



1. Ausbildung zum Trainer C / Leistungssport

1.1. Aufgaben eines Trainers

Hauptsächliche Tätigkeitsfelder der Squashtrainer C Leistungssport sind das Kinder- und Jugendtraining in Vereinen und Anlagen, daneben aber auch das Training mit Erwachsenen auf unterem bis mittlerem Spielniveau.

Ihre wesentliche Aufgabe besteht in der systematischen Vorbereitung der Kinder auf ein leistungsorientiertes Squashtraining, in der Erstellung und Durchführung mittel- und längerfristiger Konzepte für das Grundlagen- und Aufbautraining und darüber hinaus in der Bewältigung der im Zusammenhang mit dem Leistungssport auf dieser Ebene anfallenden organisatorischen Aufgaben, sofern diese nicht von anderen Funktionsträger in den Vereinen oder Verbänden übernommen werden können

1.2. Ziel der Ausbildung

Erlernen / Weiterentwicklung folgender Kompetenzen:

Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz

Der Trainer:

- kann Gruppen führen, gruppenspezifische Prozesse wahrnehmen und angemessen darauf reagieren
- kennt und berücksichtigt die Grundregeln der Kommunikation
- kennt und berücksichtigt entwicklungsgemäße Besonderheiten speziell bei Kindern bzw. Jugendlichen
- kennt und berücksichtigt geschlechtsspezifische Bewegungs- und Sportinteressen
- ist sich der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung von Kindern/Jugendlichen bewusst und handelt entsprechend den bildungspolitischen Zielen des DOSB
- kennt und beachtet den Ehrenkodex der Trainer

Fachkompetenz

Der Trainer:

- kennt Struktur, Funktion und Bedeutung der Sportart Squash als Leistungssport und setzt sie im Prozess der Talenterkennung / -förderung auf Vereinsebene um
- kann leistungsorientiertes Training sowie squashspezifische Wettkämpfe organisieren und die Sportler dabei innerhalb ihrer Trainingsgruppen anleiten, vorbereiten und betreuen
- kennt die Grundtechniken der Sportart Squash und deren wettkampfmäßige Anwendung
- kennt die konditionellen und koordinativen Voraussetzungen für die Sportart Squash und kann sie in der Trainingsgestaltung berücksichtigen
- besitzt Grundkenntnisse über aktuelle Regeln, Sportgeräte und einschlägige Sporteinrichtungen
- schafft für die definierte Zielgruppe ein attraktives und motivierendes Sportangebot



Methoden- und Vermittlungskompetenz

Der Trainer:

- verfügt über pädagogisches Grundwissen zur Planung, Durchführung und Auswertung von Trainingseinheiten
- verfügt über das Basisrüstzeug von: Lehr-, Lern-, und Trainingsmethoden im Grundlagentraining
- hat ein Lehr- und Lernverständnis, welches den Teilnehmern genügend Zeit zur Informationsverarbeitung und Gelegenheit für Eigeninitiative lässt
- beherrscht die Grundprinzipien für zielorientiertes / systematisches Lernen im Sport

3. Trainer-C / Leistungssport

3.1 Ausbildungsstufe

Die Ausbildung zum Trainer-C / Leistungssport umfasst insgesamt 120 Unterrichtseinheiten einschließlich der Prüfungszeit; aufgeteilt in:

- | | |
|--------------------|-------|
| o Grundlehrgang | 40 UE |
| o Aufbaulehrgang | 40 UE |
| o Prüfungslehrgang | 40 UE |

Die Ausbildungsmaßnahmen für den Erwerb der Trainer-Lizenz müssen innerhalb von zwei Jahren abgeschlossen sein

3.2 Ausbildungsort

Sportschule des WLSB in Albstadt

- 3 Gästehäuser mit Einzel- und Doppelzimmern
- Sporthallen z.B. für Tischtennis, Volleyball, Fußball ...
- Fitnessraum
- Kletterwand
- Schwimmbad
- Laufbahn (Finnbahn 800m)
- Aufenthaltsräume / Fernsehzimmer
- Sportler-Klause mit SKY-TV / Cafeteria
- Vollverpflegung
 - o Frühstücksbuffet
 - o Mittagessen incl. Salatbar
 - o Abendessen



Studienleiter

Dr. Wolfgang Friedrich

- Barbara Vollmer

Referent / Squash

- George Leuschner / SRLV

Squash-Center

- Sportland Balingen

„Diese Lehrgänge finden in Kooperation zwischen dem Württembergischen Landessportbund und dem Fachverband ‚Squash Rackets Landesverband Baden-Württemberg e.V.‘ statt.

Anerkannter Träger im Sinne des Bildungszeitgesetzes ist der Württembergischen Landessportbund.“

3.3. Ausbildungsgang

- 3 x 1 Woche à 40 Stunden

Herbst / Frühjahr / Herbst **oder**
Frühjahr / Herbst / Frühjahr

- Montag: 10.00 Uhr - Freitag: 13.00 Uhr **oder**
Mittwoch: 10.00 Uhr - Sonntag: 13.00 Uhr

1. Woche: Trainer-C / Grundlehrgang **(Beispiel)**

- Das Training / der Trainer
- Aufbau einer Trainingseinheit
- Squash-Schläge
- Fehlererkennung und Korrektur
- Spielanalyse
- Koordinationstraining *Überfachlich*
- *Übungslehrproben incl. Videoanalyse*

2. Woche: Trainer-C / Aufbaulehrgang **(Beispiel)**

- Grundschläge
- Zuspiel-Techniken
- Konditionelle Fähigkeiten *Überfachlich*
- Aktiver- / Passiver Bewegungsapparat *Überfachlich*
- Sozialkompetenz als Trainer *Überfachlich*
- Spielbeobachtung / Coaching
- *Übungslehrproben incl. Videoanalyse*



-
3. Woche: Trainer-C / Prüfungslehrgang **(Beispiel)**
- Wiederholungen
 - Trainings-Prinzipien *Überfachlich*
 - Herz-Kreislauf-System / Energiebereitstellung *Überfachlich*
 - Prüfungsvorbereitungen
 - Prüfungen: Schriftlich und Praktisch

Nach bestandener Prüfung:

- DOSB (WLSB / BSB) - Lizenz: **Trainer-C / Leistungssport**
- Ausrüstung mit dem Aufdruck: **„SQUASH TRAINER“**
Trainingsanzug / 2 Poloshirts

4. Trainer-C / Fortbildung

Mit dem Erwerb der Lizenz ist der Ausbildungsprozess nicht abgeschlossen. Die notwendige zeitliche und inhaltliche Begrenzung der jeweiligen Ausbildungsgänge und der sich ständig weiterentwickelnde Kenntnisstand in sport- und sportüberfachlichen Wissensgebieten macht eine Fort- oder Weiterbildung notwendig.

Ihre Ziele sind:

- Ergänzung und Vertiefung der bisher vermittelten Kenntnisse und Fähigkeiten
- Aktualisierung des Informationsstandes und der Qualifikation
- Erkennen und Umsetzen der Entwicklungen des Sports, speziell des Squashsports
- Erweiterung der Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten zu einem eigenständigen Profil im Rahmen der bestehenden Ausbildungsgänge

Umfang einer Fortbildung: 15 Lehreinheiten (a. 45 Minuten)