

Trainer/in-B Breitensport

Profil: Gesundheit und Prävention

(Umfang 60 LE)

Gültig in der Fassung vom 12.11.2020

Die Lizenzausbildung zum/zur Trainer/in-B Breitensport des Deutschen Ju-Jitsu Verbandes dient der Vertiefung und Differenzierung komplexer Handlungs- und Vermittlungsfelder im Ju-Jitsu.

Hierzu können die folgenden, voneinander unabhängigen Profile angeboten werden:

- Selbstverteidigung Ju-Jitsu
- Selbstverteidigung Jiu-Jitsu
- Gewaltprävention
- Gesundheit und Prävention
- Zielgruppen
- Polizei – Einsatztraining

Übergreifende profilunabhängige Ziele für alle Trainer-B-Breitensport-Ausbildungen:

Aufbauend auf den bei den Teilnehmenden bereits vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen wird durch die aufgeführten Lernziele eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt:

Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz:

- Aufbau und Entwicklung der Motivation der Sportler/innen für ein langfristiges Sporttreiben
- Kenntnisse über die Wechselwirkungen von Sozialfaktoren (Elternhaus, Schule/ Ausbildung/ Beruf, Sozialstatus, Verein ...) und sportlichem Engagement sowie deren persönlichkeitsfördernde Beeinflussung
- Kenntnisse über die Bedeutung von Ju-Jitsu für die Gesundheit sowie die Risikofaktoren im sportartspezifischen Leistungssport und deren Entgegenwirken in der Sportpraxis
- Kennen und berücksichtigen entwicklungsgemäßer und geschlechtsspezifischer Besonderheiten spezieller Leistungsgruppen
- Bewusstmachen der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung der Aktiven, besonders von Kindern und Jugendlichen
- Kennen und beachten des DOSB-Ehrenkodexes für Trainer/innen
- Selbstständige Planung und Organisation der eigenen Aus-, Fort- und Weiterbildung

Fachkompetenz:

- Kenntnis des Leitbildes des DJJV
- Umfassende Kenntnisse der Struktur, Funktion und Bedeutung von Ju-Jitsu als Breitensport und die Umsetzung für definierte Zielgruppen
- Umfangreiche Grundlagenkenntnisse zu Besonderheiten der jeweiligen Zielgruppe und deren Anwendung bei der Umsetzung von Übungseinheiten in die Sportpraxis an
- Zielgruppenorientierte Planung von Training und Wettkampf sowie deren praktische Umsetzung
- Aufbau und die Organisation von Breitensportgruppen, Breitensportkursen und Breitensportunterricht
- Berücksichtigen von speziellen Rechts- und Versicherungsaspekten bei der Durchführung von Trainingseinheiten und Wettkämpfen
- Umfassende Kenntnisse über spezielle Regeln, sportartspezifische Trainingsgeräte sowie Sporteinrichtungen
- Schaffen eines attraktiven und motivierenden Sportangebotes für die definierte Zielgruppe

Methoden- und Vermittlungskompetenz:

- Umfassendes pädagogisches Grundwissen zur Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Lern- bzw. Trainingseinheiten
- Umfassende Kenntnisse von Lehr-, Lern- und Trainingsmethoden im Bereich des sportartspezifischen Breitensportprofils
- Ableiten von Individual- und Gruppentrainingsplänen unter Berücksichtigung der jeweiligen Besonderheiten
- Lehr- und Lernverständnis, das den Teilnehmenden genügend Zeit zur Informationsverarbeitung und Gelegenheit zur Eigeninitiative lässt

Die oben angeführten Lernziele werden in den einzelnen Trainer-B-Breitensport-Ausbildungen noch profil-spezifisch ergänzt.

TRAINER-B BREITENSORT „GESUNDHEIT UND PRÄVENTION“ (60 LE)

1. HANDLUNGSFELDER

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-B Breitensport mit dem Profil „Ju-Jitsu Gesundheitsprävention“ umfasst die Gestaltung des breitensportlichen Ju-Jitsu Trainings mit Gruppen unterschiedlicher Leistungsfähigkeit unter Berücksichtigung gesundheitsorientierter Aspekte.

2. PROFILSPEZIFISCHE ZIELE DER AUSBILDUNG

- Ju-Jitsu wird unter funktionell-anatomischen, physiologischen und biomechanischen Aspekten analysiert und begründet
- Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten bei der Gestaltung von gesundheitsorientierten Breitensportangeboten vertiefen
- Besondere Gesundheitssportangebote nach den Bedürfnissen unterschiedlicher Zielgruppen planen und anbieten
- Ju-Jitsu für Sondergruppen anbieten
- Ju-Jitsu als Teil des lebenslangen Sportangebotes

3. INHALTE DER AUSBILDUNG

Der nachfolgende Themenabschnitt I. ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen vereins- und verbandsbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

I. Methodisch-didaktische / pädagogisch-psychologische Aspekte: 6 LE

- 1.1 Motivation zu breiten- und gesundheitssportlicher Aktivität (3 LE)
- 1.2 Gesundheitsrelevante Rahmenbedingungen (3 LE)

II. Zielgruppenorientierung: 6 LE

- 2.1 Ju-Jitsu mit Älteren / Senioren (3 LE)
- 2.2 Ju-Jitsu mit Menschen mit Beeinträchtigung (3 LE)

Die nachfolgenden Themenabschnitte III. bis V. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

III. Biologische Aspekte: 28 LE

- 3.1 Funktionelle Anatomie (4 LE)
- 3.2 Physiologie (4 LE)
- 3.3 Funktionelles Aufwärmen und Dehnen (4 LE)
- 3.4 Überblick über Trainingstherapien (4 LE)
- 3.5 Erkrankungen des Bewegungsapparates und des Herz-Kreislaufsystems (4 LE)
- 3.6 Verletzungen im Sport (2 LE)
- 3.7 Sport als Prävention / Verletzungsvorbeugung (2 LE)
- 3.8 Trainingsmethoden bei Verletzungen (4 LE)

IV. Sportpraktische Übungsinhalte: 20 LE

- 4.1 Gesundheitsorientiertes Training konditioneller Eigenschaften (4 LE)
- 4.2 Gesundheitsorientiertes Training koordinativer Eigenschaften (4 LE)
- 4.3 Sanftes Ju-Jitsu (8 LE)
- 4.4 Formen der Entspannung (4 LE)

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach abgewichen werden. Der Gesamtumfang der Trainer/innen-B-Ausbildung Breitensport mit dem Profil „Ju-Jitsu Gesundheitsprävention“ soll 80 LE (einschließlich Lizenzprüfung) nicht überschreiten.

4. AUSBILDUNGSORDNUNG

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen-B-Lizenzausbildung Breitensport mit dem Profil „Ju-Jitsu Gesundheitsprävention“ sind:

- Besitz einer gültigen Trainer/innen-C-Lizenz Breiten- oder Leistungssport
- Nachweis einer mindestens einjährigen Trainer/innen-C-Tätigkeit im Verein
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- der 1. Dan-Grad
- schriftliche Befürwortung des Vereins und Landesverbandes

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 60 Lerneinheiten inklusive der Lizenzprüfung.

5. LERNERFOLGSKONTROLLE

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der:

- schriftlichen Klausur über die relevanten Lehrgangsinhalte
- schriftlichen Vorbereitung eines Unterrichtsentwurfes
- praktischen Durchführung einer Lehrprobe

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von gesundheits-sportorientierten Übungsangeboten innerhalb und außerhalb des Ju-Jitsu.

Die schriftliche Klausur soll insgesamt zwei Zeitstunden nicht überschreiten und praxisorientiertes Transferwissen fordern. Die Lehrprobe ist für eine Übungseinheit von 60 bis 90 Minuten Dauer zu planen. Hieraus wählt die Prüfungskommission einen Ausschnitt von 20 bis 30 Minuten Dauer für die praktische Lehrprobe aus. Die einzelnen Prüfungsteile sollten jeweils im Anschluss an die entsprechenden Ausbildungsblöcke durchgeführt werden.

Die Lernerfolgskontrolle wird von einem Ausbilder und einem weiteren Prüfer abgenommen. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen.

Die Prüfung wird mit „bestanden“ oder „nicht bestanden“ gewertet. Die Lizenzprüfung gilt als „bestanden“, wenn alle Teile der Lizenzprüfung bestanden wurden. Sind einzelne Prüfungsteile nicht bestanden, können sie bis zu zweimal wiederholt werden. Werden Prüfungsteile versäumt, gelten sie als „nicht bestanden“, wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

6. LIZENZIERUNG

Zur Ausstellung der Trainer/innen-B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Ju-Jutsu Gesundheitsprävention“ müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- der 1. Dan-Grad

Die Trainer/innen-B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Ju-Jutsu Gesundheitsprävention“ ist im Gesamtbereich des Deutschen Ju-Jitsu Verbandes vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des vierten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.

Die komplette Ausbildungskonzeption des Deutschen Ju-Jitsu Verband e.V. finden Sie unter: <https://www.djjv.de/servicedownloads/aus-fortbildung/ausbildungskonzeption/>.

Copyright:



Deutscher Ju-Jitsu Verband e.V.
Bundesgeschäftsstelle
Badstubenvorstadt 12/13
D-06712 Zeitz