. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Bewegungslehre.	95
Tab. 91. Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Sportmedizin.	96

Tab. 92. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil I.</i>	96
Tab. 93. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie – Teil II.</i>	97
Tab. 94. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Psychologie.</i>	97
Tab. 95. <i>Inhaltsbereiche und Themen des E-Learning-Vorbereitungskurses Trainer-A – Leistungssport – Management.</i>	97
Tab. 96. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Einführung.</i>	98
Tab. 97. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Trainingslehre – Teil I.</i>	98
Tab. 98. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Trainingslehre – Teil II.</i>	99
Tab. 99. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Bewegungslehre.</i>	99
Tab. 100. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Medizin.</i>	100
Tab. 101. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Pädagogik & Soziologie.</i>	100
Tab. 102. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Psychologie.</i>	101
Tab. 103. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Didaktik.</i>	101
Tab. 104. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Management.</i>	101
Tab. 105. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Prüfung & Abschluss.</i>	102
Tab. 106. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil I.</i>	103

Tab. 107. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil II.</i>	104
Tab. 108. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil III.</i>	105
Tab. 109. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprint/Hürde – Teil IV.</i>	106
Tab. 110. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil I.</i>	107
Tab. 111. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil II.</i>	108
Tab. 112. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil III.</i>	109
Tab. 113. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Lauf/Gehen – Teil IV.</i>	110
Tab. 114. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprung – Teil I.</i>	111
Tab. 115. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprung – Teil II.</i>	112
Tab. 116. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprung – Teil III.</i>	113
Tab. 117. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Sprung – Teil IV.</i>	114
Tab. 118. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil I.</i>	115
Tab. 119. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil II.</i>	116
Tab. 120. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil III.</i>	117
Tab. 121. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Wurf/Stoß – Teil IV.</i>	118

Tab. 122. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Mehrkampf – Teil I.</i>	119
Tab. 123. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Mehrkampf – Teil II.</i>	120
Tab. 124. <i>Inhaltsbereiche und Themen des Hauptkurses Trainer-A – Leistungssport – Mehrkampf – Teil III.</i>	121
Tab. 125. <i>Zusammenfassung/Übersicht der LE in der sportartspezifischen Fachausbildung.</i>	128
Tab. 126. <i>Begleitung im Rahmen von Präsenzwochen im Grundstudium/Koordinatorenausbildung bzw. innerhalb der blockspezifischen Fachausbildung – Teil I.</i>	129
Tab. 127. <i>Begleitung im Rahmen von Präsenzwochen im Grundstudium/Koordinatorenausbildung bzw. innerhalb der blockspezifischen Fachausbildung – Teil II.</i>	130
Tab. 128. <i>Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen - Sprint/Hürde.</i>	131
Tab. 129. <i>Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen – Lauf/Gehen.</i>	132
Tab. 130. <i>Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen - Sprung.</i>	133
Tab. 131. <i>Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen – Wurf/Stoß.</i>	134
Tab. 132. <i>Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen - Mehrkampf.</i>	135
Tab. 133. <i>Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen - Übergreifende Themen/Einblick in weitere Aufgabengebiete des DLV – Teil I.</i>	135
Tab. 134. <i>Blockspezifische Fachausbildung in zentralen Lehrgängen - Übergreifende Themen/Einblick in weitere Aufgabengebiete des DLV – Teil II.</i>	136
Tab. 135. <i>Notenschlüssel bei Prüfungen (nach HU Berlin, 2006 & Bayerische Staatskanzlei, 2019).</i>	141

Literaturverzeichnis

- Abraham, A., Muir, B., Morgan, G. (2010). *UK Center for Coaching Excellence Scoping Project Report: National and International Best Practice in Level 4 Coach Development*. Leeds Metropolitan University.
- Arbeitskreis Deutscher Qualifikationsrahmen (AK DQR) (2011). *Deutscher Qualifikationsrahmen für lebenslanges Lernen*. Berlin: BBJ Consult AG.
- Bayerische Staatskanzlei (2019). *Bayerische Rettungssanitätsverordnung. §8 Benotung*. Zugriff am 29.05.2020 unter <https://www.gesetze-bayern.de/Content/Document/BayRettSanV-8?AspxAutoDetectCookieSupport=1>
- Böhle, F. (2012). *Das Besondere der beruflichen Bildung. Berufliche Bildung und duales System – ein Modell für die Zukunft*. Zugriff am 27.11.2012 unter <http://www.denk-doch-mal.de/node/40>
- Bönsch, M. & Kaiser, A. (Mitarb.) (2002). *Unterrichtsmethoden – kreativ und vielfältig*. Baltmannsweiler: Schneider-Verlag.
- Deutscher Olympischer Sportbund (DOSB) (2019). *Regionale Zielvereinbarung für die Sportart Leichtathletik im Land „Name Landesverband“*. Frankfurt: Deutscher Olympischer Sportbund.
- Deutscher Olympischer Sportbund (DOSB) (2020a). *Bildung*. Zugriff am 15.05.2020 unter <https://www.dosb.de/sportentwicklung/bildung/>
- Deutscher Olympischer Sportbund (DOSB) (2020b). *Ausführungsbestimmungen zu den Rahmenrichtlinien für Qualifizierung im Bereich des DOSB*. Zugriff am 27.05.2020 unter https://cdn.dosb.de/alter_Datenbestand/fm-dosb/arbeitsfelder/Breitensport/bildung/Ausfuehrungsbestimmungen_032020__1_.pdf
- Deutscher Sportbund (DSB) (2005). *Rahmenrichtlinien für Qualifizierung im Bereich des Deutschen Sportbundes*. Frankfurt: Deutscher Sportbund.
- DLV - Deutscher Leichtathletik-Verband (Hrsg.). (2008). *Jugendleichtathletik. Rahmentrainingsplan des Deutschen Leichtathletik-Verbandes für die Sprungdisziplinen im Aufbautraining*. Münster: Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.
- DLV - Deutscher Leichtathletik-Verband (Hrsg.). (2010). *Jugendleichtathletik. Rahmentrainingsplan des Deutschen Leichtathletik-Verbandes für die disziplinübergreifenden Grundlagen im Aufbautraining*. Münster: Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.
- DLV - Deutscher Leichtathletik-Verband (Hrsg.). (2011). *Jugendleichtathletik. Rahmentrainingsplan des Deutschen Leichtathletik-Verbandes für die Wurfdisziplinen im Aufbautraining*. Münster: Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.

- DLV - Deutscher Leichtathletik-Verband (Hrsg.). (2012). *Jugendleichtathletik. Rahmentrainingsplan des Deutschen Leichtathletik-Verbandes für die Sprintdisziplinen im Aufbautraining*. Münster: Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.
- DLV - Deutscher Leichtathletik-Verband (Hrsg.). (2014). *Jugendleichtathletik. Rahmentrainingsplan des Deutschen Leichtathletik-Verbandes für die Lauf- und Gehdisziplinen im Aufbautraining*. Münster: Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.
- DLV - Deutscher Leichtathletik-Verband (Hrsg.). (2015). *Jugendleichtathletik. Rahmentrainingsplan des Deutschen Leichtathletik-Verbandes für die Mehrkampfdisziplinen im Aufbautraining*. Münster: Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.
- DLV - Deutscher Leichtathletik-Verband (Hrsg.). (2017). *Grundlagentraining. Altersklassen U12 – U16. Rahmentrainingsplan des Deutschen Leichtathletik-Verbandes*. Münster: Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.
- DLV - Deutscher Leichtathletik-Verband (Hrsg.). (2018). *Kinderleichtathletik. Altersklassen U8 – U12. Rahmentrainingsplan des Deutschen Leichtathletik-Verbandes*. Münster: Philippka-Sportverlag GmbH & Co. KG.
- DLV - Deutscher Leichtathletik-Verband - DLV-Akademie (2010). *Konzeption für die Aus- und Fortbildung von Trainerinnen und Trainern des Deutschen Leichtathletik-Verbandes*. Mainz.
- DLV - Deutscher Leichtathletik-Verband - DLV-Akademie (2021). *Lehrordnung (LEO) des Deutschen Leichtathletik-Verbandes (DLV)*. Darmstadt: Deutscher Leichtathletik-Verband.
- Dollase, R. (2004). *Was macht erfolgreichen Unterricht aus?* Zugriff am 03.06.2020 unter <https://bscw.ph-bw.de/pub/bscw.cgi/d232006/DOLLASE-Guter-Unterricht.pdf>
- Hasselhorn, M., & Gold, A. (2006). *Pädagogische Psychologie: Erfolgreiches Lernen und Lehren (1. Aufl.)*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Hattie, J. (2017). *Lernen sichtbar machen für Lehrpersonen: Überarbeitete deutschsprachige Ausgabe von "Visible Learning for Teachers"*. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren GmbH
- Hietala, J. (2019). *Digitale Transformation der Belegschaft*. Helsinki: Valamis.
- Humboldt-Universität zu Berlin (HU Berlin) (2006). *Notenschlüssel*. Zugriff am 29.09.2020 unter: <https://www2.hu-berlin.de/chemie/ernsting/lectures/Notenschluessel.html>
- Kück, A. (2014). *Unterrichten mit dem Flipped Classroom-Konzept: Das Handbuch für individualisiertes und selbstständiges Lernen mit neuen Medien*. Mülheim an der Ruhr: Verlag an der Ruhr
- Lehnert, U. (1997). *Der EDV-Trainer - EDV-Lehrveranstaltungen planen, EDV-Handhabungswissen vermitteln. Lehr- und Handbuch für Trainer, Ausbilder, Instruk-toren, Berufsschullehrer, Volkshochschuldozenten, Mitarbeiter des Benutzerservices, Trainer von EDV-Trainern*. München, Wien: Oldenbourg Verlag

- Killing, W. (2012). Generierung leistungssportrelevanten Wissens. In: P. Wastl/W. Killing (Hrsg.). *Leichtathletik – Strukturen, Aufgaben, Qualifikationen*. Hamburg: Czwalina.
- Kolb, D. A. (1985). *Learning Style Inventory*. Boston: McBer and Company
- Potential Analyse Kommission (PotAs) (2019). *Anforderungs- und Bewertungsleitfaden. Bewertung der Sommersportverbände 2019/2020*.
- Roth, H. (1963). *Pädagogische Psychologie des Lehrens und Lernens*. Hannover: Schroedel.
- Siegel, M. (2017). *Evaluation unter verschiedenen Sportarten zur sportartspezifischen Ausbildung im Rahmen des Diplomtrainerstudiengangs an der Trainerakademie Köln*. Mainz: DLV-Akademie.
- Siegel, M. (2020). *Erkenntnisse aus Prüfungsleistungen bei DLV-Trainerausbildungen*. Mainz: DLV-Akademie.
- Steffens, D. & Reiss, M. (2009). Blended Learning in der Hochschullehre. Vom Nebeneinander der Präsenzlehre und des E-Learning zum integrierten Blended-Learning-Konzept. *Das Hochschulwesen*. 57. Jg., Heft 4, 2009, 115–123.
- Sygyusch, R., Liebl, S. & Töpfer, C. (2013). *DOSB - Die Rahmenrichtlinien für Qualifizierung des Deutschen Olympischen Sportbundes – Einordnung in den Deutschen Qualifikationsrahmen für lebenslanges Lernen (DQR)*. Darmstadt: Frotscher Druck GmbH.
- Sygyusch, R., Muche, M., Sebastian Liebl, S., Fabinski W. & Schwind-Gick, G. (2020a). Das DOSB-Kompetenzmodell für die Trainerbildung – Teil 1. *Leistungssport*, 50 (1), 41-47.
- Sygyusch, R., Muche, M., Sebastian Liebl, S., Fabinski W. & Schwind-Gick, G. (2020b). Das DOSB-Kompetenzmodell für die Trainerbildung – Teil 2. *Leistungssport*, 50 (2), 45-49.
- Trainerakademie Köln (2004). *Curriculum der Trainerakademie Köln des Deutschen Sportbundes e. V.* Köln.
- Trainerakademie Köln (2016). *Studien- und Prüfungsordnung für die Trainerakademie Köln des Deutschen Olympischen Sportbundes*. Köln.
- Trainerakademie Köln (2019a). *Trainerakademie Köln des DOSB. Wo Erfolgsmomente beginnen*. Zugriff am 15.12.2019 unter <https://www.trainerakademie-koeln.de/>
- Trainerakademie Köln (2019b). *Diplom-Trainer-Studium*. Zugriff am 15.12.2019 unter <https://www.trainerakademie-koeln.de/diplom-trainer-studium>
- Trainerakademie Köln (2019c). *Studienkonzept der Trainerakademie Köln des DOSB*. Zugriff am 15.12.2019 unter <https://www.trainerakademie-koeln.de/studium/studienkonzept>

Trainerakademie Köln (2020). *Rahmencurriculum sportartspezifische Ausbildung – Diplom-Trainer-Studiengang*. E-Mailversand am 30.03.2020

Weinert, F. E. (Hrsg.) (2001). *Leistungsmessungen in Schulen*. Weinheim: Beltz.

Anhang

Anhang 1: DLV-Ausbildungsmatrix für die verschiedenen Lizenzstufen	164
Anhang 1.1: DLV-Ausbildungsmatrix für Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport ...	164
Anhang 1.2: DLV-Ausbildungsmatrix für Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport ...	169
Anhang 1.3: DLV-Ausbildungsmatrix für Trainer-B – Leistungssport	173
Anhang 1.4: DLV-Ausbildungsmatrix für Trainer-A – Leistungssport	178
Anhang 1.5: DLV-Ausbildungsmatrix für Diplom-Trainer	183
Anhang 2: Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-B – Leistungssport	188
Anhang 3: Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-A – Leistungssport	192
Anhang 3.1: Erster Präsenzblock	192
Anhang 3.2: Zweiter Präsenzblock	194
Anhang 3.3: Dritter Präsenzblock	196

Anhang 1: DLV-Ausbildungsmatrix für die verschiedenen Lizenzstufen

Anhang 1.1: DLV-Ausbildungsmatrix für Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport

Tab. 1. *Kompetenzanforderungen für den Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport im Kontext technisch/koordinatives Training.*

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-C KiLa
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die koordinativen Voraussetzungen zum Erlernen der verschiedenen Techniken altersgerecht in Grobform wiedergeben und leitet seine Sportler entsprechend an
	Biomechanik (BEW)	---
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U12 im Kinderleichtathletiktraining wiedergeben und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann informationelle Adaptationsprozesse in Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
	Ausbildung (ATL)	kann die technisch-koordinativen Anforderungen in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U12 im Kinderleichtathletiktraining wiedergeben und wendet diese an
	Planung & Steuerung (ATL)	---
	Talent (ATL)	kann Talenterkennungsprozesse beschreiben, Talente erkennen, fördern und berücksichtigt den langfristigen Leistungsaufbau
	Wettkampflehre (ATL)	---
	Diagnostik (ATL)	kann eine visuelle Analyse beschreiben, diese vornehmen und die Erkenntnisse im Training berücksichtigen
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die geringe Vorbildung der Athleten wiedergeben und wendet altersgerechte Didaktik an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	---

Tab. 2. Kompetenzanforderungen für den Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport im Kontext konditionelles Training.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-C KiLa
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die koordinativen Voraussetzungen zum Erlernen der verschiedenen konditionellen Trainingsübungen altersgerecht in Grobform wiedergeben und leitet seine Sportler entsprechend an
	Biomechanik (BEW)	---
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U12 im Kinderleichtathletiktraining wiedergeben und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann konditionelle Adaptationsprozesse in Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
	Ausbildung (ATL)	kann die konditionell-energetischen Anforderungen in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U12 im Kinderleichtathletiktraining wiedergeben und wendet diese an
	Planung & Steuerung (ATL)	---
	Talent (ATL)	kann Talenterkennungsprozesse beschreiben, Talente erkennen, fördern und berücksichtigt den langfristigen Leistungsaufbau
	Wettkampflehre (ATL)	---
	Diagnostik (ATL)	kann einfachste Testverfahren beschreiben, diese vornehmen und die Erkenntnisse im Training berücksichtigen
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die geringe Vorbildung der Athleten wiedergeben und wendet altersgerechte Didaktik an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	---

Tab. 3. Kompetenzanforderungen für den Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport im Kontext Trainingsplanung (inkl. Trainings- und Wettkampfanalyse) – Teil I.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-C KiLa
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf in der Trainingsplanung ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	---
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	
Belastung (PSY)		
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die koordinativen Voraussetzungen, zum Erlernen der verschiedenen konditionellen Trainingsübungen und Techniken, altersgerecht in Grobform wiedergeben und kann diese strukturell und inhaltlich für die nächste Trainingseinheit und im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Biomechanik (BEW)	---
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U12 im Kinderleichtathletiktraining wiedergeben und kann diese in der Trainingsplanung anwenden
	Adaptation (ATL)	kann informationelle und konditionelle Adaptationsprozesse in Grobform beschreiben und kann diese strukturell und inhaltlich für die nächste Trainingseinheit und im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Ausbildung (ATL)	kann die technisch-koordinativen und die konditionell-energetischen Anforderungen in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U12 im Kinderleichtathletiktraining wiedergeben und ann diese strukturell und inhaltlich für die nächste Trainingseinheit und im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Planung & Steuerung (ATL)	kann die koordinative und die konditionelle Basisentwicklung als Ziel wiedergeben und kann eine Trainingseinheit planen, die den Grundsätzen der allgemeinen Belastungssteuerung entspricht
	Talent (ATL)	kann Talenterkennungsprozesse beschreiben, Talente erkennen, fördern und berücksichtigt den langfristigen Leistungsaufbau
	Wettkampflehre (ATL)	kann die Bedeutung von Wettkämpfen in allen Disziplinen aller Disziplinblöcke wiedergeben und kann diese inhaltlich und strukturell im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Diagnostik (ATL)	kann eine visuelle Analyse und einfachste Testverfahren beschreiben und berücksichtigt diese Erkenntnisse in der Trainingsplanung
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese in der Trainingsplanung

Tab. 4. *Kompetenzanforderungen für den Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport im Kontext Trainingsplanung (inkl. Trainings- und Wettkampfanalyse) – Teil II.*

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-C KiLa
Fachkompetenz	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese in der Trainingsplanung
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	---
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann Trainingseinheiten im Alltag organisieren

Tab. 5. *Kompetenzanforderungen für den Trainer-C Kinderleichtathletik – Leistungssport im Kontext Wettkampfbetreuung/Coaching.*

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-C KiLA
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die koordinativen Voraussetzungen der Wettkampfdisziplinen altersgerecht in Grobform wiedergeben und im Wettkampf bewegungsregulierend unterstützen
	Biomechanik (BEW)	---
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U12 im Kinderleichtathletiktraining, im Kontext einer Wettkampfbetreuung wiedergeben und anwenden
	Adaptation (ATL)	kann konditionelle Adaptationsprozesse in Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
	Ausbildung (ATL)	---
	Planung & Steuerung (ATL)	
	Talent (ATL)	
	Wettkampflehre (ATL)	kann eine Gruppe von Athleten angepasst an das Leistungsniveau betreuen
	Diagnostik (ATL)	kann eine visuelle Analyse beschreiben, diese vornehmen und die Erkenntnisse zur und in der Wettkampfbetreuung berücksichtigen
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese	
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die geringe Vorbildung der Athleten wiedergeben und wendet altersgerechte Didaktik an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	---

Anhang 1.2: DLV-Ausbildungsmatrix für Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport

Tab. 6. *Kompetenzanforderungen für den Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport im Kontext technisch/koordinatives Training.*

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-C GLT
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Technik der Disziplin altersgerecht in Grobform beschreiben und leitet seine Sportler entsprechend an
	Biomechanik (BEW)	---
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U16 im Grundlagentraining beschreiben und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann informationelle Adaptationsprozesse in Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
	Ausbildung (ATL)	kann die technisch-koordinativen Anforderungen in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U16 im Grundlagentraining beschreiben und wendet diese an
	Planung & Steuerung (ATL)	---
	Talent (ATL)	kann Talenterkennungsprozesse beschreiben, Talente erkennen, fördern und berücksichtigt den langfristigen Leistungsaufbau
	Wettkampflehre (ATL)	---
	Diagnostik (ATL)	kann eine visuelle Analyse beschreiben, diese vornehmen und die Erkenntnisse im Training berücksichtigen
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die wenige Vorbildung der Athleten beschreiben und wendet altersgerechte Didaktik an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	---

Tab. 7. *Kompetenzanforderungen für den Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport im Kontext konditionelles Training.*

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-C GLT
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Technik der konditionellen Trainingsübungen altersgerecht in Grobform beschreiben und leitet seine Sportler entsprechend an
	Biomechanik (BEW)	---
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U16 im Grundlagentraining beschreiben und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann konditionelle Adaptationsprozesse in Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
	Ausbildung (ATL)	kann die konditionell-energetischen Anforderungen in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U16 im Grundlagentraining beschreiben und wendet diese an
	Planung & Steuerung (ATL)	---
	Talent (ATL)	kann Talenterkennungsprozesse beschreiben, Talente erkennen, fördern und berücksichtigt den langfristigen Leistungsaufbau
	Wettkampflehre (ATL)	---
	Diagnostik (ATL)	kann einfachste Testverfahren beschreiben, diese vornehmen und die Erkenntnisse im Training berücksichtigen
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die wenige Vorbildung der Athleten beschreiben und wendet altersgerechte Didaktik an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	---

Tab. 8. Kompetenzanforderungen für den Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport im Kontext Trainingsplanung (inkl. Trainings- und Wettkampfanalyse) – Teil I.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-C GLT
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf in der Trainingsplanung ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	---
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	
Belastung (PSY)		
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Techniken, der konditionellen Trainingsübungen und Disziplinen, altersgerecht in Grobform beschreiben und kann diese strukturell und inhaltlich für die nächsten Mikrozyklen und im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Biomechanik (BEW)	---
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U16 im Grundlagentraining beschreiben und kann diese in der Trainingsplanung anwenden
	Adaptation (ATL)	kann informationelle und konditionelle Adaptationsprozesse in Grobform beschreiben und kann diese strukturell und kann diese strukturell und inhaltlich für die nächsten Mikrozyklen und im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Ausbildung (ATL)	kann die technisch-koordinativen und die die konditionell-energetischen Anforderungen in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U16 im Grundlagentraining beschreiben und inhaltlich für die nächsten Mikrozyklen und im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Planung & Steuerung (ATL)	kann die technische und die konditionelle Basisentwicklung als Ziel beschreiben und kann eine Trainingseinheit planen, die den Grundsätzen der allgemeinen Belastungssteuerung entspricht
	Talent (ATL)	kann Talenterkennungsprozesse beschreiben, Talente erkennen, fördern und berücksichtigt den langfristigen Leistungsaufbau
	Wettkampflehre (ATL)	kann die Bedeutung von Wettkämpfen in allen Disziplinen aller Disziplinblöcke beschreiben und kann diese inhaltlich und strukturell im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Diagnostik (ATL)	kann eine visuelle Analyse und einfachste Testverfahren beschreiben und berücksichtigt diese Erkenntnisse in der Trainingsplanung
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese in der Trainingsplanung
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese

Tab. 9. *Kompetenzanforderungen für den Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport im Kontext Trainingsplanung (inkl. Trainings- und Wettkampfanalyse) – Teil II.*

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-C GLT
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	---
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann Trainingseinheiten im Alltag organisieren

 Tab. 10. *Kompetenzanforderungen für den Trainer-C Grundlagentraining – Leistungssport im Kontext Wettkampfbetreuung/Coaching.*

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-C GLT
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann das Entwicklungsstadium der Athleten beschreiben, einschätzen und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Techniken der Wettkampfdisziplinen altersgerecht in Grobform beschreiben und kann diese strukturell und im Wettkampf bewegungsregulierend unterstützen
	Biomechanik (BEW)	---
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren in Grobform für alle Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U16 im Grundlagentraining, im Kontext einer Wettkampfbetreuung beschreiben und anwenden
	Adaptation (ATL)	kann konditionelle Adaptationsprozesse in Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
	Ausbildung (ATL)	---
	Planung & Steuerung (ATL)	
	Talent (ATL)	
	Wettkampflehre (ATL)	kann einen Athleten disziplinspezifisch und angepasst an das Leistungsniveau betreuen
	Diagnostik (ATL)	kann eine visuelle Analyse beschreiben, diese vornehmen und die Erkenntnisse zur und in der Wettkampfbetreuung berücksichtigen
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in rudimentärer Grobform beschreiben und berücksichtigt diese
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die wenige Vorbildung der Athleten beschreiben und wendet altersgerechte Didaktik an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	---

Anhang 1.3: DLV-Ausbildungsmatrix für Trainer-B – Leistungssport

Tab. 11. Kompetenzanforderungen für den Trainer-B – Leistungssport im Kontext technisch/koordinatives Training.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-B
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten in deren Entwicklungsprozess begründen, einschätzen und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann die Besonderheiten der Athleten in deren Entwicklungsprozess begründen, einschätzen und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Technik der Disziplin altersgerecht in Feinform begründen und leitet seine Sportler entsprechend an
	Biomechanik (BEW)	kann Grundzüge in seinem Disziplinblock begründen und berücksichtigt diese
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U18/U20 im Aufbautraining begründen und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann informationelle Adaptationsprozesse begründen und berücksichtigt diese
	Ausbildung (ATL)	kann die technisch-koordinativen Anforderungen für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U18/U20 im Aufbautraining begründen und wendet diese an
	Planung & Steuerung (ATL)	---
	Talent (ATL)	kann Talenterkennungsprozesse begründen, Talente erkennen, fördern und berücksichtigt den langfristigen Leistungsaufbau
	Wettkampflehre (ATL)	---
	Diagnostik (ATL)	kann eine entwickelte visuelle Analyse und einfache Messverfahren begründen, diese vornehmen und berücksichtigt diese Erkenntnisse
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in Grobform begründen und berücksichtigt diese
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in Grobform begründen und berücksichtigt diese
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten in deren Entwicklungsprozess begründen, darauf eingehen und wendet altersgerechte Didaktik an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann die Kontakte zum Landestrainer begründen und bei Bedarf mit ihm zusammenarbeiten

Tab. 12. Kompetenzanforderungen für den Trainer-B – Leistungssport im Kontext konditionelles Training.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-B
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten in deren Entwicklungsprozess begründen, einschätzen und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann die Besonderheiten der Athleten in deren Entwicklungsprozess begründen, einschätzen und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Technik der konditionellen Trainingsübungen altersgerecht in Feinform begründen und leitet seine Sportler entsprechend an
	Biomechanik (BEW)	---
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U18/U20 im Aufbautraining begründen und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann konditionelle Adaptationsprozesse begründen und berücksichtigt diese
	Ausbildung (ATL)	kann die konditionell-energetischen Anforderungen für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U18/U20 im Aufbautraining begründen und wendet diese an
	Planung & Steuerung (ATL)	---
	Talent (ATL)	kann Talenterkennungsprozesse begründen, Talente erkennen, fördern und berücksichtigt den langfristigen Leistungsaufbau
	Wettkampflehre (ATL)	---
	Diagnostik (ATL)	kann einfache Test- und Messverfahren begründen, diese vornehmen und berücksichtigt diese Erkenntnisse
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in Grobform begründen und berücksichtigt diese
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in Grobform begründen und berücksichtigt diese
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten in deren Entwicklungsprozess begründen, darauf eingehen und wendet altersgerechte Didaktik an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann die Kontakte zum Landestrainer begründen und bei Bedarf mit ihm zusammenarbeiten

Tab. 13. Kompetenzanforderungen für den Trainer-B – Leistungssport im Kontext Trainingsplanung (inkl. Trainings- und Wettkampfanalyse) – Teil I.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-B
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten in deren Entwicklungsprozess begründen, einschätzen und geht darauf in der Trainingsplanung ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	---
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	
Belastung (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an und berücksichtigt zudem die Aus- und Nachwirkungen eines mehrtägigen Trainingslager (Ostertrainingslager)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Techniken, der konditionellen Trainingsübungen und Disziplinen, altersgerecht in Feinform begründen und kann diese strukturell und inhaltlich für die nächsten Mesozyklen und im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Biomechanik (BEW)	kann Grundzüge in seinem Disziplinblock begründen und berücksichtigt diese in der Trainingsplanung
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U18/U20 im Aufbautraining begründen und kann diese in der Trainingsplanung anwenden
	Adaptation (ATL)	kann informationelle und konditionelle Adaptationsprozesse begründen und kann diese strukturell und inhaltlich für die nächsten Mesozyklen und im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Ausbildung (ATL)	kann die technisch-koordinativen und die konditionell-energetischen Anforderungen für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U18/U20 im Aufbautraining begründen und inhaltlich für die nächsten Mesozyklen und im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Planung & Steuerung (ATL)	kann die technische die konditionelle Weiterentwicklung als Ziel unter Berücksichtigung eines erholtten Zustandes des Athleten begründen und setzt die Grundsätze der Belastungssteuerung im Verlauf einer Jahresplanung um und kann eine Trainingseinheit planen, die den Grundsätzen der speziellen Belastungssteuerung entspricht
	Talent (ATL)	kann Talenterkennungsprozesse begründen, Talente erkennen, fördern und berücksichtigt den langfristigen Leistungsaufbau

Tab. 14. *Kompetenzanforderungen für den Trainer-B – Leistungssport im Kontext Trainingsplanung (inkl. Trainings- und Wettkampfanalyse) – Teil II.*

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-B
Fachkompetenz	Wettkampflehre (ATL)	kann die Bedeutung von Wettkämpfen in allen Disziplinen eines Disziplinblocks begründen und kann diese inhaltlich und strukturell im Kontext einer langfristigen Leistungsentwicklung planen
	Diagnostik (ATL)	kann eine entwickelte visuelle Analyse und einfache Test-Messverfahren begründen und berücksichtigt diese Erkenntnisse in der Trainingsplanung
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in Grobform begründen und berücksichtigt diese in der Trainingsplanung
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in Grobform begründen und berücksichtigt diese in der Trainingsplanung
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	---
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann Trainingseinheiten im Alltag und Rahmenbedingungen für einfache Trainingslager organisieren

Tab. 15. Kompetenzanforderungen für den Trainer-B – Leistungssport im Kontext Wettkampfbetreuung/Coaching.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-B
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten in deren Entwicklungsprozess begründen, einschätzen und geht darauf in der Wettkampfbetreuung ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich in der Wettkampfbetreuung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann die Besonderheiten der Athleten in deren Entwicklungsprozess begründen, einschätzen und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Techniken der Wettkampfdisziplinen altersgerecht in Feinform begründen und kann diese strukturell und im Wettkampf bewegungsregulierend unterstützen
	Biomechanik (BEW)	kann Grundzüge in seinem Disziplinblock begründen und berücksichtigt diese
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe U18/U20 im Aufbautraining im Kontext einer Wettkampfbetreuung begründen und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann konditionelle Adaptationsprozesse begründen und berücksichtigt diese
	Ausbildung (ATL)	---
	Planung & Steuerung (ATL)	
	Talent (ATL)	
	Wettkampflehre (ATL)	kann einen Athleten disziplinspezifisch im Kontext jugendgemäßer Ansprüche bei nationalen Meisterschaften betreuen und im Wettkampf steuernd eingreifen
	Diagnostik (ATL)	kann eine entwickelte visuelle Analyse begründen, diese vornehmen und die Erkenntnisse zur und in der Wettkampfbetreuung berücksichtigen
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen in Grobform begründen und berücksichtigt diese
Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen in Grobform begründen und berücksichtigt diese	
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten in deren Entwicklungsprozess begründen, darauf eingehen und wendet altersgerechte Didaktik an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann die Kontakte zum Landestrainer begründen und bei Bedarf mit ihm zusammenarbeiten

Anhang 1.4: DLV-Ausbildungsmatrix für Trainer-A – Leistungssport

Tab. 16. Kompetenzanforderungen für den Trainer-A – Leistungssport im Kontext technisch/koordinatives Training.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-A
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten auf Leistungsniveau erklären, analysieren und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann die Besonderheiten der Athleten auf Leistungsniveau erklären, analysieren und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Technik der Disziplin in Feinstform erklären und leitet seine Sportler entsprechend an
	Biomechanik (BEW)	kann Details in seinem Disziplinblock erklären und berücksichtigt diese
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren gut für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Hochleistungstraining erklären und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann informationelle Adaptationsprozesse erklären und plant diese ein
	Ausbildung (ATL)	kann die technisch-koordinativen Anforderungen gut für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Hochleistungstraining erklären und wendet diese an
	Planung & Steuerung (ATL)	---
	Talent (ATL)	
	Wettkampflehre (ATL)	
	Diagnostik (ATL)	kann eine erweiterte visuelle Analyse und komplexe Messverfahren erklären, diese vornehmen und berücksichtigt diese Erkenntnisse
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen erklären und berücksichtigt diese
Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen erklären und berücksichtigt diese	
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten auf Leistungsniveau erklären, darauf eingehen, verfügt über ein breites Spektrum an Didaktik und wendet diese an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann die Kontakte zum Landes- und Bundestrainer, sowie zu Trainingswissenschaftlern erklären und bei Bedarf mit ihnen zusammenarbeiten

Tab. 17. Kompetenzanforderungen für den Trainer-A – Leistungssport im Kontext konditionelles Training.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-A
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten auf Leistungsniveau erklären, analysieren und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann die Besonderheiten der Athleten auf Leistungsniveau erklären, analysieren und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Technik der konditionellen Trainingsübungen in Feinstform erklären und leitet seine Sportler entsprechend an
	Biomechanik (BEW)	---
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren gut für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Hochleistungstraining erklären und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann konditionelle Adaptationsprozesse erklären und plant diese ein
	Ausbildung (ATL)	kann die konditionell-energetischen Anforderungen gut für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Hochleistungstraining erklären und wendet diese an
	Planung & Steuerung (ATL)	---
	Talent (ATL)	
	Wettkampflehre (ATL)	
	Diagnostik (ATL)	kann komplexe Test- und Messverfahren erklären, diese vornehmen und berücksichtigt diese Erkenntnisse
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen erklären und berücksichtigt diese
Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen erklären und berücksichtigt diese	
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten auf Leistungsniveau erklären, darauf eingehen, verfügt über ein breites Spektrum an Didaktik und wendet diese an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann die Kontakte zum Landes- und Bundestrainer, sowie zu Trainingswissenschaftlern erklären und bei Bedarf mit ihnen zusammenarbeiten

Tab. 18. Kompetenzanforderungen für den Trainer-A – Leistungssport im Kontext Trainingsplanung (inkl. Trainings- und Wettkampfanalyse) – Teil I.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-A
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten auf Leistungsniveau erklären, analysieren und geht darauf in der Trainingsplanung ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	---
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	
Belastung (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an und berücksichtigt die Aus- und Nachwirkungen von Trainingslagern	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Techniken, der konditionellen Trainingsübungen und Disziplinen, in Feinstform erklären und kann diese strukturell und inhaltlich für die nächsten Makrozyklen planen
	Biomechanik (BEW)	kann Details in seinem Disziplinblock erklären und berücksichtigt diese in der Trainingsplanung
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren gut für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Hochleistungstraining erklären und kann diese in der Trainingsplanung anwenden
	Adaptation (ATL)	kann informationelle und konditionelle Adaptationsprozesse erklären und kann diese strukturell und inhaltlich für die nächsten Makrozyklen planen
	Ausbildung (ATL)	kann die technisch-kordinativen und die konditionell-energetischen Anforderungen gut für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Hochleistungstraining erklären und kann diese strukturell und inhaltlich für die nächsten Makrozyklen planen
	Planung & Steuerung (ATL)	kann die technische und die konditionelle Optimierung als Ziel unter Berücksichtigung der vorgestellten Erholung und einer Adaptation im Nachgang der TE erklären und setzt die Grundsätze der Belastungssteuerung im Verlauf einer Jahres- oder Mehrjahresplanung um und kann eine Trainingseinheit planen, die den Grundsätzen der spezifischen Belastungssteuerung entspricht
	Talent (ATL)	---
	Wettkampflehre (ATL)	kann die Bedeutung von Wettkämpfen erklären und kann diese inhaltlich und strukturell im Kontext einer Leistungsausprägung planen
	Diagnostik (ATL)	kann eine erweiterte visuelle Analyse und komplexe Test- und Messverfahren erklären und berücksichtigt diese Erkenntnisse in der Trainingsplanung

Tab. 19. *Kompetenzanforderungen für den Trainer-A – Leistungssport im Kontext Trainingsplanung (inkl. Trainings- und Wettkampfanalyse) – Teil II.*

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-A
Fachkompetenz	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen erklären und berücksichtigt diese in der Trainingsplanung
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen erklären und berücksichtigt diese in der Trainingsplanung
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	---
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann Trainingseinheiten im Alltag und Rahmenbedingungen für zusammenhängende Trainingslager organisieren

Tab. 20. Kompetenzanforderungen für den Trainer-A – Leistungssport im Kontext Wettkampfbetreuung/Coaching.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Trainer-A
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten auf Leistungsniveau erklären, analysieren und geht darauf in der Wettkampfbetreuung ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich in der Wettkampfbetreuung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann die Besonderheiten der Athleten auf Leistungsniveau erklären, analysieren und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Technik der Wettkampfdisziplin in Feinstform erklären und im Wettkampf bewegungsregulierend unterstützen
	Biomechanik (BEW)	kann Details in seinem Disziplinblock erklären und berücksichtigt diese
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren gut für seinen Disziplinblock, sowie in Grobform für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Hochleistungstraining im Kontext einer Wettkampfbetreuung erklären und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann konditionelle Adaptationsprozesse erklären und plant diese ein
	Ausbildung (ATL)	---
	Planung & Steuerung (ATL)	
	Talent (ATL)	
	Wettkampflehre (ATL)	kann einen Athleten disziplinspezifisch im Kontext hoher Ansprüche bei nationalen Meisterschaften betreuen und im Wettkampf steuernd eingreifen
	Diagnostik (ATL)	kann eine erweiterte visuelle Analyse erklären, diese vornehmen und die Erkenntnisse zur und in der Wettkampfbetreuung berücksichtigen
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen erklären und berücksichtigt diese
Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen erklären und berücksichtigt diese	
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die Besonderheiten der Athleten auf Leistungsniveau erklären, darauf eingehen, verfügt über ein breites Spektrum an Didaktik und wendet diese an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann die Kontakte zum Landes- und Bundestrainer, sowie zu Trainingswissenschaftlern erklären und bei Bedarf mit ihnen zusammenarbeiten

Anhang 1.5: DLV-Ausbildungsmatrix für Diplom-Trainer

Tab. 21. Kompetenzanforderungen für den Diplom-Trainer im Kontext technisch/koordinatives Training.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Diplom-Trainer
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die speziellen Besonderheiten der Athleten auf Höchstleistungsniveau erörtern, analysieren und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann die speziellen Besonderheiten der Athleten auf Höchstleistungsniveau erörtern, analysieren und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Technik der Disziplin in variabler Verfügbarkeit erörtern und leitet seine Sportler entsprechend an
	Biomechanik (BEW)	kann Details in allen Disziplinblöcken erörtern und berücksichtigt diese
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren detailliert für seinen Disziplinblock, sowie gut für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Topbereich erörtern und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann informationelle Adaptationsprozesse im Detail erörtern und plant diese detailliert ein
	Ausbildung (ATL)	kann die technisch-koordinativen Anforderungen detailliert für seinen Disziplinblock, sowie gut für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Topbereich erörtern und wendet diese an
	Planung & Steuerung (ATL)	---
	Talent (ATL)	
	Wettkampflehre (ATL)	
	Diagnostik (ATL)	kann eine sehr hochentwickelte visuelle Analyse und hochkomplexe Diagnostiken erörtern, diese vornehmen, analysieren und berücksichtigt diese Erkenntnisse
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen erörtern und kann diese anwenden
Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen erörtern und wendet diese an	
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die speziellen Besonderheiten der Athleten auf Höchstleistungsniveau erörtern, darauf eingehen, verfügt über ein sehr breites Spektrum an Didaktik und wendet diese an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann die Kontakte zum Bundestrainer, sowie zu Trainingswissenschaftlern, Medienvertretern und weiteren Funktionsträgern erörtern und arbeitet mit ihnen zusammen

Tab. 22. Kompetenzanforderungen für den Diplom-Trainer im Kontext konditionelles Training.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Diplom-Trainer
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die speziellen Besonderheiten der Athleten auf Höchstleistungsniveau erörtern, analysieren und geht darauf ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann die speziellen Besonderheiten der Athleten auf Höchstleistungsniveau erörtern, analysieren und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Technik der konditionellen Trainingsübungen in variabler Verfügbarkeit erörtern und leitet seine Sportler entsprechend an
	Biomechanik (BEW)	---
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren detailliert für seinen Disziplinblock, sowie gut für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Topbereich erörtern und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann konditionelle Adaptationsprozesse im Detail erörtern und plant diese detailliert ein
	Ausbildung (ATL)	kann die konditionell-energetischen Anforderungen detailliert für seinen Disziplinblock, sowie gut für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Topbereich erörtern und wendet diese an
	Planung & Steuerung (ATL)	---
	Talent (ATL)	
	Wettkampflehre (ATL)	
	Diagnostik (ATL)	kann hochkomplexe Analyseverfahren und Diagnostiken erörtern, diese vornehmen, analysieren und berücksichtigt diese Erkenntnisse
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen erörtern und kann diese anwenden
Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen erörtern und wendet diese an	
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die speziellen Besonderheiten der Athleten auf Höchstleistungsniveau erörtern, darauf eingehen, verfügt über ein sehr breites Spektrum an Didaktik und wendet diese an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann die Kontakte zum Bundestrainer, sowie zu Trainingswissenschaftlern, Medienvertretern und weiteren Funktionsträgern erörtern und arbeitet mit ihnen zusammen

Tab. 23. Kompetenzanforderungen für den Diplom-Trainer im Kontext Trainingsplanung (inkl. Trainings- und Wettkampfanalyse) – Teil I.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Diplom-Trainer
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die speziellen Besonderheiten der Athleten auf Höchstleistungsniveau erörtern, analysieren und geht darauf in der Trainingsplanung ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich sowie die Trainingsplanung und -umsetzung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	---
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	
Belastung (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an und berücksichtigt die komplexen Zusammenhänge, besonders im Kontext von Trainingslagern und deren Nachwirkung	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Techniken, der konditionellen Trainingsübungen und Disziplinen, in variabler Verfügbarkeit erörtern und kann diese strukturell und inhaltlich für den nächsten Olympiazzyklus planen
	Biomechanik (BEW)	kann Details in allen Disziplinblöcken erörtern und berücksichtigt diese in der Trainingsplanung
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren detailliert für seinen Disziplinblock, sowie gut für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Topbereich erörtern und kann diese in der Trainingsplanung anwenden
	Adaptation (ATL)	kann informationelle und konditionelle Adaptationsprozesse im Detail erörtern und kann diese strukturell und inhaltlich für den nächsten Olympiazzyklus planen
	Ausbildung (ATL)	kann die technisch-koordinativen und die konditionell-energetischen Anforderungen detailliert für seinen Disziplinblock, sowie gut für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Topbereich erörtern und kann diese strukturell und inhaltlich für den nächsten Olympiazzyklus planen
	Planung & Steuerung (ATL)	kann die technische und die konditionelle Vollkommenheit als Ziel unter Berücksichtigung der vorgestellten Erholung und einer Adaptation im Nachgang der TE erörtern und setzt die Grundsätze der Belastungssteuerung im Verlauf einer Jahres- oder Mehrjahresplanung um und kann eine Trainingseinheit planen, die den Grundsätzen der hochkomplexen Belastungssteuerung entspricht
	Talent (ATL)	---
	Wettkampflehre (ATL)	kann die Bedeutung von Wettkämpfen erörtern und kann diese inhaltlich und strukturell im Kontext einer zielgerichteten Leistungsausprägung planen

Tab. 24. *Kompetenzanforderungen für den Diplom-Trainer im Kontext Trainingsplanung (inkl. Trainings- und Wettkampfanalyse) – Teil II.*

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Diplom-Trainer
Fachkompetenz	Diagnostik (ATL)	kann eine sehr hochentwickelte visuelle Analyse und hochkomplexe Diagnostiken erörtern und berücksichtigt diese Erkenntnisse in der Trainingsplanung
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen erörtern und kann diese anwenden in der Trainingsplanung
	Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen erörtern und wendet diese in der Trainingsplanung an
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	---
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann Trainingseinheiten im Alltag und Rahmenbedingungen für komplexe Trainingslager organisieren und strategische Partner einbinden

Tab. 25. Kompetenzanforderungen für den Diplom-Trainer im Kontext Wettkampfbetreuung/Coaching.

Anforderungsbereich	Wissensbereiche	Diplom-Trainer
Persönliche und sozialkommunikative Kompetenz	Bildung (PÄD)	kann die speziellen Besonderheiten der Athleten auf Höchstleistungsniveau erörtern, analysieren und geht darauf in der Wettkampfbetreuung ein
	Bewegungswelten (SOZ)	kann die Bewegungswelten (weitere Aktivitäten, Eltern/Partner, Arbeit/Schule, Konsumverhalten etc.) seiner Athleten einschätzen und stellt sich in der Wettkampfbetreuung darauf ein
	Konfliktmanagement (SOZ)	kann die speziellen Besonderheiten der Athleten auf Höchstleistungsniveau erörtern, analysieren und geht darauf ein
	Kommunikation (PSY)	
	Motivation (PSY)	kann die Voraussetzungen bei den Athleten einschätzen und passt seine Handlungsstrategien (Stressregulation, Leistungsmotivation, Selbstwirksamkeit etc.) der Alters- und Entwicklungsgruppe gemäß an
	Belastung (PSY)	
Fachkompetenz	Sportmotorik (BEW)	kann die Technik der Wettkampfdisziplin in variabler Verfügbarkeit erörtern und im Wettkampf bewegungsregulierend unterstützen
	Biomechanik (BEW)	kann Details in allen Disziplinblöcken erörtern und berücksichtigt diese
	Leistung (ATL)	kann die leistungsbestimmenden Faktoren detailliert für seinen Disziplinblock, sowie gut für alle anderen Disziplinen, angepasst an die Altersgruppe der Erwachsenen im Topbereich im Kontext einer Wettkampfbetreuung erörtern und kann diese anwenden
	Adaptation (ATL)	kann konditionelle Adaptationsprozesse im Detail erörtern und plant diese detailliert ein
	Ausbildung (ATL)	---
	Planung & Steuerung (ATL)	
	Talent (ATL)	
	Wettkampflehre (ATL)	kann einen Athleten disziplinspezifisch im Kontext höchster Ansprüche bei internationalen Meisterschaften betreuen und im Wettkampf analysieren und steuernd eingreifen
	Diagnostik (ATL)	kann eine sehr hochentwickelte visuelle Analyse erörtern, diese vornehmen und die Erkenntnisse zur und in der Wettkampfbetreuung berücksichtigen
	Anatomie (MED)	kann anatomische Grundlagen erörtern und kann diese anwenden
Physiologie (MED)	kann physiologische Grundlagen erörtern und wendet diese an	
Methoden- und Vermittlungskompetenz	Didaktik (PÄD)	kann die speziellen Besonderheiten der Athleten auf Höchstleistungsniveau erörtern, darauf eingehen, verfügt über ein sehr breites Spektrum an Didaktik und wendet diese an
Strategische Kompetenz	Netzwerk (MAN)	kann die Kontakte zum Bundestrainer, sowie zu Trainingswissenschaftlern und Medienvertretern erörtern und arbeitet mit ihnen zusammen

Anhang 2: Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-B – Leistungssport

	Blöcke	Sprint/Hürde	Lauf/Gehen	Sprung	Wurf/Stoß	Mehrkampf
	Uhrzeit	Thema				
Tag 1	bis 13:30	<i>Anreise, Quartierbezug</i>				
	10:30	Begrüßung, Ziele der Ausbildung, Programmablauf, Arbeitsweise				
	11:00 – 12:30	Langfristiger Leistungsaufbau im ABT				
	12:30	<i>Mittagessen</i>				
	13:30 – 15:00	Prüfungsleistung Vorbereitungskurs (E-Learninglektionen und Web-Seminare)				
	15:30 – 18:00	Leistungsstand & leistungsbestimmende Faktoren im ABT des Disziplinblocks	Leistungsstand & leistungsbestimmende Faktoren im ABT des Disziplinblocks	Leistungsstand & leistungsbestimmende Faktoren im ABT des Disziplinblocks	Leistungsstand & leistungsbestimmende Faktoren im ABT des Disziplinblocks	Leistungsstand & leistungsbestimmende Faktoren im ABT des Disziplinblocks
	18:00	<i>Abendessen</i>				
	19:00 - 20:30	Kommunikations- und Teambuildingprozesse				
	Tag 2	07:00	<i>Frühstück</i>			
08:00 – 09:30		Einführung in die Trainingswissenschaft				
09:45 – 12:30		Sprintstaffel Theorie & Praxis	Grundlagen- ausdauer Theorie & Praxis	Schnelligkeits- entwicklung Theorie & Praxis	09:45 – 11:15 Maximalkraft- training Theorie	Beschleunigungs- und Schnelligkeits- entwicklung Theorie & Praxis
					11:15 – 12:30 Spezielle Kraft/ Wurfkraft Theorie	
12:30		<i>Mittagessen</i>				
13:30 – 15:00		Belastungs- vorbereitung & -verträglichkeit in den Sprintdisziplinen	Belastungs- vorbereitung & -verträglichkeit in den Laufdisziplinen	Belastungs- vorbereitung & -verträglichkeit in den Sprungdisziplinen	Belastungs- vorbereitung & -verträglichkeit in den Wurfdisziplinen	Belastungs- vorbereitung & -verträglichkeit im Mehrkampf
15:00 – 15:30		<i>Pause</i>				
15:30 – 17:45		Methodik und Didaktik des leistungssportlichen Trainings				
18:00		<i>Abendessen</i>				
19:00 – 20:30		Grundsätze der Betreuung von Jugendlichen in Training und Wettkampf				

Abb. 1. Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-B – Leistungssport – Tag 1 & 2.

	Blöcke	Sprint/Hürde	Lauf/Gehen	Sprung	Wurf/Stoß	Mehrkampf
	Uhrzeit	Thema				
Tag 3	7:00	Frühstück				
	07:45 - 08:00	Eingangstest – Auswertung, Evaluation & Siegerehrung				
	08:00 – 09:30	Einführung in die Bewegungslehre				
	09:30 – 09:45	Pause				
	09:45 – 11:15	Fortgeschrittenes Koordinationstraining				
	11:15 – 12:30	Einfache Verfahren der Leistungsdiagnostik				
	12:30	Mittagessen				
	13:30 – 18:00	Beschleunigungs- und Schnelligkeitsentwicklung Theorie & Praxis	13:30 – 16:30 Schnelligkeitsausdauertraining Theorie & Praxis	Hochsprung Theorie & Praxis	13:30 – 16:30 Maximalkrafttraining Praxis	13:30 – 15:00 Sprung Theorie
			16:30 – 18:00 WSA-Training Theorie		16:30 – 18:00 Spezielle Kraft Rotationswürfe Praxis	15:00 – 18:00 Stabhochsprung Praxis
	18:00	Abendessen				
	19:00 – 20:30	Trainingsplanung & Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Trainingsplanung & Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Trainingsplanung & Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Trainingsplanung & Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Trainingsplanung & Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs
Tag 4	07:00	Frühstück				
	08:00 – 09:30	Allgemeine athletische Ausbildung				
	09:45 – 12:30	Allgemeine athletische Ausbildung Sprint/Hürde Praxis	Allgemeine athletische Ausbildung Lauf/Gehen Praxis	Allgemeine athletische Ausbildung Sprung Praxis	Allgemeine athletische Ausbildung Wurf/Stoß Praxis	Allgemeine athletische Ausbildung Mehrkampf Praxis
		12:30	Mittagessen			
	13:30 – 18:00	13:30 – 16:30 Schnelligkeitsausdauertraining Theorie & Praxis	13:30 – 16:30 Kraftausdauertraining Theorie & Praxis	Kraft-/ Sprungkrafttraining Theorie & Praxis	Kugelstoßen Theorie & Praxis	13:30 – 15:00 Ausdauer Theorie
		16:30 – 18:00 Sprintkrafttraining Theorie	16:30 – 18:00 Grundlagen des Höhentrainings			15:00 – 18:00 Krafttraining Theorie & Praxis
	18:00	Abendessen				
19:00 – 20:30	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	

Abb. 2. Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-B – Leistungssport – Tag 3 & 4.

	Blöcke	Sprint/Hürde	Lauf/Gehen	Sprung	Wurf/Stoß	Mehrkampf
	Uhrzeit	Thema				
Tag 5	7:00	Frühstück				
	08:00 – 09:30	Selbstverständnis des Trainers im Nachwuchsleistungssport				
	09:30 – 11:00	Psychologische Aspekte des Nachwuchsleistungstrainings				
	10:30 – 10:45	Pause				
	10:45 – 12:30	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs
	12:30	Mittagessen				
	13:30 – 18:00	Kurzsprint Theorie & Praxis	13:30 – 16:30 Schnelligkeits- training Theorie & Praxis 16:30 – 18:00 Hindernis Theorie	Weitsprung Theorie & Praxis	Diskuswurf Theorie & Praxis	Sprint & Hürde Theorie & Praxis
	18:00	Abendessen				
	19:00 – 20:30	Sprintkrafttraining Praxis	Gehen Theorie	Stabhochsprung Theorie	Spezielle Kraft gerader Wurf Praxis	Weitsprung Praxis
	Tag 6	07:00	Frühstück			
08:00 – 12:30		Kurz- hürde Theorie & Praxis	08:00 – 10:15 Gehen Praxis	Stabhochsprung Praxis	Hammerwurf Theorie & Praxis	08:00 – 09:30 Hochsprung Praxis
			10:15 – 12:30 Hindernis Praxis			09:30 – 11:00 Wurf/Stoß Theorie
						11:00 – 12:30 Kugel Praxis
12:30		Mittagessen				
13:30 – 18:00		13:30 – 16:30 Langhürde Theorie & Praxis 16:30 – 18:00 Langsprint Theorie	13:30 – 15:00 Mittel- & Langstrecke Theorie	Dreisprung Theorie & Praxis	Speerwurf Theorie & Praxis	13:30 – 15:00 Diskus Praxis
			15:00 – 18:00 Lauftechnik Theorie & Praxis			15:00 – 16:30 Speer Praxis
						16:30 – 18:00 Schnelligkeits- ausdauertraining Theorie
18:00		Abendessen				

Abb. 3. Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-B – Leistungssport – Tag 5 & 6.

	Blöcke	Sprint/Hürde	Lauf/Gehen	Sprung	Wurf/Stoß	Mehrkampf
	Uhrzeit	Thema				
Tag 7	07:00	<i>Frühstück</i>				
	08:00 - 10:00	Prüfungsleistung Vorstellung der RTPs in den Disziplinblöcken	Prüfungsleistung Vorstellung der RTPs in den Disziplinblöcken	Prüfungsleistung Vorstellung der RTPs in den Disziplinblöcken	Prüfungsleistung Vorstellung der RTPs in den Disziplinblöcken	Prüfungsleistung Vorstellung der RTPs in den Disziplinblöcken
	10:00 - 10:30	<i>Pause</i>				
	10:30 - 12:15	Prüfungsleistung Abschlussprüfung übergreifende und blockspezifische Fragestellungen				
	12:15 – 12:30	Aufgaben für das Lernen und die Prüfungsleistungen zu Hause, Lehrgangsabschluss				
	12:30	<i>Mittagessen (nur nach Voranmeldung), Abreise</i>				

Abb. 4. Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-B – Leistungssport – Tag 7.

Anhang 3: Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-A – Leistungssport

Anhang 3.1: Erster Präsenzblock

	Blöcke	Sprint/Hürde	Lauf/Gehen	Sprung	Wurf/Stoß	Mehrkampf
	Uhrzeit	Thema				
Tag 1/1	bis 13:30	<i>Anreise, Quartierbezug</i>				
	14:00 – 14:30	Begrüßung, Ziele der Ausbildung, Programmablauf, Arbeitsweise				
	14:30 – 16:30	Aufgaben des Trainers im Leistungssport und Bedeutung wissenschaftlicher Aspekte für das Leistungstraining				
	16:30 – 16:45	<i>Pause</i>				
	16:45 – 18:00	Prüfungsleistung Vorbereitungskurs (E-Learningkationen und Web-Seminare)				
	18:00	<i>Abendessen</i>				
	19:00 - 20:30	Teambuildingprozesse				
Tag 2/1	07:00	<i>Frühstück</i>				
	08:00 – 10:15	Trainingsadaptationen				
	10:30 – 12:00	Hochleistungs- training im Disziplinblock Sprint/Hürde	Hochleistungs- training im Disziplinblock Lauf/Gehen	Hochleistungs- training im Disziplinblock Sprung	Hochleistungs- training im Disziplinblock Wurf/Stoß	Hochleistungs- training im Disziplinblock Mehrkampf
	12:30	<i>Mittagessen</i>				
	13:30 – 15:00	Hochleistungs- training im Disziplinblock Sprint/Hürde	Hochleistungs- training im Disziplinblock Lauf/Gehen	Hochleistungs- training im Disziplinblock Sprung	Hochleistungs- training im Disziplinblock Wurf/Stoß	Hochleistungs- training im Disziplinblock Mehrkampf
	15:00 – 15:30	<i>Pause</i>				
	15:30 – 17:45	Periodisierung im Hochleistungstraining				
	18:00	<i>Abendessen</i>				
	19:00 – 20:30	Athletenmonitoring				
	Tag 3/1	7:00	<i>Frühstück</i>			
08:00 - 08:15		Eingangstest – Auswertung, Evaluation & Siegerehrung				
08:15 - 10:30		Spezielle Bewegungslehre der Leichtathletik – biomechanische Grundlagen				
10:30 – 10:45		<i>Pause</i>				
10:45 – 12:30		Leistungsdiagnostik und Ableitungen in die Trainingsarbeit				
12:30		<i>Mittagessen</i>				
13:30 – 18:00		Biomechanische Analysen Sprint/Hürde Theorie & Praxis	Komplexe Leistungsdiag- nostik Lauf/Gehen Theorie & Praxis	Biomechanische Analysen Sprung Theorie & Praxis	Biomechanische Analysen Wurf/Stoß Theorie & Praxis	Biomechanische Analysen Mehrkampf Theorie & Praxis
18:00		<i>Abendessen</i>				
19:00 – 20:30		Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs

Abb. 5. Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-A – Leistungssport – Tag 1 bis 3 im ersten Präsenzblock.

	Blöcke	Sprint/Hürde	Lauf/Gehen	Sprung	Wurf/Stoß	Mehrkampf
	Uhrzeit	Thema				
Tag 4/1	07:00	Frühstück				
	08:00 – 10:15	Motorisches Lernen und Techniktraining bei fortgeschrittenen Athleten				
	10:15 – 10:30	Pause				
	10:30 – 12:30	Verletzungs- problematiken und Krankheiten	Verletzungs- problematiken und Krankheiten	Verletzungs- problematiken und Krankheiten	Verletzungs- problematiken und Krankheiten	Verletzungs- problematiken und Krankheiten
	12:30	Mittagessen				
	13:30 – 16:30	Funktionelle athletische Ausbildung zur Verletzungs- prophylaxe Praxis	Funktionelle athletische Ausbildung zur Verletzungs- prophylaxe Praxis	Funktionelle athletische Ausbildung zur Verletzungs- prophylaxe Praxis	Funktionelle athletische Ausbildung zur Verletzungs- prophylaxe Praxis	Funktionelle athletische Ausbildung zur Verletzungs- prophylaxe Praxis
	16:30 – 16:45	Pause				
	16:45 – 18:00	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs
	18:00	Abendessen				
	Tag 5/1	07:00	Frühstück			
08:00 - 10:15		Funktionelle Anatomie – Verletzungsmuster durch Dysbalancen				
10:15 - 10:30		Pause				
10:30 - 12:15		Sehnenverletzungen: Prävention durch gezieltes Krafttraining				
12:15 - 12:30		Aufgaben für das Lernen und die Prüfungsleistungen zu Hause, Lehrgangsabschluss				
12:30		Mittagessen (nur nach Voranmeldung), Abreise				

Abb. 6. Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-A – Leistungssport – Tag 4 bis 5 im ersten Präsenzblock.

Anhang 3.2: Zweiter Präsenzblock

	Blöcke	Sprint/Hürde	Lauf/Gehen	Sprung	Wurf/Stoß	Mehrkampf
	Uhrzeit	Thema				
Tag 1/2	bis 13:30	<i>Anreise, Quartierbezug</i>				
	13:45 – 14:00	Begrüßung, Programmablauf				
	14:00 – 16:15	Leistungsphysiologie				
	16:15 – 16:30	<i>Pause</i>				
	16:30 – 18:00	Spezielles Sprintkrafttraining Theorie	Spezielles Krafttraining Mittelstrecke Theorie	Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining Theorie	Spezielles Wurfkrafttraining Rotationswürfe Theorie	Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining Theorie
	18:00	<i>Abendessen</i>				
	19:00 – 21:00	Trainerphilosophie im Hochleistungssport am Beispiel Leichtathletik				
Tag 2/2	07:00	<i>Frühstück</i>				
	08:00 – 09:30	Spezielles Sprintkrafttraining Praxis	Spezielles Krafttraining Mittelstrecke Praxis	Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining Praxis	Spezielles Wurfkrafttraining gerader Wurf Theorie	Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining Praxis
	09:30 – 10:00	<i>Pause</i>				
	10:00 – 12:15	Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining Theorie	Grundlagen- ausdauer-2 Theorie	Spezielles Sprungkrafttraining Theorie	Spezielles Wurfkrafttraining Speerwurf Praxis	Spezielles Sprungkrafttraining Theorie
	12:30	<i>Mittagessen</i>				
	13:30 – 15:00	Beschleunigungs- und Schnelligkeitstraining Praxis	Spezielles Kraftausdauer- training Langstrecke Theorie	Spezielles Sprungkrafttraining Praxis	Spezielles Wurfkrafttraining Diskus Praxis	Spezielles Sprungkrafttraining Praxis
	15:00 – 15:15	<i>Pause</i>				
	15:15 – 16:45	Schnelligkeits- ausdauertraining Theorie	Spezielles Kraftausdauer- training Langstrecke Praxis	Maximalkraft- entwicklung für den Sprung Theorie	Spezielles Wurfkrafttraining Hammerwurf Praxis	Spezielles Wurfkrafttraining Theorie
	16:45 – 17:00	<i>Pause</i>				
	17:00 – 17:45	Bewegungssehen und Intervention Theorie	Schnelligkeits- ausdauertraining Theorie	Bewegungssehen und Intervention Theorie	Bewegungssehen und Intervention Theorie	Bewegungssehen und Intervention Theorie
	18:00	<i>Abendessen</i>				
	19:00 – 20:30	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs

Abb. 7. Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-A – Leistungssport – Tag 1 bis 2 im zweiten Präsenzblock.

	Blöcke	Sprint/Hürde	Lauf/Gehen	Sprung	Wurf/Stoß	Mehrkampf
	Uhrzeit	Thema				
Tag 3/2	07:00	<i>Frühstück</i>				
	08:00 – 12:30	Kurzhürde Frauen Theorie & Praxis	800m Theorie	Weitsprung Theorie & Praxis	Kugelstoßen Theorie & Praxis	Sprint & Hürde Theorie & Praxis
	12:30	<i>Mittagessen</i>				
	13:30 – 18:00	Kurzhürde Männer Theorie & Praxis	1500m Theorie	Analyse und Intervention Weitsprung	Analyse und Intervention Kugelstoßen	Analyse und Intervention Sprint & Hürde
	18:00	<i>Abendessen</i>				
Tag 4/2	07:00	<i>Frühstück</i>				
	08:00 – 12:30	Analyse und Intervention Kurzhürde Frauen & Männer Praxis	Analyse und Intervention Mittelstrecken	Dreisprung Theorie & Praxis	Diskuswurf Theorie & Praxis	Weit & Hoch Theorie & Praxis
	12:30	<i>Mittagessen</i>				
	13:30 – 15:45	Coaching				
	15:45 – 16:00	<i>Pause</i>				
	16:00 – 18:00	Persönlichkeitsentwicklung für den Hochleistungssport				
	18:00	<i>Abendessen</i>				
	19:00 – 20:30	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs	Gruppenarbeit Erstellung eines RTPs
Tag 5/2	07:00	<i>Frühstück</i>				
	08:00 – 10:30	Prüfungsleistung Vorstellung der RTPs in den Disziplinblöcken	Prüfungsleistung Vorstellung der RTPs in den Disziplinblöcken	Prüfungsleistung Vorstellung der RTPs in den Disziplinblöcken	Prüfungsleistung Vorstellung der RTPs in den Disziplinblöcken	Prüfungsleistung Vorstellung der RTPs in den Disziplinblöcken
	10:30 – 10:45	<i>Pause</i>				
	10:45 – 12:15	Burnout: Tipps gegen das Ausbrennen von Trainern				
	12:15 – 12:30	Aufgaben für das Lernen und die Prüfungsleistungen zu Hause, Lehrgangsabschluss				
	12:30	<i>Mittagessen (nur nach Voranmeldung), Abreise</i>				

Abb. 8. Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-A – Leistungssport – Tag 3 bis 5 im zweiten Präsenzblock.

Anhang 3.3: Dritter Präsenzblock

	Blöcke	Sprint/Hürde	Lauf/Gehen	Sprung	Wurf/Stoß	Mehrkampf
	Uhrzeit	Thema				
Tag 1/3	bis 13:30	<i>Anreise, Quartierbezug</i>				
	14:00 – 14:15	Begrüßung, Programmablauf				
	14:15 – 16:30	Kommunikation im Leistungssport				
	16:30 – 16:45	<i>Pause</i>				
	16:45 – 18:00	Methodik und Didaktik im Hochleistungssport				
	18:00	<i>Abendessen</i>				
	19:00 – 20:30	Teamführung im Hochleistungssport				
Tag 2/3	07:00	<i>Frühstück</i>				
	08:00 – 12:30	Kurz sprint Theorie & Praxis	Hindernis Theorie & Praxis	Hochsprung Theorie & Praxis	Hammerwurf Theorie & Praxis	Stabhochsprung Theorie & Praxis
	12:30	<i>Mittagessen</i>				
	13:30 – 18:00	Langsprint Theorie & Praxis	Analyse und Intervention Hindernis	Analyse und Intervention Hochsprung	Analyse und Intervention Hammerwurf	Analyse und Intervention Stabhochsprung
	18:00	<i>Abendessen</i>				
Tag 3/3	07:00	<i>Frühstück</i>				
	08:00 – 12:30	Analyse und Intervention Kurz sprint & Langsprint	08:00 – 11:00 Langstrecke Theorie	Stabhochsprung Theorie & Praxis	Speerwurf Theorie & Praxis	Kugel & Diskus Theorie & Praxis
			11:00 – 12:30 Analyse und Intervention Langstrecke			
	12:30	<i>Mittagessen</i>				
	13:30 – 18:00	Langhürde Theorie & Praxis	Gehen Theorie & Praxis	Analyse und Intervention Stabhochsprung	Analyse und Intervention Speerwurf	Analyse und Intervention Kugel & Diskus
	18:00	<i>Abendessen</i>				

Abb. 9. Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-A – Leistungssport – Tag 1 bis 3 im dritten Präsenzblock.

	Blöcke	Sprint/Hürde	Lauf/Gehen	Sprung	Wurf/Stoß	Mehrkampf
	Uhrzeit	Thema				
Tag 4/3	07:00	<i>Frühstück</i>				
	08:00 – 12:30	08:00 – 11:30 Analyse und Intervention Langhürde	08:00 – 10:45 Analyse und Intervention Gehen	Analyse und Intervention Dreisprung	Analyse und Intervention Diskuswurf	Analyse und Intervention Weit & Hoch
			11:00 – 12:30 ½-Marathon & Marathon			
	12:30	<i>Mittagessen</i>				
	13:30 – 16:30	Sprintstaffel Theorie & Praxis	½-Marathon & Marathon	Maximalkraft- entwicklung für den Sprung Praxis	Einsatz spezieller Krafttrainings- methoden Theorie & Praxis	Speerwurf Theorie & Praxis
	16:45 – 18:00	Führung Hypoxiekammer (bei Interesse)	Führung Hypoxiekammer Kienbaum	Führung Hypoxiekammer (bei Interesse)	Führung Hypoxiekammer (bei Interesse)	Führung Hypoxiekammer (bei Interesse)
	18:00	<i>Abendessen</i>				
	19:00 – 21:00	Trainerphilosophie im Hochleistungssport am Beispiel einer anderen Sportart				
Tag 5/3	07:00	<i>Frühstück</i>				
	07:45 – 09:30	Prüfungsleistung Schriftliche Abschlussprüfung nach Disziplinblöcken				
	09:30 – 09:45	<i>Pause</i>				
	09:45 – 12:00	Analyse und Intervention Sprintstaffel	Höhentraining	Turnen für die Sprungdisziplinen	Spezielles Wurfkrafttraining Kugelstoßen Praxis	Analyse und Intervention Speerwurf
	12:00 – 12:15	<i>Pause</i>				
	12:15 – 12:30	Aufgaben die Prüfungsleistungen zu Hause, Lehrgangsabschluss				
	12:30	<i>Mittagessen (nur nach Voranmeldung), Abreise</i>				

Abb. 10. Rahmenplanung einer Präsenzphase für den Trainer-A – Leistungssport – Tag 4 bis 5 im dritten Präsenzblock.