

Ausbildungs- konzeption

A – Trainer Leistungssport

Stand Juni 2022

Inhalt

| | |
|--|------------------------------------|
| Übersicht Ausbildungsschema | 4 |
| Modul 1 Vorstufenqualifikation | 5 |
| Theoretische Inhalte | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Praktische Inhalte | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Modul 2 Fechtpraxis 1 | 5 |
| Ausbildungsumfang | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Variabilität | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Individualisierung | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Technik | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Überprüfung / Festigung der theoretischen Inhalte des Techniktrainings | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Praktische Inhalte | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Theoretische Inhalte | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Ausdauerentwicklung & Belastungssteuerung | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Prophylaxe | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Modul 3 Fechtpraxis 2 | 6 |
| Ausbildungsumfang | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Kriterien und Methodik der Technikanalyse | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Theoretische Inhalte | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Kraft und Schnelligkeitsausprägung | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Reglement | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Modul 4 Fechtpraxis 3 | 6 |
| Ausbildungsumfang | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Taktik | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Überprüfung / Festigung der theoretischen Inhalte des Taktiktrainings | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Praktische Inhalte (Taktik) | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Theoretische Inhalte | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Psychologische Grundlagen | Fehler! Textmarke nicht definiert. |
| Regeneration und Ernährung | Fehler! Textmarke nicht definiert. |

| | | |
|---|---|----------|
| Modul 5 | Fechtpraxis 4 und Prüfung | 7 |
| Ausbildungsumfang | Fehler! Textmarke nicht definiert. | |
| Kriterien und Methodik der Taktikanalyse..... | Fehler! Textmarke nicht definiert. | |
| Theoretische Inhalte | Fehler! Textmarke nicht definiert. | |
| Psychoregulation und Coaching | Fehler! Textmarke nicht definiert. | |
| Prüfung | | 7 |

Übersicht Ausbildungsschema

| | |
|---------------------------------|--|
| <p>Gesamt: 90 LE</p> | <p>A-TRAINER Leistungssport</p> |
| <p>Modul 5 18 LE</p> | <p>Prüfung - Praxis (4 LE) selbständige Prüfungsvorbereitung (4 LE)</p> <p>Prüfung - Theorie (4 LE) Klärung offener Fragen (4 LE) Verfügungszeit (2 LE)</p> |
| <p>Modul 4 18 LE</p> | <p>Fechtpraxis - Transfer (14 LE) Ophardt-Schulung (4 LE)</p> |
| <p>Modul 3 18 LE</p> | <p>Fechtpraxis - Variable Verfügbarkeit und Individualisierung (12 LE) Wettkampfanalyse (4 LE) Coaching und Kommunikation (2 LE)</p> |
| <p>Modul 2 18 LE</p> | <p>Fechtpraxis - Anwendung der SGE in den Ausbildungsstufen (8 LE) Trainings- und Leistungssteuerung - praktische Umsetzung (3 LE)</p> <p>Psychoregulation (4 LE)</p> <p>Regeneration und Ernährung (3 LE)</p> |
| <p>Modul 1 18 LE</p> | <p>Fechtpraxis - Anwendung der TGE in den Ausbildungsstufen (12 LE) Periodisierung/Zyklisierung (6 LE) <i>Trainings- und Leistungssteuerung - Selbststudium mit zur Verfügung gestellten Materialien</i></p> |

Modul 1

| | | |
|---------|-----------------------------------|--|
| Modul 1 | Fechtpraxis - Anwendung TGE | <ul style="list-style-type: none"> Ausbildungsstufen: Grundlagentraining, Aufbautraining, Anschlussstraining, Hochleistungstraining --> Angepasste Didaktik und Vermittlungskompetenz auf die jeweilige Ausbildungsstufe |
| | Periodisierung/Zyklisierung | Vortrag |
| | Trainings- und Leistungssteuerung | Selbststudium nicht vor Ort, sondern zuhause --> Material wird zur Verfügung gestellt |

Modul 2

| | | |
|---------|-----------------------------------|--|
| Modul 2 | Fechtpraxis - Anwendung SGE | <ul style="list-style-type: none"> Ausbildungsstufen: Grundlagentraining, Aufbautraining, Anschlussstraining, Hochleistungstraining --> Angepasste Didaktik und Vermittlungskompetenz auf die jeweilige Ausbildungsstufe |
| | Trainings- und Leistungssteuerung | Praktische Übungen schlussfolgernd aus dem theoretisch angeeigneten Wissen --> Transfer in die Zyklen des mittelfristigen und langfristigen Leistungsaufbaus |
| | Psychoregulation | Externer Dozent |
| | Regeneration und Ernährung | Externer Dozent |

Modul 3

| | | |
|---------|--|---|
| Modul 3 | <p>Fechtpraxis - Variable Verfügbarkeit und Individualisierung</p> <p>Wettkampfanalyse</p> <p>Coaching und Kommunikation</p> | <p>Definition und Unterschiede "Variable Verfügbarkeit" und "Individualisierung"</p> <p>--> Vermittlung der Anwendung im Aufbautraining / Anschlussstraining</p> <p>--> Zielsetzung: Hochleistungstraining</p> <p>Vortrag</p> |
|---------|--|---|

Modul 4

| | | |
|---------|---|---|
| Modul 4 | <p>Fechtpraxis – Transfer</p> <p>Ophardt-Schulung</p> | <p>Einbeziehen der Taktik in die Strategie</p> <p>Während die Strategie bei der Verhaltensplanung die Entscheidungsmöglichkeiten des Gegners/der Gegner zwar berücksichtigt, aber nicht beeinflusst, bezieht sich die Taktik auf die gezielte Anwendung vorbereitender Handlungen zur Realisierung der Strategie. Taktik orientiert auf den Beurteilungsvorgang in Wettkampfsituationen als Voraussetzung für das Festlegen und das Durchführen von sinnvollen, den Gegner täuschenden oder beeinflussenden Maßnahmen und beinhaltet das dafür notwendige Wissen und Können.</p> <p>Externer Dozent</p> |
|---------|---|---|

Modul 5 Fechtpraxis 4 und Prüfung

| | | |
|---------|---|--|
| Modul 5 | Prüfung - Praxis selbständige Prüfungsvorbereitung Prüfung - Theorie Klärung offener Fragen | Wiederholung des erlernten praktischen Stoffes. Vorlage der ausgearbeiteten Prüfungslektion. <ul style="list-style-type: none"> • Klärung evtl. offener Fragen aus dem Selbststudium • Absolvieren der schriftlichen Theorieprüfung • Wiederholung des erlernten Stoffs in der Praxis • Abgabe der ausgearbeiteten Prüfungslektionen • Durchführen der ausgearbeiteten Prüfungslektionen |
|---------|---|--|

Prüfung

Die Ausbildung zum A-Trainer Leistungssport wird mit einer theoretischen und einer praktischen Prüfung abgeschlossen.