

Trainer/in-C Leistungssport

(Umfang 120 LE)

Gültig in der Fassung vom 12.11.2020

1. HANDLUNGSFELDER

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-C (Ju-Jitsu) Leistungssport umfasst die Hinführung zur leistungs- und wett-kampforientierten Betätigung in den Disziplinen Fighting und Duo-System sowie die Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des wettkampforientierten Ju-Jitsu Grundlagentrainings in den Vereinen des Deutschen Ju-Jitsu Verbandes.

Weiterer Schwerpunkt ist die Talentsichtung, -förderung und -bindung auf Vereinsebene und die Sichtung für regionale Leistungsgruppen.

2. ZIELE DER AUSBILDUNG

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:

- Führen von Gruppen sowie Erkennen und Steuern von gruppendynamischen Prozessen
- Kennen und berücksichtigen entwicklungsgemäßer Besonderheiten bei Kindern/Jugendlichen bzw. Erwachsenen und Älteren
- Kennen und berücksichtigen geschlechtsspezifischer Bewegungs- und Sportinteressen
- Bewusstmachen der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung aller Zielgruppen, besonders von Kindern und Jugendlichen
- Kennen und beachten des DOSB-Ehrenkodex für Trainer/innen

Fachkompetenz:

- Kenntnisse der Struktur, Funktion und Bedeutung von Ju-Jitsu/Jiu-Jitsu als Leistungssport und deren Umsetzung im Prozess der zielgruppenorientierten Mitgliedergewinnung auf Vereinsebene
- Organisieren eines leistungsorientierten Trainings und von sportartspezifischen Wettkämpfen sowie anleiten, vorbereiten und betreuen der Sportler innerhalb ihrer Trainingsgruppen und bei Wettkämpfen
- Kenntnisse der Ju-Jitsu Grundtechniken und deren wettkampfmäßige, taktische Anwendung
- Kenntnisse der konditionellen und koordinativen Voraussetzungen für die jeweilige Disziplin und deren spezifische Berücksichtigung in der Trainingsgestaltung
- Grundkenntnisse über aktuelle Wettkampfgregeln und die Ju-Jitsu Ausrüstung
- Realisieren eines attraktiven und motivierenden Trainingsangebotes für die definierte Zielgruppe

Methoden- und Vermittlungskompetenz:

- Pädagogisches Grundwissen von Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Trainingseinheiten
- Grundkenntnisse von Lehr-, Lern- und Trainingsmethoden im Grundlagentraining
- Lehr- und Lernverständnis, das den Teilnehmenden genügend Zeit zur Informationsverarbeitung und Gelegenheit zur Eigeninitiative lässt
- Beherrschen der Grundprinzipien für zielorientiertes und systematisches Lernen im Sport

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.5.1 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

I. Organisation / Recht: 13 LE

- 1.1 Struktur der Lizenzausbildung im DOSB / DJJV (2 LE) *
- 1.2 Struktur und Aufgaben der Sportorganisation (2 LE) *
- 1.3 Sportförderung (2 LE) *
- 1.4 Rechtsfragen I: Vereinsrecht, Aufsicht-/Haftpflicht (3 LE) *

1.5 Rechtsfragen II: Notwehrrecht und Nothilfe (2 LE)

Der nachfolgende Themenabschnitt II ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.1 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

II. Sportpädagogik / Sportpsychologie: 34 LE

- 2.1 Ethische Ansprüche im Budoport (2 LE)
- 2.2 Gruppenpädagogik und Führungsstile (4 LE) *
- 2.3 Allgemeine und Ju-Jitsu spezifische Vermittlungsmethodik (8 LE) *
- 2.4 Lehren und Lernen im Ju-Jitsu (8 LE) *
- 2.5 Entwicklungspsychologische Grundlagen (6 LE) *
- 2.6 Mentales Training für Anfänger (4 LE)
- 2.7 Coaching (2 LE)

Die nachfolgenden Themenabschnitte III. bis VI. sind – mit Ausnahme der Themen 6.6 und 6.7 -dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.1 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

III. Sportbiologie: 18 LE

- 3.1 Anatomische Grundlagen (3 LE) *
- 3.2 Physiologische Grundlagen (3 LE) *
- 3.3 Anpassungsvorgänge des Organismus (2 LE) *
- 3.4 Sportverletzungen und Sportschäden (3 LE) *
- 3.5 Körperliche Entwicklung, Belastungs- u. Leistungsfähigkeit (2 LE) *
- 3.6 Aufwärmtraining (2 LE) *
- 3.7 Funktionelle Dehnung und Kräftigung (3 LE) *

IV. Allgemeine Trainingslehre: 16 LE

- 4.1 Trainingsprinzipien (4 LE) *
- 4.2 Konditionelle und koordinative Fähigkeiten am Beispiel ausgewählter Praxisinhalte (12 LE) *

V. Wettkampfsport im Ju-Jitsu: 40 LE

- 5.1 Wettkampfbreglement des DJJV (4 LE)
- 5.2 Fighting im Grundlagentraining (4 LE)
- 5.3 Duo-System im Grundlagentraining (4 LE)
- 5.4 Ne-Waza im Grundlagentraining (4 LE)
- 5.5 Trainingssteuerung im Leistungssport (6 LE)
- 5.6 Strategie und Taktik (6 LE)
- 5.7 Part 1 Training (3 LE)
- 5.8 Part 2 Training (3 LE)
- 5.9 Part 3 Training (3 LE)
- 5.10 Ausdrucksschulung (2 LE)
- 5.11 Angriffstraining (2 LE)
- 5.12 Wettkampflehre (2 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 oben abgewichen werden. Der Gesamtumfang der Trainer/innen-C-Ausbildung Leistungssport soll 150 LE (einschließlich Lizenzprüfung) nicht überschreiten.

Die mit einem Sternchen gekennzeichneten Themen können auch ganz oder teilweise im Rahmen überfachlicher Lehrgangsteile (z.B. sportart- und zielgruppenübergreifende Basisqualifizierung) durch die Landessportbünde angeboten werden. Grundsätzlich wird eine größtmögliche Verknüpfung der Theorie- und Praxis-Inhalte angestrebt.

4. AUSBILDUNGSORDNUNG

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen-C-Lizenzausbildung Leistungssport sind:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Mindestens der 3. Kyu-Grad
- Schriftliche Befürwortung des Vereins
- Interesse an Wettkampfdisziplinen

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 120 Lerneinheiten inklusive der Lizenzprüfung. Überfachliche Inhalte können nach Absprache mit bzw. von den jeweiligen Landessportbünden angeboten werden. Ausgewählte Inhaltsteile der Trainer/innen-C-Ausbildung können im Umfang von 30 bis 40 LE als Trainerassistent/innen-Lehrgang bzw. als Schulsportmentorenlehrgang durchgeführt und für eine spätere Lizenzausbildung auf der ersten Stufe innerhalb von zwei Jahren anerkannt werden.

Inhaber/innen einer gültigen Trainer/innen-C/-B-Lizenz Breitensport können zur Trainer/innen-C-Lizenzprüfung Leistungssport nach Absolvierung einer 30 LE umfassenden Sonderausbildung zugelassen werden.

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 oder Kolloquium über die relevanten Lehrgangsinhalte
- Schriftlichen Vorbereitung eines Unterrichtsentwurfs
- Praktischen Durchführung einer Lehrprobe
- Praktische Demonstration von Wettkampftechniken im Duo-System und Fighting

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von wett-kampforientiertem Ju-Jutsu Training. Die schriftliche Klausur soll insgesamt zwei Zeitstunden nicht überschreiten und praxis-orientiertes Transferwissen fordern. Der schriftliche Unterrichtsentwurf 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 Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der durchführende Landesfachverband benennt. Ihr gehört mindestens der/die zuständige Landeslehrwart/in an. 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-C-Lizenz Leistungssport des DJJV durch den Landesfachverband 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
- Nachweis eines 16-stündigen Erste-Hilfe-Lehrganges (nicht älter als zwei Jahre)
- mindestens der 2. Kyu-Grad bei Abschluss der Prüfung

Die Trainer/innen-C-Lizenz Leistungssport ist im Gesamtbereich des Deutschen Ju-Jutsu 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-Jutsu Verband e.V. finden Sie unter: <https://www.djv.de/servicedownloads/aus-fortbildung/ausbildungskonzeption/>.

Copyright:



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