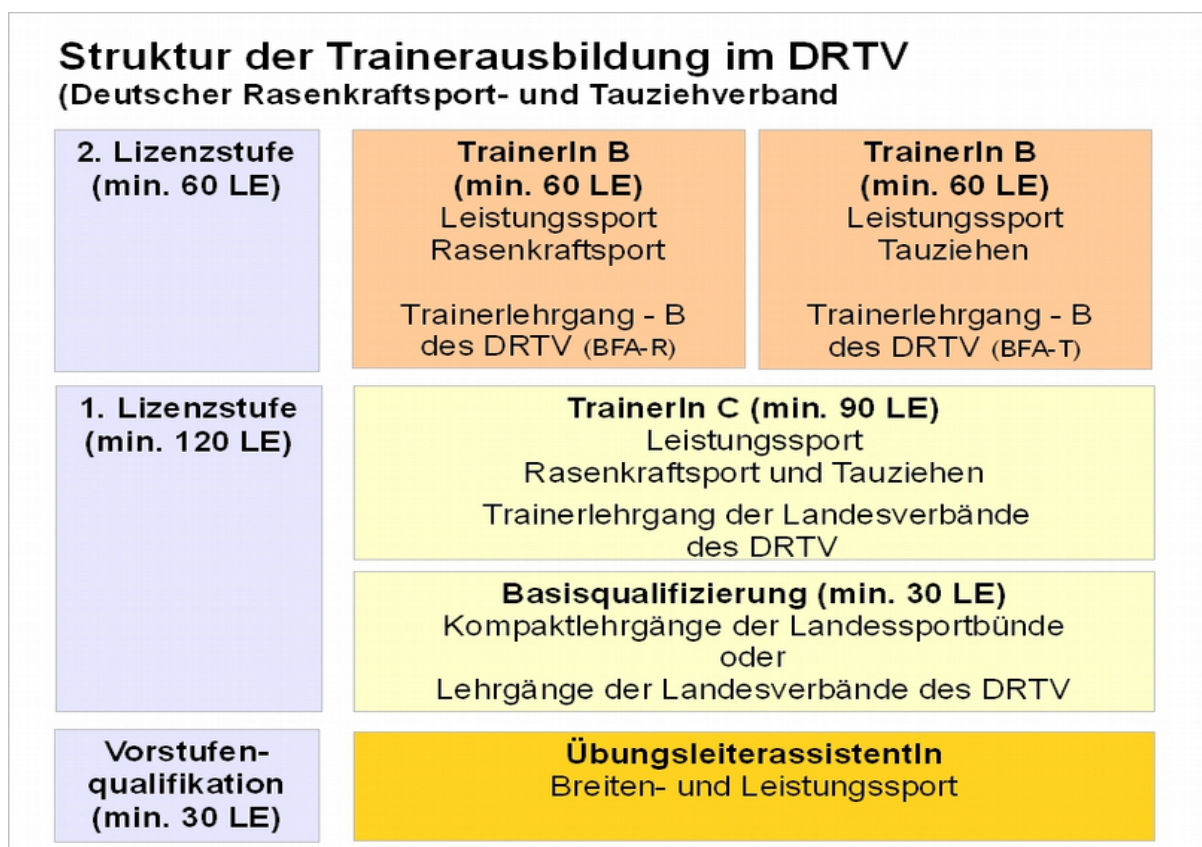




Ausbildung zum C-Trainer Leistungssport

Rasenkraftsport

1. Struktur der Trainerausbildung im DRTV



2. Voraussetzungen

- Mitglied in einem Rasenkraftsport- oder Tauziehverein des DRTV e.V.
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- Erste-Hilfe-Kurs
- **Termingerechte Anmeldung durch einen Verein des DRTV e.V.**

3. Ausbildungsablauf

Teil I: sportartübergreifende Basisqualifizierung (30 LE)

Die Basisqualifikation dient als Einstiegsmodul für eine weitere Lizenzausbildung. Basisqualifikationen anderer Sportverbände bzw. Kompakt-Lehrgänge der Landessportbünde werden anerkannt (sofern sie min. 30 LE umfassen). Es werden sportartübergreifende Inhalte wie z.B. Sportorganisation, Rechtsfragen, Sportbiologie, Funktionsgymnastik und Vermittlungstechniken vermittelt

Die Landesverbände des DRTV e.V. bieten für den Teil 1 keinen Lehrgang an. Es müssen die Lehrgänge der jeweiligen Landessportbünde besucht werden.

Teil II: Fachspezifische Aufbaustufe – Modul 1-3 (90 LE)

Ausbildungskonzept des DRTV e.V.

Personen- und gruppenbezogene Inhalte

- grundlegende Inhalte, Methoden und Organisationsformen für den Umgang mit Kinder-, Jugend- und Erwachsenengruppen
- zielgruppenorientierte Planung und Gestaltung von Trainingseinheiten auf der unteren Ebene des Leistungssports mittels didaktischem Raster
- Belastung, Entwicklung und Trainierbarkeit exemplarisch an einer Altersstufe
- Grundlagen der Kommunikation und bewährte Verfahren des Umgangs mit Konflikten
- Gender Mainstreaming
- Grundlagen der Sportpädagogik: Leiten, Führen, Betreuen und Motivieren in der Sportpraxis

Vereins- und verbandsbezogene Inhalte

- Aufgaben des Sports und deren Bedeutung für den Vereinssport
- Basiswissen zu den Aufgaben von Trainerinnen und Trainern speziell in Nachwuchssportgruppen (Sexueller Missbrauch...)
- Verhaltensweisen im Zusammenhang mit Aufsichts-, Haft- und Sorgfaltspflicht, vereinsrechtliche Grundlagen
- Verbandsstrukturen im jeweiligen Landesverband und im DRTV e.V.
- Antidopingrichtlinien
- Ehrenkodex

Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte

- allgemeine und spezielle Trainingsinhalte und -methoden für die Grundausbildung der Disziplinen des Rasenkraftsports (Hammer, Gewicht, Stein) sowie des Tauziehens
- Regeln und Wettkampfordnung laut WKO - Wettkampfordnung des BFA-R/T
- Grundkenntnisse der Sportbiologie: Wie funktioniert der Körper?
- Grundkenntnisse der Biomechanik
- Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport (gesundes Sporttreiben...)

| | |
|---|--------------|
| Modul 1 | 20 UE |
| Vereins- und Verbandsbezogene Inhalte Personen- und gruppenbezogene Inhalte | |
| Lehrgang Nord/Lehrgang Süd | |
| Begrüßung/Eröffnung/Kennenlernen | 1 UE |
| pädagogische + soziale Kompetenzen für Trainer | 3 UE |
| Grundlagen der Sportpädagogik, lehren und lernen (Kompetenzen) | 2 UE |
| zielgruppenorientiertes Training (Entwicklungsstufen, vom Kind zum Erwachsenen alters- + leistungsgerechtes Training - | 2 UE |
| Organisation des Trainings (Planung Trainingseinheit) | 3 UE |
| Trainingslehre Konditionelle Fähigkeiten: Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit Koordinative Fähigkeiten: Gleichgewicht- /Reaktion- / Kopplungs- / Differenzierungs-, Rhythmus-, Anpassungs- / Umstellungsfähigkeit | 3 UE |
| Belastung, Entwicklung und Trainierbarkeit exemplarisch an einer Altersstufe - sensiblen Phasen | 3 UE |
| Basiswissen zu den Aufgaben des Trainer´s - sex. Missbrauch, Gewalt, Prävention, Kinder stark machen | 2 UE |
| Lehrgangszusammenfassung FA 1 R/T und FA 2 R/T - Feedback, Klärungen, Fragen, Prüfung, Abschluss | 1 UE |
| Kampfrichterausbildung | |

| | |
|--|--------------|
| Modul 2 | 30 UE |
| Vereins- und Verbandsbezogene Inhalte Personen- und gruppenbezogene Inhalte | |
| Fern- /Selbststudium | |
| Verbandsstrukturen | |
| Aufgaben und Bedeutung Vereinssport | |
| vereinsrechtliche Grundlagen Haft und Sorgfaltspflicht | |
| Ehrenkodex für Trainer | |
| Gender Mainstreaming | |
| Kurzleitfaden Erste Hilfe für Übungsleiter | |
| Anti-Doping-Richtlinien / Umgang mit Drogen etc. | |
| Grundkenntnisse der Sportbiologie + Grundkenntnisse der Biomechanik | |

| | |
|--|-------|
| Modul 3A-Rasenkraftsport | 20 UE |
| Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte | |
| Lehrgang Nord/Süd (getrennt) (Fachbereich Rasenkraftsport) | |
| Eröffnung/Begrüßung | 1 UE |
| Krafttraining - Technik, Methodik, altersgerechter Aufbau, Sicherheitsmaßnahmen, Rechte, spezielles Aufwärmen | 8 UE |
| Spezielle Sportpraxis / Schwerpunkt Steinstoßen | 10 UE |
| Abschluss | 1 UE |

| | |
|---|-------|
| Modul 3B-Rasenkraftsport | 20 UE |
| Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte | |
| Lehrgang Nord/Süd gemeinsam (Fachbereich Rasenkraftsport) | |
| Eröffnung/Begrüßung | 1 UE |
| sportspezifische Kenntnisse und allgemeine und spezielle Trainingsinhalte- und methoden für die Grundausbildung des RKS (Hammer + Gewicht) - Theorie und Praxis | 14 UE |
| Prüfungen/ Lehrproben + mündliche Prüfung | 4 UE |
| Abschluss/Feedback | 1 UE |

Anerkannt werden folgende Qualifikationen und Lehrgänge:

| |
|---|
| Basisqualifikation |
| <ul style="list-style-type: none"> - Kompakt-Lehrgang des jeweiligen Landesverband - Trainer/in -C Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband) - Übungsleiter/in – C sportartübergreifender Breitensport - Trainer/in B Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband) - Übungsleiter/in – B sportartübergreifender Breitensport - Trainer/in A Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband) - Diplom Trainer/in - Universitätsstudium (Sportwissenschaft/Lehramt Sport/Didaktik Sport) |
| Modul 1/2 |
| <ul style="list-style-type: none"> - Trainer/in -C Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband) - Übungsleiter/in – C sportartübergreifender Breitensport - Trainer/in B Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband) - Übungsleiter/in – B sportartübergreifender Breitensport - Trainer/in A Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband) - Diplom Trainer/in - Universitätstudium (Sportwissenschaft/Lehramt Sport/Didaktik Sport) |
| Modul 3 (Rasenkraftsport) |
| <ul style="list-style-type: none"> - Trainer/in B Wurf (Leichtathletik) - Trainer/in A Wurf (Leichtathletik) |

4. Ausbildungsplanung

Ausbildungszeitraum 07.2018-07.2019

| Termine | Maßnahme | Ort | UE |
|------------------|-------------------------------------|------------|----|
| 26. - 28.10.18 | Modul 1 (Rasenkraftsport/Tauziehen) | Waiblingen | 20 |
| | + Modul 2 Fernstudium | - | 30 |
| März/April 2019* | Modul 3 A RKS (1 Wochenende) | n.n | 20 |
| März/April 2019* | Modul 3 B RKS (1 Wochenende) | n.n | 20 |

*Die fehlenden Termine werden bis September 2018 bekannt gegeben.

5. Kosten

Die C-Trainer Ausbildung incl. Ausstellung der Lizenz kostet 300,00 Euro (Übernachtungs- und Fahrtkosten müssen von den Teilnehmern selber getragen werden)

6. Lizenzausstellung

Die Anträge auf Ausstellung einer C-Trainer Leistungssport Rasenkraftsport- und Tauziehen Lizenz, müssen bei der DRTV-Lizenzstelle (Betina Gabler), Lüneburger Str. 13, 80809 München über das Formular (Antrag Trainer C-Lizenz) schriftlich beantragt werden. Alle erforderlichen Unterlagen müssen in Kopie beigefügt werden.

Ausbildungsträger: DRTV e.V.

in Kooperation mit den Landesverbänden:

Bayern, Württemberg, Südbaden, Nordbaden, Hessen, NRW, Niedersachsen, Rheinland Pfalz, Rheinhessen,

Organisation RKS-Nord: Stephanie Bewarder/Michael v. Berkum-Bewarder
Organisation RKS-Sued: Betina Gabler

Lizenzausstellung DRTV: Betina Gabler