

Stundenplanung zur Trainer-C-Basis-Ausbildung vom 12.-14.04.2024 und 27./28.04.2024 in Berlin

12.04.2024

Einleitung, Ablauf der Ausbildung, wichtige Themen und Begriffe, Klärung offener Fragen **4 LE IB D-1**

- Begrüßung, Vorstellungsrunde
- Übersicht des Lehrplans
- Quiz zur Feststellung des Bildungsstandes
- Vorstellung des Bildungsplans des DSB
- Einführung zur Teillehrmethode
- Begriffe
- Verletzungsprophylaxe

13.04.2024

Technikleitbild und seine Technikelemente **7 LE IB D-1**

- theoretische Grundlagen
- praktische Übungen

Teillehrmethode im Bogensport **2 LE IB D-1**

- theoretische Grundlagen
- praktische Übungen

14.04.2024

Fehlererkennung und -beseitigung im Anfänger- und Fortgeschrittenenstadium **2 LE IB D-1**

Der langfristige Trainingsprozess **4 LE IB D-2**

- Nachwuchstraining (Basis, allg. Grundausbildung, Grundlagentraining)

Trainingsplanung **2 LE IB D-2**

- Trainingseinheit, Mikrozyklus, Makrozyklus
- praktische Übungen

Prüfungsaufgaben und Lehrgangsbesprechung

2 LE kein IB

- Erstellen und Verteilen der Prüfungsaufgaben
- Erläuterungen der Prüfungsanforderungen

27.04.2024

Sportgerät und Ausrüstung

6 LE IB D-3

- Materialien im Bogen- und Pfeilbereich
- Notwendiges Zubehör
- Materialauswahlkriterien
- Sehnenbau

Spezielle Kondition

3 LE IB D-2

- Hinführende Übungen
- Weiterführende Übungen
- Praktische Übungen

28.04.2024

Prüfungen und Auswertung der Prüfungsbögen

8 LE kein IB

- Vorstellung und Verteidigung der Prüfungsarbeiten vor der gesamten Gruppe
- Bewertung und eventuell notwendige Einzelgespräche
- Auswertung der Prüfungsbögen
- Abschlussbesprechung
- Auswertung des Lehrgangs
- Feedback zum Lehrgang

Gesamtanzahl LE:

40 LE