

Trainer/in A-Leistungssport im DJJV

(Umfang 90 LE)

Gültig in der Fassung vom 12.11.2020

1. HANDLUNGSFELDER

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-A Leistungssport umfasst die Gestaltung eines systematischen Leistungstrainings bis zur individuellen Höchstleistung auf der Ebene von Bundeskaderathlet/innen des Deutschen Ju-Jitsu Verbandes.

Schwerpunkte sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des Anschluss- bzw. Hochleistungstrainings.

Verbindliche Grundlagen hierfür sind der „DJJV Rahmentrainingsplan“ und die aktuellen mittelfristigen Planung der Bundes- bzw. Landeskader.

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-A Leistungssport schließt die Talentauswahl und Talentförderung in den Landesfachverbänden bzw. im Deutschen Ju-Jitsu Verband sowie die Lehrtätigkeit in der Aus- und Fortbildung von Trainer/innen-C/-B Breiten- und Leistungssport ein.

Die Trainer/innen-A-Ausbildung Leistungssport beinhaltet die beiden Disziplinen Fighting und Duo-System.

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:

- Ausbau und Entwicklung der Leistungsmotivation der Sportler/innen für eine langfristige Sportkarriere bis hin zum Hochleistungsbereich
- Bildung und Führung von Leistungssportteams (Kader)
- Kenntnisse über die Wechselwirkungen von Sozialfaktoren (Elternhaus, Schule/ Ausbildung/ Beruf, Sozialstatus, Verein), leistungssportlichem Engagement, Sportmanagement und Sportsponsoring sowie deren persönlichkeitsfördernde Beeinflussung
- Kenntnisse über die Bedeutung von Ju-Jitsu für die Gesundheit sowie die Risikofaktoren im sportartspezifischen (Hoch-)Leistungssport und deren Entgegenwirken in der Sportpraxis
- Kennen und berücksichtigen von sozial- und entwicklungspsychologischen sowie pädagogischen Besonderheiten während des Übergangs vom Jugend- in das Erwachsenenalter
- Kooperation mit anderen Trainern, Wissenschaftlern, Sportmedizinern, Funktionären sowie weiteren Spezialisten und deren Einbindung in den Prozess der Leistungsentwicklung
- Lehrtätigkeit in der Aus- und Fortbildung von Trainer/innen innerhalb des Deutschen Ju-Jitsu Verbandes
- Bewusstmachen der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen
- Kennen und beachten des DOSB-Ehrenkodex für Trainer/innen
- Selbstständige Planung und Organisation der eigenen Aus-, Fort- und Weiterbildung

Fachkompetenz:

- Umfassende Kenntnisse der Struktur, Funktion und Bedeutung des Ju-Jitsu als Leistungssport und deren Umsetzung im Prozess der Trainings- und Wettkampfoptimierung im Hochleistungsbereich
- Umsetzung der DJJV-Rahmentrainingskonzeptionen für das Anschluss- und Hochleistungstraining
- Systematisches Planen und organisieren sowie individuelles Variieren, auswerten und steuern des (hoch-) leistungsorientierten Trainings und von Wettkämpfen
- Kenntnisse über praktikable und aktuelle Formen der Leistungsdiagnostik sowie deren Integration in die Trainingssteuerung

- Konzeptionelle Mitarbeit an den Rahmentrainingsplänen der Spitzen- und Landesfachverbände
- Umfassende Kenntnisse über aktuelle nationale und internationale Entwicklungen innerhalb der Ju-Jutsu Disziplinen
- Kenntnisse der Fördersysteme im Spitzensport und deren Nutzbarmachung für seine Sportler/innen
- Schaffen eines individuell attraktiven und motivierenden Spitzensportangebotes
- Erziehung zum mündigen Athleten

Methoden- und Vermittlungskompetenz:

- Umfassende Kenntnisse aller wesentlichen Trainingsinhalte, -methoden und -mittel der Wettkampfdisziplinen im Ju-Jutsu innerhalb des langfristigen Leistungsaufbaus
- zielgerichteter und systematischer Einsatz sowie individuelle Variation der Trainingsinhalte, -methoden und -mittel
- Erstellung von Individual- und Gruppentrainingsplänen auf Grundlage der Rahmentrainingsplänen der Nationalmannschaft des DJJV
- Lehr- und Lernverständnis, das den Athlet/innen genügend Zeit zur Informationsverarbeitung
- lässt und sie in den Prozess der Leistungsoptimierung mitverantwortlich einbezieht

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.5.3 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

I. Sportpolitik / Organisation: 2 LE

- 1.1 Leistungssportförderung auf Bundesebene (2 LE) *

Der nachfolgende Themenabschnitt II ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.5.3 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

II. Sportpädagogik / Sportpsychologie: 14 LE

- 2.1 Teammanagement: Führungsverhalten und -methoden (4 LE) *
- 2.2 Konfliktmanagement (5 LE) *
- 2.3 Mentales Training (5 LE) *

Die nachfolgenden Themenabschnitte III. bis V. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.5.3 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

III. Sportbiologie: 4 LE

- 3.1 Physiologische Parameter der Leistungssteuerung (2 LE) *
- 3.2 Funktionell-anatomische Bewegungsanalyse (2 LE)

IV. Allgemeine Trainingslehre: 32 LE

- 4.1 Konditionelle Fähigkeiten im Leistungstraining (10 LE) *
- 4.2 Koordinative Fähigkeiten im Leistungstraining (4 LE) *
- 4.3 Videoanalyse: Taktik & Technik (6 LE)
- 4.4 Allgemeine und sportartspezifische Leistungsdiagnostik (4 LE)
- 4.5 Periodisierung und Trainingsplanung (8 LE) *
- 4.6 Wettkampflehre (2 LE)

V. Leistungssport im Ju-Jitsu: 32 LE

- 5.1 Methodik im Hochleistungstraining Fighting (6 LE)
- 5.2 Methodik im Hochleistungstraining Duo-System (4 LE)
- 5.3 Methodik im Hochleistungstraining Ne-Waza (4 LE)
- 5.4 Erstellung von Rahmentrainingsplänen (4 LE)
- 5.5 Strategie und Taktik im Hochleistungssport (6 LE)
- 5.6 Talentförderung (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 oben abgewichen werden.

Die mit einem Sternchen gekennzeichneten Themen können auch ganz oder teilweise durch sportwissenschaftliche Einrichtungen angeboten werden. Grundsätzlich wird eine größtmögliche Verknüpfung der Theorie- und Praxis-Inhalte angestrebt.

Mindestens zwölf Lerneinheiten sind zusätzlich beim Training der Landes- bzw. Bundeskader zu hospitieren.

4. AUSBILDUNGSORDNUNG

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

- Besitz einer gültigen Trainer/innen-B-Lizenz
- Nachweis einer mindestens einjährigen Trainer/innen-B-Tätigkeit im Verein oder Verband
- Vollendung des 21. Lebensjahres
- mindestens der 1. Dan-Grad
- Schriftliche Befürwortung des Vereins und Landesverbandes

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 90 Lerneinheiten inklusive der Lizenzprüfung und zuzüglich der Hospitation. Überfachliche Inhalte können nach Absprache mit bzw. von dem Deutschen Olympischen Sportbund bzw. sportwissenschaftlichen Instituten angeboten werden.

5. HOSPITATION

Um die Ausbildung mit der Trainingsrealität zu verbinden, wird zur Erlangung der Trainer/innen-A-Lizenz Leistungssport eine Hospitation von mindestens sechs Trainingseinheiten (ca. 12 LE) im Landes- oder Bundeskadertraining vorgeschrieben. Der Beginn der Hospitation sollte nicht vor der ersten Ausbildungshälfte (45 LE) liegen. Über die hospitierten Trainingseinheiten erstellt der/die Kandidat/in einen Bericht, der von dem/ der Landes-/Bundestrainer/in abzuzeichnen ist und dem/der Direktor Aus- und Fortbildung vorgelegt wird.

6. 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 Lernerfolgskontrolle besteht aus der

- schriftlichen Klausur über die relevanten Lehrgangsinhalte
- schriftliche Dokumentation der Trainingssteuerung eines Probanden über sechs Monate
- Präsentation der Arbeit (ca. 20 min)
- mündlichen Besprechung des Hospitationsberichtes
- einer praktischen Demonstrationsprüfung von Fighting und Duo Techniken

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von Ju-Jitsu Training im Hochleistungssport, also dem Anschluss- und Hochleistungstraining.

Die schriftliche Klausur soll insgesamt zwei Zeitstunden nicht überschreiten und praxisorientiertes Transferwissen sowie spezielle trainingswissenschaftliche Kenntnisse fordern. Die schriftliche Dokumentation und die Präsentation sind von zwei Prüfern und einem Paten der Ausbildungsgruppe zu begutachten. Die Paten unterstützen sich über die gesamte Dauer der Ausbildung.

Die mündliche Besprechung des Hospitationsberichtes bezieht sich auf die Auswertung der hospitierten Trainingseinheiten und erstreckt sich auf 15 bis 20 Minuten. Die eventuelle mündliche Ergänzungsprüfung hat eine maximale Dauer von 30 Minuten. Die einzelnen Prüfungsteile sollten jeweils im Anschluss an die entsprechenden Ausbildungsblöcke durchgeführt werden.

Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die vom DJJV benannt wird. Ihr gehört mindestens der/die zuständige Ausbilder sowie ein/e weitere/r Referent/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.

7. LIZENZIERUNG

Zur Ausstellung der Trainer/innen-A-Lizenz Leistungssport des DJJV müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- Nachweis der Hospitation
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 21. Lebensjahres
- mindestens der 1. Dan-Grad

Die Trainer/innen-A-Lizenz ist im Gesamtbereich des Deutschen Ju-Jutsu Verbandes stilartübergreifend zwei Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des zweiten 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