

DBV / 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, 10.01.2015, bis 08:45 Uhr, Sportforum Chemnitz, Geschäftsstelle-Beratungsraum
Olympiastützpunkt- OSP Chemnitz / Dresden neben Sportschulen
- 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, 1 Passbild, Nachweis 1. Hilfe, Nachweis Medizin. Tauglichkeit,
polizeiliches Führungszeugnis, Nachweis Mitgliedschaft im DBV/LV durch Vereinsmitgliedschaft
Zertifikat 32 LE sportartübergr. Grundausbildung vom KSB/SSB/LSB oder DOSB ÜL- Lizenz
- Gebühren: Lizenzgebühr 150 € + Lehrgangsgebühren 200 €, ÜN- Bereitstellung auf Anfrage - Selbstzahler

Tag	Zeit	Themenkomplexe	LE - Dozent	
1. Teil				
10.01.	09:00 - 11:15	Biologisch-physiologische Grundlagen des sportlichen Trainings	3 - DM Winkler	
	11:30 - 12:15	Grundtechniken der Sportart - Boxstellung und Grundschläge	1-P - Leib	
	Mittagspause			
	13:30 - 15:00	WB des DBV + TWK im BVS	2 - Sureck	
	15:30 - 17:00	Trainingswissenschaften: Kondition, Koordination-Beweglichkeit	2 - Baar	
	Abendbrot			
	18:30 - 20:00	Fortbeweg.-arten + Demoverhalten im modernen Boxsport	2-P - Leib	
11.01.	09:00 - 11:15	Ausgewählte sportmedizin. und ernährungsphysiol. Grundlagen	3 - DM Winkler	
	11:30 - 12:15	Verteidigungshandlungen im Boxsport	1 - Baar	
	Mittagsimbiss			
	13:00 - 14:30	Verteidigungshandlungen im Boxsport	2-P - Baar	
	14:45 - 15:30	Brainstorming: Zusammenfassung	1 - Baar	
2. Teil				
		Heimarbeit: Ausarbeitung einer TE + Praxisübungen im Verein	8 - Selbststudium	
3. Teil				
31.01.	09:00 - 11:15	Verletzungsprophylaxe, KLD, Laktat	3 - DM Winkler	
	11:30 - 12:15	Praxis zur Entw. der allgem. + spez. Koordination/Dehnung	1-P - Baar	
	Mittagspause			
	13:30 - 15:00	Strategie u.Taktik im Boxsport	2 - Baar	
	15:15 - 16:45	Interaktion Trainer-Athlet: "Betreuen und Sekundieren"	2-P - Leib	
	17:00 - 18:30	Trainings- und Übungsformen in der Boxsportausbildung	2-P - Benirschke	
	Abendbrot - Imbiss			
		18:45 - 20:15	Methodischer Lehrweg und Korrekturverhalten mit Videoeinsatz	2-P - Leib
01.02.	09:00 - 11:15	Trainingsgestaltung, langfristiger Leistungsaufbau, TE - Etappen Historie des Boxens- Trainer Ehrenkodex- Frauenboxen	3 - Leib	
	11:30 - 13:00	Fürsorgepflicht, Versicherungsschutz u. Sportförderung- Imbiss	2 - Baar	
	13:30 - 15:00	Technisch-taktisches und taktisch- strategisches Training	2 - Baar	

4. Teil

Heimarbeit: Trainingsorganisation + Erarbeitung Operativpläne

8 - Selbststudium

5. Teil

07.03.	09:00 - 10:30	Techniken der Sportart: Meid- und Ausweichbewegungen	2-P - Leib
	10:45 - 12:15	Kinder-& Jugend TE, Sichtung und Auswahl - Demographie	2 - Leib
		Mittagspause	
	13:30 - 15:00	Planung / Organisation einer Trainingseinheit in Theorie+ Praxis	2-P - Leib/Baar
	15:15 - 17:30	Vorbereitung der Lehrproben	3-P - Leib/Baar
		Abendbrot - Imbiss	
	18:30 - 20:00	WB des DBV und schriftliche Prüfung	2 - Sureck
08.03.	09:00 - 10:30	Regionalkonzeption, Kaderkreise/pyramide, Stützpunktsystem	2 - Leib
	10:45 - 12:15	Sport und angewandte Trainingslehre	2 - Leib
		Mittagsimbiss	
	13:00 - 14:30	Testverfahren zur Kontrolle von allg. kond.+ koord. Fähigkeiten	2-P - Benirschke
	14.30 - 16:00	Testverfahren zur Kontrolle von boxsportspezifischen Fähigkeiten	2-P - Benirschke
		6. Teil	
14.03.	09:00 - 10:30	Rahmenkonzeption Nachwuchs, Trainings- u. Wettkampfsysteme	2 - Leib
	10:45 - 13:00	Ziel, Aufg.+ Inhalte, Mittel + Methoden der te/ta Ausb. im GLT	3-P - Leib
		Mittagspause	
	14:15 - 16:30	Pädagogik u. Sportpsychologie in Beziehung zur Sportart	3 - Baar
	16:45 - 18:15	schriftliche Lernerfolgskontrolle	2 - Baar - dbv
15.03.	09:00 - 12:00	Lehrproben und Prüfungsgespräche	4 - Baar - dbv
		Mittagspause	
	13:30 - 15:00	Lehrproben und Prüfungsgespräche	2- P - Baar - dbv
	15:15 - 16.00	Auswertungen / Hinweise und Abschluss	1 - Baar - dbv

Zwischensumme	44 LE
Zwischensumme	44 LE
Grundausbildung	32 LE
Gesamtausbildung	120 LE

21.03. **7. Teil** **Nachprüfungen: Lehrproben, Lernerfolgskontrollen und WB Prüfung**

Bei den Teilen 1, 3, 5 und 6 gilt Präsenzpflcht.

Oelsnitz / Chemnitz, den 04.01.2015

gez. Dipl.-lehrer Roland Baar - BVS Lehrwart
Dipl.-trainer Olaf Leib - DBV TR Aus+ Fortbildungs- Kommission