

Trainer-C-Leistungssport-Blockausbildung – fachlicher Teil – 2020

Meldeschluss 06.09.2020

Zielgruppe Leistung (LE): Trainer C Basis, die aktiv im Verein sind und schießsportlich leistungsorientierte Lehr- und Übungsangebote anbieten wollen.

- Voraussetzungen:**
- Vollendung des 18. Lebensjahres
 - C-Basis-Breitensportlizenz
 - Mitgliedschaft in einem dem DSB angeschlossenen Verein
 - Eine abgeschlossene Schießsportleiterausbildung
 - Eine gültige Erste-Hilfe-Ausbildung (nicht älter als 2 Jahre)

28.-09. bis 03.10.2020

Lehrgangsorte: Sportforum Berlin Hohenschönhausen
Bau-Union Scheffelstr 20

Lehrgangsgebühr: Leistung 150,00€

Termin:	Themen:	LE:	Arbeitsformen:	Referenten
28.09. 9:00–17:00	Vorstellung, Einführung Ausbildungsprogramm, Datenübermittlung Referatsverteilung, Praktische Trainingsvorführung Aufgaben Praktische Übungen: Videoaufzeichnung von Schüssen möglichst aller LehrgangsteilnehmerInnen Potenzialentwicklung durch Trainer und konkrete Wege dahin	9	Vortrag, Gruppenarbeit, Übungen	Bürger
29.09. 9:00-17:00	Haftpflicht- u. Aufsichtspflicht Bewegungs- und Positionsphasenmodell Atmung Funktionelle Zusammenhänge Übungen Videoanalyse von Schüssen möglichst aller LehrgangsteilnehmerInnen Praktische Trainingsvorführung	9	Vortrag, Gruppenarbeit, Übungen	Bürger N/N
30.09. 9:00-17:00	Referate, Pädagogische Grundlagen Pädagogik (intrins.-extrins. Motivation, Zielsetzung Streitkultur Streitschlichtung Sportpsychologie im Sportschießen, (Leistung durch ment. Stärke) Sportpsychologie Mentales Training Sportgeräte und Ausrüstung Tuning	9	Gruppenarbeit, Praktische Übungen	Bürger N/N
01.10. 9:00-17:00	Referate Anatomische Grundlagen Wiederholung Funktionelle Zusammenhänge Ausdauer-, und Coretraining („T-Position, keine Banane“) Physische u. muskuläre Entwicklung Trainingslehre, Periodisierung, Pädagogik (intrins.- extrins. Motivation, Zielsetzung Zyklische Trainingsplanung Kaderstruktur Ernährung, Doping Videoanalyse von eigenen Schüssen Praktische Trainingsvorführung	9	Gruppenarbeit, Praktische Übungen, Diskussion	Bürger N/N

02.10. 9:00-17:00	Referate, Praktische Übung: Planung eines Trainingszyklus Methodik im Grundlagen- und Aufbautraining Trainingsgrundlagen und Trainingsschwerpunkte Potenzialentwicklung in Partnerarbeit, Training draußen (auch bei schlechten Witterungsbedingungen)	9	Gruppen- arbeit, Prakti- sche Übungen, Diskus- sion	Bürger N/N
03.10. 9:00-16:00	Wiederholungen, Prüfungsvorbereitung Klärung offener Fragen, Schriftliche und mündliche Prüfungen	5		Bürger N/N

CORONA-HYGIENE-MAßNAHMEN WERDEN BERÜCKSICHTIGT, ZUWIDERHANDLUNG FÜHRT ZUM AUSSCHLUSS VOM LEHRGANG. KOSTEN WERDEN NICHT ERSTATTET.

- Pflicht zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung innerhalb des Gebäudes, Ausnahme Sitzplatz im Lehrraum, danach Mindestabstand (Selbstversorgung mit Mund-Nasenbedeckungen)
- Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5 Metern auch bei Gruppenarbeit
- Regelmäßiges und gründliches Händewaschen mit Seife für eine Dauer von 20 bis 30 Sekunden; Sachgerechtes Desinfizieren der Hände/ Sportmateriellen
- Regelmäßiges und richtiges Durchlüften mindestens einmal in jeder Unterrichtsstunde sowie in jeder Pause durch vollständig geöffnete Fenster und eine Luftabzugsmöglichkeit (z.B. offene Tür) über mehrere Minuten
- Einzelnutzung und angemessene hygienische Ausstattung der Toiletten
- Sportspezifische Übungen finden bevorzugt im Freien statt (zwei Schießplätze)
- Analyse der Positionierung der Schützen und der Bewegungsabläufe des Schusses, Korrekturen und Verbesserungen werden durch Einsatz von Videomaterial kontaktfrei und unter Einhaltung der Abstandsregeln vermittelt
- Selbstversorgung mit Getränken

Es gelten die Teilnahmebedingungen des Deutschen Schützenbundes (<http://vhsdb.de/kursbuchungDsb/bedingung.html>), Stichpunkte:

- Anmeldung kostenpflichtig, Widerruf der Vertragserklärung innerhalb von 10 Tagen
- Rücktritt kann von der/dem Teilnehmer/in nur schriftlich bis 1 Woche vor Lehrgangsbeginn erfolgen, anderenfalls müssen 50 % der Lehrgangsgebühren entrichtet werden.
- Ansprüche bei Verletzungen oder aus dem Produkthaftungsgesetz nur für Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit

Die Anerkennung dieser Ausbildung als Bildungsurlaub ist beantragt.

gez. Heinrich Börger