

Stoffverteilungsplan Inline Skating, allgemein

| | | TC-B | TB-B |
|-----------------|--|-----------|-----------|
| 02.3.1. | Personen- und vereinsbezogener Bereich | | |
| 02.3.1.1 | PÄDAGOGIK | | |
| 02.3.1.1.1 | GRUNDLAGEN - Grundbegriffe | | 0 |
| 02.3.1.1.2 | DIDAKTIK UND METHODIK | | 2 |
| | Theorie und Anwendung von Didaktik | | |
| | Grundlagen | 3 | |
| 02.3.1.1.3 | MOTIVATION FÜR DAS SPEESKATING | | |
| | Ermutigung | 2 | |
| | Förderung der Leistungsbereitschaft | 2 | |
| 02.3.1.1.4 | MENSCHENFÜHRUNG UND GRUPPENPROZESSE | | |
| | Der Austausch zwischen Sportler u. Trainer | 2 | |
| | Die Person des Trainers | 1 | |
| | Die Persönlichkeit des Sportlers | 1 | |
| 02.3.1.1.5 | EINSATZ VON MEDIEN | | |
| | Gesprächsführung, Körpersprache | 2 | |
| | Technische Medien - Grundlagen | 1 | |
| | Gesamt Pädagogik | 13 | |
| 02.3.1.2 | PSYCHOLOGIE | | |
| 02.3.1.2.1 | GRUNDLAGEN DER PSYCHOLOGIE | | |
| | Der menschliche Organismus als psychisches System | 2 | |
| | Psychische Beanspruchung als Anpassungsproblem | 2 | |
| | Motivation und Einstellung zum Training und Wettkampf | 1 | |
| 02.3.1.2.2 | PSYCHOLOGIE IM SPEEDSKATING | | |
| | Bedingungen psychischer Beanspruchung im Training und Wettkampf | 2 | |
| | Maßnahmen zur Regulation psychischer Beanspruchung | 0 | |
| | Mentale Trainingsformen | 0 | |
| 02.3.1.2.3 | FÜHRUNGSVERHALTEN | | |
| | Der mündige Athlet und sein Trainer | 0 | |
| | Gesamt Psychologie | 7 | |
| 02.3.1.3 | SPORTORGANISATION; VERWALTUNG | | |
| 02.3.1.3.1 | GRUNDLAGEN | | |
| | Struktur, Organe und Aufgaben der Sportselbstverwaltung und der öffentlichen Sportverwaltung | 1 | |
| | DOSB Aus- und Fortbildungssystem | 1 | |
| | Vereinsrecht und sporteigenes Recht | 1 | |
| | Aufsichtspflicht und Haftung | 1 | |
| 02.3.1.3.2 | IN BEZUG AUF SPEEDSKATING | | |
| | Die geschichtliche Entwicklung der Sportart | | |
| | Regelkunde (WKO) u. weitere Regelwerke | 2 | 2 |
| | Gesamt Sportorganisation und Verwaltung | 6 | 2 |
| 02.3.1.4 | SPORTPOLITIK | | |
| 02.3.1.4.1 | DER SPORT UND SEIN SOZIALES UMFELD | | |
| | Die Werte des Sports und seine Förderung | 1 | |
| | Der Sportler im Beziehungsgeflecht gesellschaftlicher Einflüsse | 1 | |
| | Sport und Umwelt | 1 | |
| 02.3.1.4.2 | SPORT UND ÖFFENTLICHKEIT | | |
| | Öffentlichkeitsarbeit | 1 | |
| | Außersportliche Veranstaltungen und Aktivitäten | 1 | |
| | Marketing | 1 | |
| | Gesamt Sportpolitik | 6 | |
| | Gesamt Personen- und vereinsbezogener Bereich | 32 | |
| 02.3.2. | Bewegungs- und sportartbezogener Bereich | | |
| 02.3.2.1 | BIOMECHANIK; BEWEGUNGSLEHRE | | |
| | GRUNDLAGEN DER BIOMECHANIK | | |
| | Allgemeine Grundlagen | 2 | 0 |
| | Biomechanische Prinzipien | | 1 |
| | Biomechanik der sportlichen Bewegung | | 1 |
| | Biomechanische Meßmethoden | | 1 |
| | Funktionell anatomische Betrachtung | | 1 |
| 02.3.2.1.2 | BIOMECHANISCHE GRUNDLAGEN IM SPEEDSKATING | | |
| | Bewegungsanalyse durch Technikleitbilder | 3 | 5 |
| 02.3.2.1.3 | MOTORISCHES LERNEN | | |
| | Prinzipien des motorischen Lernens | 2 | |
| | Komponenten des motorischen Lernens | | 2 |
| | Bewegungskoordination und koordinative Fähigkeiten | | 3 |
| | Gesamt Biomechanik, Bewegungslehre | 7 | 14 |
| 02.3.2.2 | SPORTMEDIZIN | | |
| 02.3.2.2.1 | GRUNDLAGEN DER SPORTBIOLOGIE | | |
| | Biologische Grundgesetze von Training und Leistung (Leistungsfunktionen des Organismus) | 2 | 2 |
| | Biologie von Leistung und Training des Kindes und des Jugendlichen | 1 | |
| | Umwelteinflüsse auf die Leistungsfähigkeit | | 1 |
| | Ernährung für Training und Wettkampf | 2 | 0 |
| 02.3.2.2.2 | GRUNDLAGEN DER SPORTMEDIZIN | | |
| | Allgemeine Anatomie der Knochen, Gelenke und Muskeln | 1 | 2 |
| | Herz- und Kreislaufsystem | 1 | 1 |
| | Atmungssystem | | 1 |

Stoffverteilungsplan Inline Skating, allgemein

| | | | |
|--------------|--|-------------------------------------|-----------|
| 02.3.2.2.3 | SPORTMEDIZIN UND LEISTUNGSSPORT | | |
| | Energistoffwechsel | 1 | 2 |
| | Leistungsdiagnostik | 2 | 2 |
| 02.3.2.2.4 | GRUNDLAGEN DER FUNKTIONELLEN ANATOMIE | | |
| | Muskeln und Nervensysteme | 1 | 0 |
| | Die motorische Einheit | | |
| | Sportmedizinische Charakteristik | | 1 |
| | Sportartspezifische anatomische Strukturen | 1 | |
| 02.3.2.2.5 | MEDIZINISCHE VORSORGE | | |
| | Fehlbeanspruchungen im Sport | 2 | |
| | Sportverletzungen (sportartspezifisch) | | |
| | Physiotherapeutische Betreuung | | 1 |
| | Sporthygienische Maßnahmen; Optimale Regeneration | | |
| | Antidoping | 4 | 0 |
| | Gesamt Sportmedizin | 18 | 13 |
| 02.3.2.3 | TRAININGSLEHRE | | |
| 02.3.2.3.1 | GRUNDLAGEN | | |
| | Einführung in die Terminologie der Trainingslehre | 2 | |
| | Merkmale und Aufgaben des sportlichen Trainings | 1 | |
| | Gesetzmäßigkeiten und Trainingsprinzipien | 1 | |
| | Gliederung des langfristigen Trainingsprozesses | 2 | |
| | Ziele und Inhalte von Grundlagen- Aufbau- und Hochleistungstraining | 2 | |
| | Sichtung und Förderung im Nachwuchsbereich - Talentsuche, Talentbindung | 1 | |
| | Training im Kindes und Jugendalter | 1 | |
| | Alters- und geschlechtsspezifische Möglichkeiten bzw. Einschränkungen im Training | 1 | |
| | Störung der sportlichen Leistungsfähigkeit durch Überforderung | | |
| | Taktik in der Sportart | 1 | 1 |
| | Nachwuchsförderkonzept (ist bereits vorhanden - keine Ausarbeitung) | 2 | 2 |
| 02.3.2.3.2 | TRAININGSLEHRE IM SPEEDSKATING | | |
| | Methodik der Trainingsplanung | 2 | |
| | Trainingszyklen | 2 | |
| | Sinn und Zweck der Periodisierung des Trainings (Jahresperiodisierung) | 1 | |
| | Aufbau der Rahmentrainingspläne | 1 | |
| | Rahmentrainingspläne mit individuellem Spielraum | 1 | |
| | Analyse der Leistungsstrukturen auf internationaler Ebene | | 2 |
| | Trainingsdokumentation | 1 | |
| | Planung und Durchführung von Leistungskontrollen | 1 | |
| | Interpretation von Leistungskontrollen | | 2 |
| | Gesamt Trainingslehre | 23 | 7 |
| 02.3.2.3.3 | TECHNIKTRAINING (sportartspezifisch) | | |
| | Einführung in das Eisschnelllaufen | 3 | 0 |
| 02.3.2.3.3.1 | LAUFSCHULUNG (Entwicklung methodischer Reihen) | | |
| | Grundlagenschulung | 31 | |
| | Gewandheitsläufe | | |
| | Große und kleine Spiele auf Inline Skates | | |
| | Kurverntechniken | | |
| | Technik auf der Geraden | | |
| | Vorw. und rückwärts Laufen | | |
| | Start | | |
| | Inlinenhockey | | |
| | Inline Alpin | | |
| | Inline Vert/Street | | |
| | Techniken im Speedskating (Entwicklung methodischer Reihen) | 5 | 8 |
| | Spezialtechniken auf der Geraden (z.B. Double Push) | (minus 5 für Technik-Fehleranalyse) | |
| | Kurverntechniken | | |
| 02.3.2.1.4 | TECHNIKTRAINING - Bewegungsanalyse | | |
| | Beobachtung und Fehleranalyse beim Techniktraining | 5 | 2 |
| | Didaktisches Grundverhältnis vom Lehren und Lernen | | |
| | Prozesskomponenten des Unterrichts | | |
| | Unterrichtsmethoden | | |
| | Planung, Vorbereitung und Durchführung einer Unterrichtseinheit | | |
| | Gesamt Technik (sportartspezifisch) | 40 | 25 |
| | Gesamt Bewegungs- und sportartbezogener Bereich | 88 | |
| | errechnete Gesamtstunden - in dieser Ausbildungsmatrix mit den sportartspezifischen Technik-Stunden | 120 | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| 40 LE | Themen für überfachliche Ausbildung | 40 | |
| 40 LE | Themen für Vorstufen Qualifizierung - Instructor | 40 | |
| 40 LE | Themen für Trainer-C Breitensport + Leistungssport | 40 | |
| 60 LE | Trainer B Leistungssport | 60 | |
| | Trainer B Breitensport | 60 | |
| 90 LE | Trainer A | 90 | |