

## **Anlage 4 zur Verbands-Lehrordnung (VLO) B-Trainer Ausbildung**

### **Inhalt**

1. Aufgabenorientierung .....	1
2. Träger der Ausbildung .....	1
3. Voraussetzungen für Anmeldung / Bewerbung und Zulassung zur Ausbildung .....	1
4. Ausbildungsdauer und Organisation .....	1
5. Ziele der Ausbildung .....	1
6. Ausbildungsinhalte .....	2
7. Prüfungsleistungen/ Meldung zur Prüfung .....	3

### **1. Aufgabenorientierung**

Die Tätigkeit des B- Trainers umfasst die planmäßige Ausbildung der volleyballspezifischen Technik, konditionellen Eigenschaften, systematisches leistungsorientiertes Training, Betreuung von Wettkampfmannschaften im mittleren Leistungsbereich

### **2. Träger der Ausbildung**

Der DVV delegiert die Ausbildung an den WVV. Die Lehrgänge werden vom Verbands-Lehrwart in Zusammenarbeit mit den vom Lehrausschuss berufenen Referenten durchgeführt. Die Formalitäten zur Anmeldung von Lehrgängen, deren Besetzung mit Teilnehmern, sowie der Abrechnung von Teilnehmern und Referenten obliegen der WVV- Geschäftsstelle.

### **3. Voraussetzungen für Anmeldung / Bewerbung und Zulassung zur Ausbildung**

- Besitz einer gültigen C-Lizenz
- der Nachweis selbstständiger Trainertätigkeit als C-Trainer von in der Regel 2 Jahren
- Anmeldung zur B-Trainerausbildung bei der Geschäftsstelle

### **4. Ausbildungsdauer und Organisation**

Die Ausbildung umfasst 60 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten. Die Ausbildung muss grundsätzlich innerhalb von 2 Jahren abgeschlossen werden.

Die Lehrgänge können als Kompaktlehrgänge, Tages- oder Wochenendlehrgänge organisiert werden.

### **5. Ziele der Ausbildung**

Aufbauend auf die Qualifikation als C- Trainer hat die B- Trainer folgende Ziele:

- Befähigung zu systematischem leistungsorientiertem Training
- Aneignung ausgewählter Inhalte der Bewegungs-, Trainingslehre, aus Sportpädagogik, Sportpsychologie, Sportmedizin und Biologie

## **6. Ausbildungsinhalte**

Gemäß den DOSB Richtlinien ergeben sich im Hinblick auf die Zielsetzung der B-Trainerausbildung nachstehende Inhalte:

### **6.1 biologisch – medizinische Inhalte**

- Energiebereitstellung
- Ernährung und Leistung
- Prävention und Rehabilitation

### **6.2 Sportpädagogik – Sportpsychologie**

- Psychische Wettkampfsteuerung und Betreuung außerhalb des Wettkampfs
- Spezielle psychologische Aspekte bei Training und Spiel
- Leistungsentwicklung
- Entwicklungspsychologie
- Psychologische Trainingsformen

### **6.3 Taktik**

- Individualtaktik / Antizipation/Handlungsalternativen/Diagnosemerkmale
- Angriffskombinationen/ Annahmeformationen/ Spielsysteme/ Zuspiel-, Angriffs-, Verteidigungsstrategien
- Spielbeobachtung in Theorie und Praxis

### **6.4 Technik**

- Entwicklung von speziellen Techniken in Theorie und Praxis

### **6.5 Bewegungslehre**

- Biomechanische, funktionelle, morphologische Aspekte von Bewegungen im Volleyball
- Fehleranalyse / Fehlerkorrektur in Theorie und Praxis / Soll- Istwert Vergleich
- Lernen im Sport

### **6.6 Trainingslehre**

- Anforderungsprofil Volleyball
- Volleyballspezifisches Athletiktraining (Schnelligkeit, Kraft)
- Training nach dem Baukastenprinzip
- Trainingssteuerung
- Periodisierung
- Tests und Beobachtungsverfahren

### **6.7 Ergänzende Inhalte**

- Organisation des Lehrgangs, Prüfungsbesprechung
- Durchführung von Trainingseinheiten während des Lehrgangs
- Hospitationen bei der Trainingseinheiten eines Vereins der obersten Spielklassen

## **7. Prüfungsleistungen/ Meldung zur Prüfung**

### **7.1 B- Trainer Prüfungsleistungen** (Prüfungszeit je Teilnehmer 45 Minuten)

- Schriftliche Prüfung/ Klausur über 90- 120 Minuten
- Schriftliche Ausarbeitung einer Trainingseinheit für 90- 120 Minuten
- Praktische Umsetzung während des Prüfungstages
- Prüfungsgespräch
- Schriftliche Ausarbeitung von 3 Trainingshospitationen in einem sportlich trainierenden Verein der obersten Spielklassen

### **7.2 Meldung zur Prüfung**

- Gültige C- Lizenz