

Deutscher Boxsport- Verband e.V.

## Box- Verband Sachsen e.V.- Kommission Aus- und Fortbildung

Tel. 0371 521 36 17 / 590 53 79, Fax: 590 53 78, Funk: 0172 9464 776, geschaeftsstelle@boxverband-sachsen.de

### Ausbildungsmodul: Trainerlizenzausbildung Stufe 1 - TR C Leistungssport

- Anreise: Sonnabend, 06.01.2018, bis 08:45 Uhr, Sportforum Chemnitz, Geschäftsstelle-Beratungsraum  
Olympiastützpunkt- OSP Chemnitz / Dresden gegenüber Sportschulen-Internat
- Orte: Gst des OSP und Kampfsportthalle im Sportforum - Zufahrt über Südring oder Reichenhainer Str. 154
- Material: aktuelle WB, Schreibutensilien, Trainingsbekleidung, zugel. Boxhandschuhe, Bandagen
- Allgemein: Krankenkassenchipkarte, Nachweis 1. Hilfe, Nachweis Medizin. Tauglichkeit, polizeiliches Führungszeugnis, Nachweis Mitgliedschaft im DBV/LV durch Verein - sonstige Teilnehmer anderer Organisationen müssen im DOSB / LSB eine Mitgliedschaft besitzen und zahlen eine erhöhte Lizenz- und Teilnehmergebühr  
Zertifikat 32 LE sportartübergr. Grundausbildung vom KSB/SSB/LSB oder DOSB ÜL- Lizenz
- Gebühren: Lizenzgebühr 250 € + Lehrgangsgebühren 200 €, ÜN- Bereitstellung auf Anfrage - Selbstzahler  
Es ist Barzahlung vereinbart! Eine Vorauszahlung auf das BV Sachsen Verbandskonto ist möglich.
- ÜN: Bereitstellung auf Anfrage im Vorfeld - Selbstzahler

Tag	Zeit	Themenkomplexe	LE - Dozent
<b>1. Teil</b>			
<b>06.01.</b>	09:00 - 11:15	Biologisch-physiologische Grundlagen des sportlichen Trainings	3 - DM Winkler
	11:30 - 12:15	Grundtechniken- Boxgrundstellung	1-P - Leib
	<b>Mittagspause - WH KB</b>		
	13:30 - 15:00	Praxis zur Entw. allg.+ spez. Koordination / Dehnung-Flexibilität	2 - Baar
	15:15 - 16:45	Trainingswissenschaften: Kondition, Koordination-Beweglichkeit	2 - P - Baar
	17:00 - 18:30	Langfristiger Leistungsaufbau	2 - Benirschke
<b>07.01.</b>	09:00 - 10:30	Wettkampfbestimmungen des DBV + TWK in Sachsen	2 - Sureck
	10:45 - 12:15	Boxsportspezifik - Verteidigungen	2 - Leib
	<b>Mittag im WH KB</b>		
	13:30 - 14:15	Individuelles Training: Tatzeneinsatz in der Ausbildung	1-P Leib
	14:30 - 16:00	Techniken der Sportart: Grundschläge	2 - P -Schulz
<b>2. Teil</b>			
		Heimarbeit: Ausarbeitung einer TE + Praxisübungen im Verein	4- Selbststudium
		Heimarbeit: Erstellung Operativplanung und Erarbeitung WB	4- Selbststudium
<b>3. Teil</b>			
<b>20.01.</b>	09:00 - 11:15	Antidoping und Sexualisierte Gewalt im deutschen Sport	3 - M. Doerbecker
	11:30 - 12:15	Regionalkonzeption, Kaderpyramide, Stützpunktsysteme	1 - Leib
	<b>Mittag im WH KB</b>		
	12:30 - 13:15	Lernerfolgskontrolle - WB des DBV Test	1 - Baar
	13:30 - 15:00	Spezifische Koordination / Beinarbeit im modernen Boxsport	2 - P - Leib
	15:15 - 16:00	Fürsorgepflicht, Versicherungsschutz+ Sportförderung	1 - Baar
	16:15 - 18:30	Strategie u.Taktik im Boxsport	3 - Baar
	18:45 - 19:00	Abendimbiss	
	19:00 - 20:30	Technische Grundlagen in einzelnen Distanzen + Ringaufteilung	2 - P -Leib

<b>21.01.</b>	09:00 - 10:30 Technisch-Taktisches / Strategisch- Taktisches Verhalten	2 - Leib
	10:45 - 12:15 Historie des Boxens- Trainer Ehrenkodex- Frauenboxen	2 - Baar
	<b>Mittagspause - WH KB</b>	
	13:30 - 15:45 Technik-Training im Boxsport Vorstellung untersch. Testverfahren (konditionell-boxspezifisch)	3 -P - Benirschke
	<b>4. Teil</b>	
	Heimarbeit: Trainingsorganisation + Erarbeitung Operativpläne	6 - Selbststudium
	Heimarbeit: Ausarbeitung Historie des Boxsportes	4 - Selbststudium
	<b>5. Teil</b>	
<b>03.02.</b>	09:00 - 12:00 Anatomie und Verletzungsprophylaxe Boxsportspezifische Diagnostiken- KLD und Laktat	4 - DM Winkler
	<b>Mittagsimbiss</b>	
	13:30 - 14:15 Pädagogik in der Beziehung zur Sportart Boxen	1 - Baar
	14:30 - 16:00 Planung / Organisation einer Trainingseinheit in Theorie+ Praxis	2-P - Baar
<b>SC am SP</b>	16:45 - 18:15 WK- Hospitation und Videoanalyse	2 - Baar
	<b>Abendimbiss Sportcenter am Stadtpark</b>	
	18:30 - 20:00 WK- Hospitation und Videoanalyse	2 - Baar
<b>04.02.</b>	09:00 - 11:15 Ernährungsphysiologische Grundlagen	3 - U.v.Renteln
	11:30 - 12:15 Gewichtsklassensportarten und ihre Besonderheiten	1 - U.v.Renteln
	<b>Mittagsimbiss</b>	
	13:00 - 13:45 Trainingsgestaltung und Umsetzung der Prinzipien	1-P - Leib
	14.00 - 16:15 Interaktion Trainer-Athlet - "Betreuen und Sekundieren"	3-T/P - Leib
	<b>6. Teil</b>	
<b>03.03.</b>	09:00 - 11:15 Ziel, Aufgaben+ Inhalte, Mittel und Methoden der TeTa AB im GLT	3 - P- Leib
	11:30 - 12:15 DBV- Organisation / Strukturen / Arbeitsweisen	1 - Leib
	<b>Mittagspause - WH KB</b>	
	13:30 -15:45 Sportpsychologie in Beziehung zur Sportart im TE und WK	3 - Buhbe
	16:00 - 16:45 <b>schriftliche Lernerfolgskontrolle</b>	1 - dbv
	17:00 - 18:30 Lehrproben- Vorbereitung	2-P- Schulz/Leib
<b>04.03.</b>	09:00 - 12:00 <b>Lehrproben und Prüfungsgespräche</b>	4 - Baar - dbv
	<b>Mittagspause - WH KB</b>	
	13:30 - 15:00 <b>Lehrproben und Prüfungsgespräche</b>	2- P - Baar - dbv
	15:15 - 16.00 Auswertungen / Hinweise und Abschluss	Baar / dbv
	Teillehrgänge 1 - 6	90 LE
	Allgemeine Grundausbildung / ÜL- Breitensport / BW- ÜL Lizenz	30 LE
	<b>Gesamtausbildung</b>	<b>120 LE</b>
<b>17.03.</b>	<b>7. Teil</b>	
	<b>Nachprüfungen: Lehrproben, Lernerfolgskontrollen und WB Prüfung</b>	
	Bei den Teilen 1, 3, 5 und 6 gilt Präsenzpflicht.	
	Oelsnitz / Chemnitz, den 04.01.2018	

Roland Baar - BVS Lehrwart

Olaf Leib - DBV TR Aus+ Fortbildungs- Kommission