

Anlage Fallschirmsport

Trainerin / Trainer - A Leistungssport (90 LE)

Präambel

Voraussetzung: Qualifikation Trainerin / Trainer - B „Leistungssport“, Teilnahme an Deutschen Meisterschaften und Oualifikationswettbewerben (ggf. Anzahl der Wettbewerbe) und die C-Trainerausbildung.

Anerkennung von Vorbildungen: Absolventen der Sporthochschulen und des Sportstudiums, können individuell Teile erlassen werden oder als Eigenarbeit aufgetragen werden.

Handlungsfelder

Die Tätigkeit der Trainerin/des Trainers A Leistungssport umfasst die Gestaltung von systematischen, leistungsorientierten Trainingsprozessen im Segelflugsport bis hin zur individuellen Höchstleistung. Schwerpunkte sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des Anschluss- bzw. Hochleistungstrainings. Verbindliche Grundlage hierfür sind die Rahmenkonzeptionen (Strukturpläne, Rahmentrainingspläne) des DAeC.

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

Die Trainerin/der Trainer:

- versteht es, die Motivation der Sportlerinnen und Sportler bis hin zum Hochleistungsbereich weiterzuentwickeln, auszubauen und zu fördern
- kennt die Wechselwirkungen von Sozialfaktoren (Elternhaus, Schule / Ausbildung Beruf, Sozialstatus, Verein) leistungssportlicher Ausbildung, Sportmanagement und Sportsponsoring und kann sie in ihrer Komplexität erfassen und Persönlichkeitsfördernd ausgestalten
- kennt und beachtet die sozial- und entwicklungspsychologischen sowie pädagogischen Besonderheiten des Übergangs vom Jugend- in das Erwachsenenalter
- kann mit anderen Trainern, Wissenschaftlern, Fliegerärzten, Sportmediziner, Funktionären und weiteren Spezialisten (DWD, Herstellern von Segelflugzeugen und Bordcomputern, Hochschulen, Bundeswehr..) kooperieren und diese in den Prozess der Leistungsentwicklung effektiv einbinden
- leistet Beiträge für die Lehrarbeit innerhalb des Spitzenverbandes
- ist sich der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung der Aktiven bewusst und handelt entsprechend den bildungspolitischen Zielen des DAeC
- kennt und beachtet den Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer
- kann ihre/seine eigene Aus-, Fort- und Weiterbildung selbstständig planen und organisieren

Fachkompetenz

Die Trainerin/der Trainer:

- hat Struktur, Funktion und Bedeutung des Fallschirmsportes als Leistungssport verinnerlicht und setzt sie im Prozess der Trainings- und Wettkampfoptimierung im Hochleistungsbereich um
 - Aufgaben und Strukturen der Internationalen Luftsportföderation (FAI)
- kann das Anschluss- und Hochleistungstraining auf der Basis der Struktur- und Rahmentrainingspläne der Spitzenverbände realisieren
- kann Training und Wettkampf systematisch planen, organisieren, individuell variieren, auswerten und steuern und auf das Wetter einstellen
- kennt praktikable und aktuelle Formen der Leistungsdiagnostik und kann sie in die Trainingssteuerung integrieren
- kennt die Fördersysteme im Spitzensport und kann sie für ihre/seine Sportlerinnen und Sportler nutzen
- kann zu den Rahmentrainingsplänen der Spitzen- und Landesverbände konzeptionelle Beiträge leisten
- verfolgt die nationalen und internationalen Entwicklungen der Sportart und gestaltet sie mit
- schafft ein individuell attraktives und motivierendes Spitzensportangebot

Berücksichtigung didaktisch/methodischer Grundsätze auf der Ebene der Konzeption

Die Trainerin/der Trainer:

- kennt alle wesentlichen Trainingsinhalte, -methoden und -mittel der Sportart bzw. Disziplin innerhalb des langfristigen Leistungsaufbaus
- kann Trainingsinhalte, -methoden und -mittel zielgerichtet und systematisch einsetzen sowie individuell variieren
- hat ein Lehr- und Lernverständnis, das den Athletinnen und Athleten genügend Zeit zur Informationsverarbeitung lässt und sie in den Prozess der Leistungsoptimierung mitverantwortlich einbezieht

Aspekte für die Erarbeitung von Ausbildungsinhalten

Die weitere inhaltliche (fallschirmsprungspezifische) Gestaltung des Ausbildungsgangs orientiert sich an folgenden Aspekten:

Personen- und gruppenbezogene Inhalte

- ausgewählte Inhalte, Methoden und Organisationsformen für den Umgang speziell mit Topsportlern bzw. Spitzenteams
- Planung und Gestaltung von Trainingseinheiten mit Hochleistungssportlerinnen und -sportlern sowie Spitzenteams
- Überblick über langfristigen Leistungsaufbau und die Etappen dorthin inkl. kurz-, mittel- und langfristiger Trainingsplanung

- leiten, führen, betreuen und motivieren im Hochleistungssport
- Verantwortung von Trainerinnen und Trainern für die individuelle Persönlichkeitsentwicklung der Spitzenathleten im und durch Sport

Sportpraxisbezogene Inhalte

- allgemeine und spezielle Trainingsinhalte und -methoden für das Anschluss- bzw. Hochleistungstraining im Spitzensport auf der Basis der Rahmenkonzeptionen des DAeC
- sportartspezifische Beispiele für die Notwendigkeit der Individualisierung des Technikleitbildes im Hochleistungsbereich
- Sportart- und disziplinspezifische Leistungs- und Trainingsstrukturen im Anschluss- bzw. Hochleistungstraining, Bedeutung für die langfristige Leistungsoptimierung
- aktuelle Regeln (DM's, EM, WM, WC) und Wettkampfsysteme im Fallschirmsport
- erweiterte Sportbiologie: Belastungsgestaltung im Hochleistungsbereich
- individuelle Trainingssteuerung

Kooperationsmodell

- Regelung von Inhalt und Form der Zusammenarbeit auf der Landesebene.
- Festschreibung der Zuständigkeit auf der Landesebene.
- Verbesserung der Transparenz und der Koordinationsmöglichkeiten auf der Landesebene.
- Erhöhung der Effizienz der Lehrgangsdurchführung für alle Beteiligten.
- Verfahren für die Abstimmung zwischen den beteiligten LSB und der jeweiligen Landesfachverbände im Auftrag der Spitzenverbände, der Verbände mit besonderer Aufgabenstellung, der Sportjugend, der Bildungswerke, ggf. der anderen Ausbildungsträger auf regionaler Ebene.

Ausbildungsordnung

A. Grundlagenausbildung Trainerin/Trainer A 32 LE

A.1 Allgemeine Grundlagen 2 LE

- Aufgaben und Ziele des Deutschen Aero Clubs im Sport/Leistungssportbereich 1 LE
- Aufgaben und Strukturen der Internationalen Luftsportföderation (FAI) 1 LE

A.2 Organisation und Leistungsförderung 6 LE

- Aufgaben und Anforderungsprofil Trainer A 2 LE
- Management von Spitzenleistungen einschließlich Sponsoring 2 LE
-Umgang mit Medien, Marketing, PR Arbeit
- Förderung des Spitzensportes im DOSB, DAeC 2 LE
-Schulungsmaßnahmen, Lehrgänge

A.3 Trainingswissenschaftlicher, trainingsmethodischer Bereich **6 LE**

- Grundfragen und Entwicklungsstand der Leistungsstruktur
- Grundlagen der Leistungen im Luftsport 1 LE
- Planung, Organisation und Auswertung des Trainingsprozesses
- Langfristiger Leistungsaufbau 1 LE
 - Trainingsstruktur und mittelfristiger Trainingsaufbau 1 LE
- allgemeine Gliederung
- Analyse, Planung und Steuerung des Trainings 1 LE
 - Analyse der internationalen Wettkampfhöhepunkte 1 LE
 - Entwicklungsmethodik und Optimierung der allgemeinen konditionellen Fähigkeiten im Luftsport/Spitzensport 1 LE

A.4 Bewegungswissenschaftlicher, biomechanischer Bereich **3 LE**

- Motorisches Lernen, Bewegungsverhalten
- Neurologische Grundlagen der Bewegungstechnik 1 LE
-sensomotorischer Lernprozess
 - Biomechanische Aspekte zur Bewegungskontrolle 1 LE
-Ansteuerbarkeit von biomechanischen Einflußgrößen
-Fehleranalysen, Fehlerkorrektur
- Bewegungswissenschaftliche / biomechanische Leistungsdiagnostik
- Erfassung und Analyse wesentlicher Leistungsmerkmale von Bewegungstechniken im Spitzenbereich 1 LE

A.5 Sportbiologischer, sportmedizinischer Bereich **7 LE**

- Sportmedizinische Leistungsdiagnostik
- Grundlagen der motorischen Leistung 3 LE
-Mechanismen aktiver Bewegung, Bewegungsapparat
-Energilieferungsprozesse, Stoffwechsel, Herz-Kreislauf-System
-Leistungsfähigkeit und Ernährung
 - Sportmedizinische Tests und Kontrollen als Beitrag zur Leistungsdiagnostik 1 LE
- Sportmedizinische Betreuung im Spitzensport
- Physiotherapeutische, prophylaktische und rehabilitative Maßnahmen 2 LE
-Maßnahmen bei Sportverletzungen
-Zusammemarbeit mit Arzt, Physiotherapeut
 - Gefahren und Folgen von Alkohol und Drogen 1 LE

A.6 Sportpsychologischer, sportpädagogischer Bereich **8 LE**

- Handlungskontrollen im Spitzen- und Leistungsbereich
- Motivationstraining 3 LE
-Methoden zur Selbst- und Fremdbeeinflussung
 - Psychoregulationstraining 3 LE
-Belastung, Beanspruchung, Bewältigung
-Methoden zur Bewältigung von Beanspruchung/Streß
- Psychologische Betreuung im Spitzen- und Leistungsbereich
- Führung von Spitzensportlern/-mannschaften 1 LE
- Einfluss auf Gruppenprofil, Zustandsregulierung
 - Coaching 1 LE

B. Sportartspezifische Ausbildung Trainer A **53 LE**

B.1 Organisation / Regelwerke **6 LE**

- Fallschirmsportkommission / DFV-Gliederungen 1 LE
- Organisation des Sport- und Wettkampfbetriebes 1 LE
- Klasseneinteilung im Fallschirmsport 1 LE
- Regelwerke (international) 3 LE

B.2 Trainingswissenschaftlicher, trainingsmethodischer Bereich **19 LE**

- Grundfragen und Entwicklungsstand der Leistungsstruktur
- Grundlagen der Leistungen im Fallschirmsport / Wettkampfbereich 3 LE
-Anforderungsprofil
- Planung, Organisation und Auswertung des Trainingsprozesses
- Langfristiger Leistungsaufbau 5 LE
-Gliederung, Ziele, Teilziele und Anforderungen in den Stufen des Leistungsaufbaus(Richtwerte/Normen)
-Anforderungs- und Belastungsentwicklung vom Grundlagen- bis zum Spitzentraining
-Phasen der Spezialisierung auf die Wettkampfklassen im Segelflug unter Berücksichtigung der Ontogenese
 - Trainingsstruktur und mittelfristiger Trainingsaufbau 2 LE
- Abstimmung und Akzentuierung von Leistungsfaktoren im Trainingsjahr, Belastungsstruktur
 - Anforderungen / Probleme der unmittelbaren Wettkampfvorbereitung 2 LE
 - Analyse, Planung und Steuerung des Trainings 3 LE
-Rahmentrainingsplanung
-Individuelle Trainingsplanung

<ul style="list-style-type: none"> • Analyse der internationalen Wettkampfhöhepunkte und Entwicklungstendenzen 	2 LE	
<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung und Optimierung der allgemeinen • Konditionellen Fähigkeiten 	2 LE	
B.3 Sportpsychologischer Bereich		3 LE
Psychomotorische Leistungsfähigkeit		
<ul style="list-style-type: none"> • Psychomotorisches Training im Fallschirmsport 	1 LE	
<ul style="list-style-type: none"> -Mentales Training, ideomotorisches Training 		
<ul style="list-style-type: none"> • Kognitives Funktionstraining 	2 LE	
<ul style="list-style-type: none"> -Aufmerksamkeit, Konzentration 		
B.4 Sportgerätetechnischer Bereich		6 LE
<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklungsstand und Tendenzen 	1 LE	
<ul style="list-style-type: none"> • Optimierung der disziplinspezifischen Fallschirmsprung 		
<ul style="list-style-type: none"> -Ausrüstung zur Realisierung von Höchstleistungen 	2 LE	
* Der Windtunnel als Trainingssimulationsgerät	3 LE	
B.5 Umweltbedingte Faktoren		2 LE
<ul style="list-style-type: none"> • Analyse der Wettkampfgebiete 		
<ul style="list-style-type: none"> Meteorologische Faktoren 	1 LE	
<ul style="list-style-type: none"> • Einfluss der umweltbedingten Faktoren auf die 		
<ul style="list-style-type: none"> Wettkampfgestaltung / Taktik 	1 LE	
B.6 Fallschirmsprung - Praxis / Lehrübungen		17 LE
Trainingsmethodik		
* Synergetische Aspekte der komplexen motorischen Leistung	2 LE	
<ul style="list-style-type: none"> • springerische Leistung in ihrer Komplexität 	3 LE	
<ul style="list-style-type: none"> -Bewertung der Technik- und Taktikleistung im Spitzenbereich -Einsatz von Kontrollsystemen, neuen Medien 		
<ul style="list-style-type: none"> • Talentsichtung, Talentauswahl 	1 LE	
Lehrübungen und Reflexion der Trainingsgestaltung im fliegerischen Bereich		
<ul style="list-style-type: none"> • Lehrübungen zur Optimierung von fallschirmsportlichen Fähigkeiten im Spitzenbereich 	2 LE	
* Umsetzung von Trainingsplanung in praktische Trainingsarbeit		
* Lehrübungen und Reflexion der Trainingsgestaltung in den Fallschirmsportdisziplinen für die Bereiche		
Technik-Training	2 LE	
Individuelle Bewegungstechnik	1 LE	
Taktiktraining	2 LE	
Psychomotorisches Training	1 LE	

Tunneltraining	2 LE
-Wettkampfspezifische Trainingsmethoden	1 LE

Vereins- und DAeC bezogenen Inhalte

- Aufgaben des Sports und der Sportorganisationen und deren Bedeutung für den Leistungssport
- Förderkonzeptionen von Landessportbünden und Landesfachverbänden im Leistungssport
- Ordnungen und Gesetze, die für die Planung, den Aufbau und die Organisation von Leistungssportgruppen von Bedeutung sind
- Verhaltensweisen im Zusammenhang mit Aufsichts-, Haft- und Sorgfaltspflicht, Versicherungsfragen im speziellen Tätigkeitsfeld Ordnungen und Gesetze, die für die Planung, den Aufbau und die Organisation von Breitensportgruppen, Kursen und Arbeitsgemeinschaften von Bedeutung sind
- Antidopingrichtlinien
- Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer

Prüfungs- und Lizenzordnung

Prüfordnung Trainer A

In Ergänzung zum Mantelteil Rahmenrichtlinien des DAeC:

- Ausbildungsbegleitender Prüfungsteil als Zulassungsvoraussetzung zur Hauptprüfung
- Schriftliche Hausarbeit mit Themenstellung
- Klausur zu einem gewählten Schwerpunktthema bis zu 4 UE
- Mündliche Prüfung ca. 30 Minuten

Qualifikation der Lehrkräfte

Die Ausbildungsträger berufen Lehrkräfte und bieten ihnen regelmäßig Weiterbildungsmaßnahmen an.

Qualitätsmanagement

Siehe Mantelteil Rahmenrichtlinien des DAeC.

Qualitätsbeauftragter gem. Kapitel VI. / Abschnitt 1.2. „Qualitätsstandards für die Umsetzung“

Name: N.N.
Vorname:
Anschrift: Hermann Blenk Str. 28, 38108 Braunschweig
Tel.:0531-23540-57
E-Mail:

Ansprechpartner/in: Für Rücksprachen stehen zur Verfügung:

Name: Lindner
Vorname: Henrik
Sportorganisation: DFV
Anschrift: Auerbergstr. 9a, 86956 Schöngau
Tel.: 08861-9300365
EMail: henrik_lindner@hotmail.com

Nanme: Kunke
Vorname: Torsten
Sportorganisation: DFV
Anschrift: Klammspitzstr. 37
86956 Schongau
Tel.: 08861-9300357
EMail: kuno256@hotmail.com