

Stoffverteilungsplan Inline Skating, allgemein

		TC-B	TB-B
<b>02.3.1.</b>	<b>Personen- und vereinsbezogener Bereich</b>		
<b>02.3.1.1</b>	<b>PÄDAGOGIK</b>		
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	
	<b>Gesamt Pädagogik</b>	<b>13</b>	
<b>02.3.1.2</b>	<b>PSYCHOLOGIE</b>		
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	
	<b>Gesamt Psychologie</b>	<b>7</b>	
<b>02.3.1.3</b>	<b>SPORTORGANISATION; VERWALTUNG</b>		
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
	<b>Gesamt Sportorganisation und Verwaltung</b>	<b>6</b>	<b>2</b>
<b>02.3.1.4</b>	<b>SPORTPOLITIK</b>		
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	
	<b>Gesamt Sportpolitik</b>	<b>6</b>	
	<b>Gesamt Personen- und vereinsbezogener Bereich</b>	<b>32</b>	
<b>02.3.2.</b>	<b>Bewegungs- und sportartbezogener Bereich</b>		
<b>02.3.2.1</b>	<b>BIOMECHANIK; BEWEGUNGSLEHRE</b>		
	<b>GRUNDLAGEN DER BIOMECHANIK</b>		
	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
	<b>Gesamt Biomechanik, Bewegungslehre</b>	<b>7</b>	<b>14</b>
<b>02.3.2.2</b>	<b>SPORTMEDIZIN</b>		
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
	<b>Gesamt Sportmedizin</b>	<b>18</b>	<b>13</b>
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
	<b>Gesamt Trainingslehre</b>	<b>23</b>	<b>7</b>
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		
	<b>Gesamt Technik (sportartspezifisch)</b>	<b>40</b>	<b>25</b>
	<b>Gesamt Bewegungs- und sportartbezogener Bereich</b>	<b>88</b>	
	<b>errechnete Gesamtstunden - in dieser Ausbildungsmatrix mit den sportartspezifischen Technik-Stunden</b>	<b>120</b>	
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	