

**DEUTSCHE TAEKWONDO UNION E.V.**



**Rahmenkonzept  
für die Ausbildung von Trainer/innen und  
Jugendleiter/innen  
in der Deutschen Taekwondo Union e.V.**

Stand: März 2010

Dr. Frank Düren, Bundeslehrwesenreferent – Binderstr. 27 – 83224 Grassau

Tel.: 08641-628686

Email: [frank.dueren@dtu.de](mailto:frank.dueren@dtu.de)

# Inhaltsverzeichnis

<b>1. Einleitung und Begründung</b> .....	<b>4</b>
1.1 Grundlegende Positionen.....	4
1.1.1 Sport und Gesellschaft.....	4
1.1.2 Personalentwicklung .....	5
<b>2. Rahmenbedingungen</b> .....	<b>6</b>
2.1 Struktur der Ausbildungsgänge .....	6
2.2 Umfang der Ausbildungen und Gültigkeitsdauer der Lizenzabschlüsse.....	6
2.3 Ausbildungsträger.....	7
2.4 Organisationsformen der Ausbildungsmaßnahmen .....	7
2.5 Fort- und Weiterbildung.....	7
<b>3. Ausbildungsgänge</b> .....	<b>9</b>
3.1 Sportassistent/in .....	9
3.1.1 Aufgabenorientierung .....	9
3.1.2 Ziele der Ausbildung .....	9
3.1.3 Zulassung zur Ausbildung.....	9
3.1.4 Ausbildungsinhalte und Struktur .....	9
3.2 1. Lizenzstufe: Trainer/in „C“ .....	12
3.2.1 Aufgabenorientierung .....	12
3.2.2 Ziele der Ausbildung – Trainer C .....	12
3.2.3 Zulassung zur Ausbildung.....	12
3.2.4 Ausbildungsinhalte und Struktur .....	12
3.2.5 Profilerweiterung .....	21
3.3 2. Lizenzstufe: Trainer/in „B“ .....	21
3.3.1 Aufgabenorientierung .....	21
3.3.2 Ziele der Ausbildung – Trainer/in „B“.....	22
3.3.3 Zulassung zur Ausbildung.....	22
3.3.4 Ausbildungsinhalte und Struktur .....	22
3.3.5 Profilerweiterung .....	28
3.4 3. Lizenzstufe: Trainer/in „A“ .....	28
3.4.1 Ziele der Ausbildung .....	28
3.4.2 Zulassung zur Ausbildung.....	29
3.4.3 Ausbildungsinhalte und Struktur .....	29
3.4.4 Profilerweiterung .....	35
3.5 4. Lizenzstufe: Diplomtrainer/in des DOSB .....	35
3.5.1 Aufgabenorientierung .....	35
3.5.2 Ziele der Ausbildung Diplomtrainer/in des DOSB .....	35
3.5.3 Ausbildungsinhalte und Struktur .....	35
3.6 Jugendleiter/in des DOSB .....	36
3.6.1 Jugendleiter/in „B“.....	36
3.6.2 Jugendleiter/in „A“ .....	36
3.6.3 Kooperationsmodell .....	40
<b>4. Prüfungsordnung</b> .....	<b>41</b>
4.1 Form der Prüfung .....	41
4.1.1 Sportassistent/in .....	41
4.1.2 1. Lizenzstufe (Trainer/in „C“).....	41
4.1.3 2. Lizenzstufe (Trainer/in „B“).....	42
4.1.4 3. Lizenzstufe (Trainer/in „A“).....	42
4.1.5 Jugendleiter.....	42
4.2 Prüfungskommission .....	43
4.3 Prüfungsergebnis.....	43
4.4 Prüfungswiederholung .....	43

<b>5. Lizenzordnung.....</b>	<b>44</b>
<b>5.1 Lizenzierung.....</b>	<b>44</b>
5.1.1 Sportassistent/in.....	44
5.1.2 1. Lizenzstufe – Trainer/in „C“.....	44
5.1.3 2. Lizenzstufe – Trainer/in „B“.....	44
5.1.4 3. Lizenzstufe – Trainer/in „A“.....	45
5.1.5 Jugendleiter „B“.....	45
5.1.6 Jugendleiter „A“.....	45
5.2 Gültigkeitsdauer der Lizenzen.....	45
5.3 Verlängerung der Lizenzen.....	46
5.3.1 Anerkennung von Fort- oder Weiterbildungsveranstaltungen.....	46
5.4 Verlängerung ungültig gewordener Lizenzen.....	47
5.5 Lizenzentzug.....	47
<b>6. Ausbildungsordnung.....</b>	<b>48</b>
6.1 Dauer der Ausbildung.....	48
6.2 Anerkennung anderer Ausbildungsabschlüsse.....	48
<b>7. Inhaltliche Aspekte für die Gestaltung von Ausbildungskonzeptionen.....</b>	<b>49</b>
7.1 Berücksichtigung frauenparteilicher Ansätze in den Ausbildungskonzeptionen.....	49
7.1.1 Grundsätze mädchen- und frauenparteilicher Arbeit im Sport.....	49
7.1.2 Sport- und Bewegungspräferenzen von Mädchen und Frauen.....	49
7.1.3 Konsequenzen für die verbandlichen Ausbildungen.....	49
7.2 Berücksichtigung von „Diversity Management“ in der Ausbildungskonzeption.....	52
7.2.1 Grundsätze im Umgang mit unterschiedlichen gesellschaftlichen Gruppen.....	52
7.2.2 Konsequenzen für die verbandlichen Ausbildungen.....	53
7.3 Berücksichtigung von Jugendbildung in der Ausbildungskonzeption.....	55
7.3.1 Grundsätze der Jugendarbeit.....	55
7.3.2 Konsequenzen für die verbandlichen Ausbildungen.....	56
<b>8. Qualitätssicherung in der verbandlichen Ausbildung.....</b>	<b>59</b>
8.1 Lehrkräfte.....	60
8.1.1 Aspekte bei der Fortbildung von Referentinnen und Referenten in der Lizenzausbildung.....	60
8.2 Didaktisch-methodische Aspekte zur Lehrgangsgestaltung.....	60
8.2.1 Das Theorie-Praxis-Verhältnis.....	61
8.2.2 Teilnehmer/innen-Orientierung.....	61
8.2.3 Methoden.....	61
8.2.4 Auswahl der Inhalte.....	62
8.2.5 Materialien.....	62
8.2.6 Einsatz von Referenten/innen, Zusammenstellung von Lehrgangsteams.....	62
<b>9. Inkrafttreten.....</b>	<b>62</b>

# 1. Einleitung und Begründung

Die Deutsche-Taekwondo-Union e.V. ist verantwortlich für die Ausbildung ihrer Trainer/innen. Eine Schulung ihrer Trainer/innen zu kompetenten Fachkräften ist eine der wichtigsten Aufgaben des Dachverbandes. Den zunehmenden Anforderungen an die Kompetenz von Trainern muss durch eine flexible, qualitativ hochwertige Ausbildung Rechnung getragen werden.

Dieses Rahmenkonzept wurde in Anlehnung an die Rahmenrichtlinien für Qualifizierung im Bereich des Deutschen Olympischen SportBundes (DOSB) erstellt. Es bildet die Grundlage für die Ausbildungen innerhalb der Deutschen-Taekwondo-Union.

## 1.1 Grundlegende Positionen

(In Anlehnung an die Rahmenrichtlinien für Qualifizierung im Bereich des Deutschen Olympischen SportBundes.)

### 1.1.1 Sport und Gesellschaft

Mit seinen zahlreichen ehrenamtlichen, neben- und hauptberuflichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern verfügt der Sport als soziales System über die erforderliche Infrastruktur sowie ein flächendeckendes, fachlich kompetentes und vielfältiges Angebot, um sich auf gesellschaftliche Entwicklungen einzustellen.

Dabei muss berücksichtigt werden, dass nach den meisten Prognosen die demographische Entwicklung unserer Gesellschaft zu einem überproportionalen Zuwachs der älteren Bevölkerung führen wird unsere Gesellschaft eine Erwerbsgesellschaft bleiben wird, in der immer höhere Anforderungen an die Menschen gestellt werden die interkulturelle Vielfalt zunimmt die Lebensstile und die Möglichkeiten der Freizeitgestaltung sich weiter ausdifferenzieren sich Familienstrukturen und Lebensformen mit der Tendenz zur Individualisierung verändern Frauen und Männer ihr Rollenverständnis überdenken und weiterentwickeln das Gesundheitsbewusstsein in der Risikogesellschaft an Bedeutung gewinnt traditionelle Institutionen ihre Bedeutung verändern die Auswirkungen unserer Wissens-, Informations- und Mediengesellschaft immer deutlicher spürbar werden und Sport- und Bewegungsbedürfnisse von Kindern und Jugendlichen, Erwachsenen und Älteren sich verändern und damit die dynamische Entwicklung der Sportlandschaft stark beeinflussen.

Mit vielfältigen und zielgruppenorientierten Angeboten im Breiten-, Fitness- und Gesundheitssport und einer nachhaltigen Elitenförderung im Leistungssport entwickelt der organisierte Sport eine Angebotspalette, die sich an den unterschiedlichen Erwartungen und Ansprüchen der sporttreibenden Menschen orientiert.

Die in dem vorliegenden Rahmenkonzept entwickelten Qualifizierungskonzepte tragen diesen zukunftsorientierten Anforderungen Rechnung und sollen eine Hilfestellung sein, die an der Basis tätigen Übungsleiterinnen und Übungsleiter, Trainerinnen und Trainer, Jugendleiterinnen und Jugendleiter, Vereinsmanagerinnen und Vereinsmanager für ihre wichtige Arbeit zeitgemäß zu qualifizieren.

Die Angebote der Deutschen Taekwondo Union sind offen für alle gesellschaftlichen Schichten, sprechen Frauen und Männer unterschiedlichen Alters, Religion und Herkunft an.

## 1.1.2 Personalentwicklung

Die Personalentwicklung verfolgt das Ziel, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu ermuntern, ihre Talente zum Wohle des organisierten Sports zu entwickeln und einzusetzen. Das Konzept der Personalentwicklung stellt die angepasste Qualifizierung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Mittelpunkt. Es leistet somit einen wichtigen Beitrag zur Gewinnung, Qualifizierung, Bindung und Betreuung der in der Deutschen Taekwondo Union mehrheitlich ehrenamtlich tätigen Menschen. Die Personalentwicklung umfasst sämtliche Maßnahmen, die geeignet sind, die Handlungskompetenz der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu fördern und weiterzuentwickeln. Damit Letztere auf die sich stetig wandelnden Rahmenbedingungen in Sport und Gesellschaft angemessen vorbereiten und reagieren können, liegt Aus-, Fort- und Weiterbildungsangeboten ein Lern- und Bildungsverständnis zugrunde, das die Entwicklung von Selbstlernfähigkeit und Selbstorganisation des Einzelnen in den Mittelpunkt rückt. Dabei geht es weniger um abrufbares Fach- und Methodenwissen, als in erster Linie um die Herausbildung einer persönlichen und sozialkommunikativen, fachlichen, methodischen und strategischen Kompetenz, solches Wissen in entsprechenden Handlungssituationen kreativ anzuwenden.

### 1.1.2.1 Gewinnung

Um den hohen Bedarf an qualifizierten und motivierten Übungsleiterinnen und Übungsleitern, Jugendleiterinnen und Jugendleitern, Vereinsmanagerinnen und Vereinsmanagern, Trainerinnen und Trainern sowie Führungskräften zu decken kommt der Nachwuchsförderung und der Gestaltung von förderlichen Rahmenbedingungen entscheidende Bedeutung zu.

Es wird künftig vermehrt vom Engagement der jungen Generation abhängig sein, ob es gelingt, den organisierten Sport weiterzuentwickeln und auszubauen. Um die Mitarbeiter auch zukünftig an den Sport zu binden sind Betreuungs- und Teilhabeformen notwendig, die sich ständig an den Biografieverläufen junger Menschen orientieren. Das Beteiligungsangebot muss deshalb flexibel sein, um den unterschiedlichsten Einstiegsmotivationen gerecht zu werden.

Formale und strukturelle Neuerungen wie die Etablierung von Vorstufenqualifikationen, die Kombination von Ausbildungsgängen und die Herabsetzung der Altersgrenze für die erstmalige Erteilung von Lizenzen sind Maßnahmen einer systematischen Personalentwicklung zur Gewinnung und Bindung junger Menschen.

### 1.1.2.2 Bindung und Betreuung

Förderliche Rahmenbedingungen, eine Anerkennungskultur für das Engagement und das Erleben der eigenen Gestaltungsmöglichkeiten fördern die Identifikation mit der Rolle im Verein und Verband und wirken ebenso motivationssteigernd wie innovationsfördernd. Sie geben den engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern die Möglichkeit, den „Mehrwert“ aus ihrer freiwilligen/beruflichen Tätigkeit im organisierten Sport zu ziehen.

Eine dauerhafte Bindung und Impulse für die Vereins- und Verbandsvitalität, d. h. die Fähigkeit auf gesellschaftliche und sportliche Entwicklungen flexibel reagieren zu können, bilden den „Gegenwert“ für den organisierten Sport.

## 2. Rahmenbedingungen

### 2.1 Struktur der Ausbildungsgänge

Folgende Lizenzen können erworben werden:

Lizenzstufe	Bezeichnung	Profile
-	Sportassistent/in	
1	Trainer/in C	Kinder/Jugendliche
		Erwachsene / Senioren
2	Trainer/in B	Kinder/Jugendliche
		Erwachsene / Senioren
3	Trainer/in A	Poomsae
		Kampf
4	Diplomtrainer/in des DOSB	-
-	Jugendleiter/in B	-
-	Jugendleiter/in A	-

### 2.2 Umfang der Ausbildungen und Gültigkeitsdauer der Lizenzabschlüsse

Lizenzstufe	Lizenzabschluss	Mindestumfang der Ausbildung	Gültigkeitsdauer der Lizenz
-	Sportassistent/in	40 UE	Zertifikat
1	Trainer/in C	120 UE	4 Jahre
2	Trainer/in B	60 UE	3 Jahre
3	Trainer/in A	90 UE	2 Jahre
4	Diplomtrainer/in	1.700 UE	Zertifikat
-	Jugendleiter/in B	40 UE	4 Jahre
-	Jugendleiter/in A	60 UE	4 Jahre

Eine Unterrichtseinheit (UE) umfasst 45 Minuten.

Eine Lizenz läuft jeweils zum 31. Dezember des Jahres ab, in dem das Ende der Gültigkeitsdauer der Lizenz erreicht wird.

## 2.3 Ausbildungsträger

Träger der Ausbildungsmaßnahmen ist die DTU. Sie delegiert Teile der Ausbildung an die Landesverbände, bzw. die Deutsche Taekwondo Jugend. Die Konzeption dieser Teilung ist wie folgt:

<b>Lizenzstufe</b>	<b>Lizenzabschluss</b>	<b>Ausbildungsträger</b>
-	<b>Sportassistent/in</b>	<b>Landesverbände der DTU</b>
<b>1</b>	<b>Trainer/in C</b>	<b>Landesverbände der DTU</b>
<b>2</b>	<b>Trainer/in B</b>	<b>Landesverbände der DTU</b>
<b>3</b>	<b>Trainer/in A</b>	<b>DTU</b>
<b>4</b>	<b>Diplomtrainer/in des DOSB</b>	<b>Trainerakademie des DOSB</b>
-	<b>Jugendleiter/in B</b>	<b>Sportjugend der Landesverbände der DTU</b>
-	<b>Jugendleiter/in A</b>	<b>Deutsche Taekwondo Jugend</b>

## 2.4 Organisationsformen der Ausbildungsmaßnahmen

Die Struktur der Ausbildungsgänge ermöglicht folgende Lehrgangsformen:

- ✚ Abendlehrgang
- ✚ Tageslehrgang
- ✚ Wochenendlehrgang
- ✚ Wochenlehrgang

Alle Lehrgangsformen können miteinander kombiniert werden. Die Ausbildungsmaßnahmen für den Erwerb einer Lizenz müssen jedoch grundsätzlich innerhalb von zwei Jahren abgeschlossen sein. Stichtag ist der 1. Tag der entsprechenden Ausbildung.

Die Organisationsformen für das Studium an der Trainerakademie des DOSB regelt die Trainerakademie. Sie bietet Direktstudium (2 Jahre), Kombinationsstudium (2,5 Jahre Heimstudium und 0,5 Jahre Direktstudium) sowie Weiterbildung (4 Jahre und 0,5 Jahre Direktstudium) an.

## 2.5 Fort- und Weiterbildung

Mit dem Erwerb einer Lizenz ist der Ausbildungsprozess nicht abgeschlossen. Die notwendige zeitliche und inhaltliche Begrenzung der jeweiligen Ausbildungsgänge macht regelmäßige Fort- und Weiterbildungen notwendig.

Ziele solcher Fort- und Weiterbildungsveranstaltungen sind:

- ✚ Ergänzung und Vertiefung der bisher vermittelten Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten,
- ✚ Aktualisierung des Informationsstandes,
- ✚ Erkennen und Umsetzen von Entwicklungen des Sports im Allgemeinen und des Taekwondo im Speziellen,
- ✚ Erweiterung der Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten zu einem weiteren eigenständigen Profil im Rahmen der bestehenden Ausbildungsgänge.

Zur Verlängerung seiner Lizenz muss der/die Lizenzinhaber/in innerhalb des Gültigkeitszeitraumes Fort- oder Weiterbildungsveranstaltungen (mindestens 15 UE) auf der Ebene der höchsten der Lizenzstufe besuchen.

Eine Fortbildung von mindestens 15 UE muss wahrgenommen werden:

- ✚ nach Erwerb der 1. Lizenzstufe innerhalb von vier Jahren,
- ✚ nach Erwerb der 2. Lizenzstufe innerhalb von drei Jahren,
- ✚ nach Erwerb der 3. Lizenzstufe innerhalb von zwei Jahren.

Für Diplom-Trainer/innen bietet die Trainerakademie regelmäßig Fortbildungsveranstaltungen an. Die Gültigkeitsdauer der Lizenzverlängerung greift grundsätzlich ab dem Jahr, in dem die Fortbildung besucht wurde.

Mit Verlängerung einer Lizenz der Stufe 2 oder höher, werden automatisch die darunter liegenden Lizenzen für deren jeweilige Gültigkeitsdauer verlängert.

## 3. Ausbildungsgänge

### 3.1 Sportassistent/in

#### 3.1.1 Aufgabenorientierung

Unterstützen eines Trainers/Trainerin bei seiner/ihrer unterrichtlichen und sportpraktischen Tätigkeit. Der/die Sportassistent/in sollte lediglich assistieren. Er/sie ist grundsätzlich nicht befugt alleine und/oder eigenverantwortlich Gruppen zu leiten.

#### 3.1.2 Ziele der Ausbildung

Folgende Fähigkeiten und Fertigkeiten sollen erworben werden:

- ✚ Aufgaben in Sportgruppen und Vereinen kennen,
- ✚ Lebenssituation von Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Senioren kennen,
- ✚ Den Aufbau einer Übungsstunde kennen,
- ✚ Kriterien der Übungsauswahl kennen,
- ✚ Sicherheitsaspekte im Sport kennen,
- ✚ Inhalte des Taekwondosports kennen,
- ✚ Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Umsetzung von Taekwondoangeboten,
- ✚ unter Anleitung eines/einer verantwortlichen Übungsleiters/Übungsleiterin oder Trainers/Trainerin Gruppen leiten sowie Mithilfe beim Unterricht von allgemeinen und speziellen Inhalten des Taekwondo,
- ✚ den Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer kennen und in der Praxis berücksichtigen.

#### 3.1.3 Zulassung zur Ausbildung

Für die Teilnahme an der Ausbildung zum/zur Sportassistent/in gelten folgende Mindestvoraussetzungen für die Zulassung:

- ✚ Vollendetes 14. Lebensjahr (Eine Lizenzierung erfolgt erst mit vollendetem 16. Lebensjahr)
- ✚ Graduierung: 4. Kup,
- ✚ Anmeldung an der Ausbildung durch den Verein (e.V.) des/der Teilnehmers/Teilnehmerin,
- ✚ Mitgliedschaft in einem Verein (e.V.), der der Deutschen-Taekwondo-Union e.V. angehört,

Ausnahmen regelt der/die die Ausbildung durchführende Landeslehrwesenreferent/in in Absprache mit dem/der Bundeslehrwesenreferent/in.

#### 3.1.4 Ausbildungsinhalte und Struktur

Die Angaben der Mindestmenge von Unterrichtseinheiten für die einzelnen Unterrichtsgebiete sind Richtzahlen, sie können nach Bedarf, insbesondere in Abhängigkeit mit der an der Ausbildung teilnehmenden Personengruppe, variiert werden.

##### 3.1.4.1 Sportassistent/in Ausbildung / 40 UE

Die Ausbildung vermittelt Basiswissen, welches zur Mithilfe beim Leiten und Betreuen von Gruppen befähigt. Behandelt werden folgende Themenbereiche:

- ✚ Taekwondo im gesellschaftlichen Kontext,

- ✚ Unterrichtslehre,
- ✚ Bewegungslehre,
- ✚ Sportbiologie,
- ✚ Rolle der Trainerin / des Trainers.

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

#### 3.1.4.1.1 Taekwondo im Gesellschaftlichen Kontext

- |   |             |
|---|-------------|
| <p>I. Geschichte des Taekwondo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Historischer Überblick über die Entwicklung des Taekwondo</li> <li>✚ Bedeutung des „Do“</li> </ul>  | <b>2 UE</b> |
| <p>II. Aufbau und Strukturen des Sportverkehrs</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ der Verein</li> <li>✚ der Landesfachverband</li> <li>✚ die DTU (Deutsche-Taekwondo-Union)</li> <li>✚ der DOSB (Deutscher Olympischer SportBund)</li> <li>✚ die WTF (World-Taekwondo-Federation)</li> <li>✚ das IOC (Internationales Olympisches Komitee)</li> </ul> | <b>2 UE</b> |

#### 3.1.4.1.2 Unterrichtslehre in Theorie und Praxis

- |  |             |
|--|-------------|
| <p>I. Aufbau einer Übungsstunde</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Aufwärmen - Herz-Kreislaufaktivierung, Mobilisation der Gelenke, Dehnung der Muskulatur, Spannungsaufbau</li> <li>✚ Hauptteil - langsam steigende Belastung, Schnelligkeit- vor Kraft- vor Ausdauerbelastung, Technik vor Kondition</li> <li>✚ Cool Down - der vorangegangenen Belastung angepasst, Übungs- und Spielformen zur allmählichen Senkung der Herz-Kreislaufaktivität, Dehnungs- und Entspannungsmethoden</li> </ul> | <b>4 UE</b> |
| <p>II. Kleine Spiele:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Spiel- und Übungsformen zum Einstimmen und Aufwärmen</li> <li>✚ Spiel- und Übungsformen zum Abwärmen und Ausklang</li> <li>✚ Spiel- und Übungsformen zur Förderung taekwondospezifischer Fähigkeiten und Fertigkeiten</li> </ul>  | <b>5 UE</b> |

#### 3.1.4.1.3 Bewegungslehre in Theorie und Praxis

- |  |             |
|--|-------------|
| <p>I. Bewegungslernen in Theorie und Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Bewegungsbeobachtung und -beschreibung</li> <li>✚ Phasen des Bewegungslernens</li> <li>✚ Methoden des Bewegungslehrens - Ganz-, Teil- und Ganz-Teil-Ganzmethode</li> <li>✚ Einsatz von Hilfsmitteln beim Bewegungslernen</li> <li>✚ Fehlerkorrektur: Erkennen von fehlerhaften TKD-Techniken und Hilfestellungen zur Fehlerkorrektur</li> </ul> | <b>3 UE</b> |
|--|-------------|

- II. Einsatz von Hilfsmitteln im Taekwondo-Training **3 UE**
- ✚ Einsatz von optischen, akustischen, taktilen Hilfestellungen
  - ✚ Einsatz von Geräte- und Geländehilfen im Trainingsprozess

#### 3.1.4.1.4 Sportbiologie in Theorie und Praxis

- I. Funktionelle Anatomie **2 UE**
- ✚ Herz-Kreislaufsystem
  - ✚ aktiver und passiver Bewegungsapparat
  - ✚ Nervensystem
- II. Auswirkung von Belastung auf den menschlichen Organismus **2 UE**
- ✚ Anpassungserscheinungen auf die unterschiedlichen Formen des Ausdauer-, Kraft-, Beweglichkeits- und Koordinationstrainings
- III. Entwicklungsgemäße Übungen zur Förderung der Leistungsfähigkeit spezifischer Organsysteme in unterschiedlichen Altersstufen (Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter) **5 UE**
- ✚ Herz-Kreislauftraining
  - ✚ Krafttraining
  - ✚ Kraftausdauertraining
  - ✚ Koordinationstraining
  - ✚ Funktionsgymnastik - funktionelle und nicht funktionelle Übungen

#### 3.1.4.1.5 Rolle der Trainerin / des Trainers in Theorie und Praxis

- I. Aufgaben und Verhalten von Trainer/innen in der Sportgruppe und im Verein **5 UE**
- ✚ Selbstbeobachtung und Beobachtung von Gruppenverhalten, Umgang mit gruppenspezifischen Prozessen
  - ✚ Aufsichtspflicht
  - ✚ Versicherungs- und Haftungsfragen
  - ✚ Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer
- II. Umgang mit Konflikten **5 UE**
- ✚ Entstehung von Konflikten
  - ✚ Strategien zur Konfliktlösung
  - ✚ Soziale Kompetenz - Aktives Zuhören, Ich-Aussage
- III. Umgang mit Emotionen **2 UE**
- ✚ Erscheinungsformen aggressiver Handlungen
  - ✚ Verhaltensregeln zum Umgang mit aggressiven Handlungen
  - ✚ Umgang mit Passivität

**Gesamtsumme der UE 40**

## 3.2 1. Lizenzstufe: Trainer/in „C“

### 3.2.1 Aufgabenorientierung

#### **Trainer/in C - Profil: Kinder/Jugendliche:**

Hinführung von Kindern und Jugendlichen zum leistungs- und wettkampforientierten Taekwondotraining. Planung und Durchführung von zielgruppengerechtem Grundlagentraining unter Berücksichtigung trainingswissenschaftlicher und gesundheitssportlicher Grundsätze.

#### **Trainer/in C - Profil: Erwachsene / Senioren:**

Hinführung von Erwachsenen zum leistungs- und wettkampforientierten Taekwondotraining. Planung und Durchführung von zielgruppengerechtem Wettkampftraining unter Berücksichtigung trainingswissenschaftlicher und gesundheitssportlicher Grundsätze.

### 3.2.2 Ziele der Ausbildung – Trainer C

Folgende Fähigkeiten und Fertigkeiten sollen erworben werden:

- ✚ Inhalte des Taekwondoleistungssports kennen, analysieren und begründen können,
- ✚ Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten bei der Umsetzung von leistungs- und wettkampforientierten Taekwondoangeboten,
- ✚ vielseitige Grundausbildung vermitteln können,
- ✚ Grundlagentraining auf der Basis von Rahmentrainingplänen aufbauen und durchführen können,
- ✚ Training und Wettkämpfe planen, durchführen, zielgruppengerecht variieren und auswerten können,
- ✚ den Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer kennen und in der Praxis berücksichtigen können.

### 3.2.3 Zulassung zur Ausbildung

Für die Teilnahme an sämtlichen Ausbildungen der ersten Lizenzstufe gelten folgende Mindestvoraussetzungen für die Zulassung:

- ✚ Vollendetes 16. Lebensjahr (Eine Lizenzierung erfolgt erst mit Vollendung des 18. Lebensjahrs)
- ✚ Graduierung: 1. Kup,
- ✚ Erste-Hilfe Nachweis – Gültigkeit 2 Jahre (16 UE)
- ✚ Anmeldung an der Ausbildung durch den Verein (e.V.) des/der Teilnehmers/Teilnehmerin,
- ✚ Mitgliedschaft in einem Verein (e.V.), der der Deutschen-Taekwondo-Union e.V. angehört.
- ✚ Ausnahmen regelt der/die die Ausbildung durchführende Landeslehrwesenreferent/in in Absprache mit dem/der Bundeslehrwesenreferent/in.
- ✚ Besitz einer gültigen Kampfrichter-Anwärter-Lizenz oder höher (Wettkampf oder Poomsae)

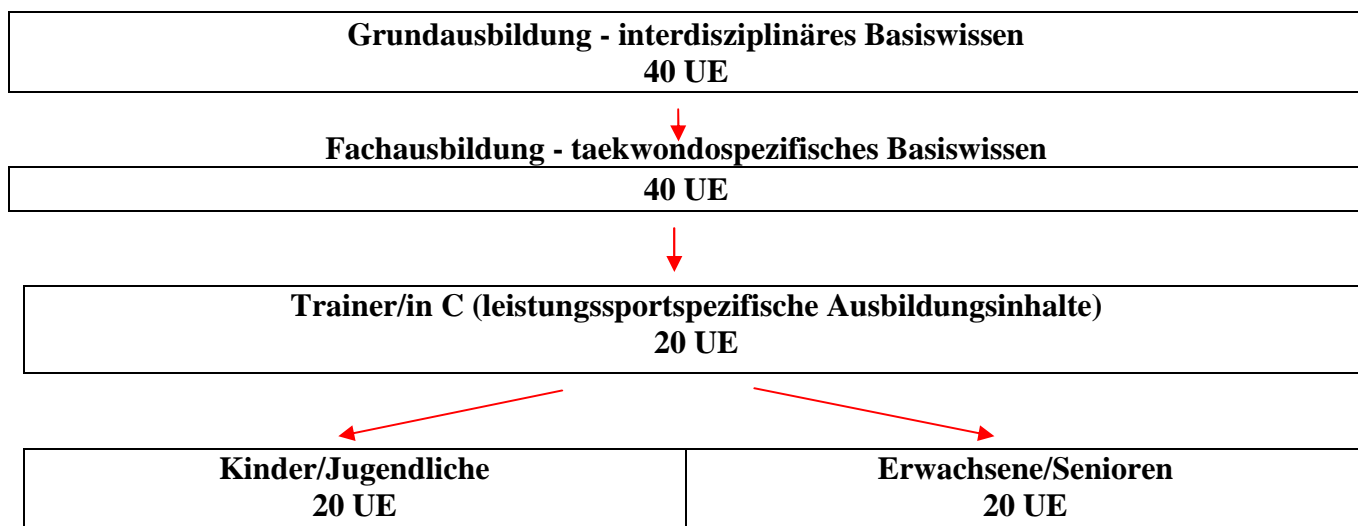
### 3.2.4 Ausbildungsinhalte und Struktur

Die Angaben der Mindestmenge von Unterrichtseinheiten für die einzelnen Unterrichtsgebiete sind Richtzahlen, sie können nach Bedarf, insbesondere in Abhängigkeit mit der an der Ausbildung teilnehmenden Personengruppe variiert werden.

Folgende Bausteine bilden die Ausbildungskonzeption:

✚ Grundausbildung	40 UE
✚ Fachausbildung	40 UE
✚ trainerspezifische Ausbildungsinhalte	20 UE
✚ zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte	20 UE

**Sie können wie folgt kombiniert werden:**



Aus diesen Kombinationsmöglichkeiten ergeben sich für die erste Lizenzstufe folgende Ausbildungsgänge:

- ✚ Trainer/in-C Kinder/Jugendliche
- ✚ Trainer/in-C Erwachsene/Senioren

### 3.2.3.1 Grundausbildung - Interdisziplinäres Basiswissen / 40 UE

Die Grundausbildung vermittelt interdisziplinäres Basiswissen. Sie ist Inhalt sämtlicher Ausbildungsgänge der 1. Lizenzstufe.

Behandelt werden folgende Themenbereiche:

- ✚ allgemeine Unterrichtslehre
- ✚ allgemeine Trainingslehre
- ✚ allgemeine Bewegungslehre
- ✚ Sportbiologie
- ✚ Sporternährung
- ✚ Rolle der Trainerin / des Trainers

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

#### 3.2.4.1.1 *allgemeine Unterrichtslehre in Theorie und Praxis*

- |     |                                      |  |             |
|-----|--------------------------------------|--|-------------|
| I.  | Unterrichtsplanung                   |  | <b>1 UE</b> |
|     | ✚ Stundenziel - Grobziel - Richtziel |  |             |
|     | ✚ didaktisches Dreieck               |  |             |
| II. | Unterrichtsmethodik                  |  | <b>4 UE</b> |
|     | ✚ Kriterien der Übungsauswahl        |  |             |
|     | ✚ Einsatz von Hilfsmitteln           |  |             |

- ✚ Unterrichtskonzepte: offener, geschlossener, problemorientierter Unterricht
- III. Sportstundenplanung: Planung und Durchführung einer Übungsstunde **2 UE**
- ✚ Stoff-, Ziel-, Gruppenanalyse
  - ✚ Analyse der Rahmenbedingungen
  - ✚ Tabellarische Stundenverlaufsplanung
  - ✚ Durchführung der geplanten Stunde(n) - als Hausaufgabe
  - ✚ Reflexion des tatsächlichen Stundenverlaufs - als Hausaufgabe

#### 3.2.4.1.2 *allgemeine Trainingslehre in Theorie und Praxis*

- I. Aufbau einer Übungsstunde **4 UE**
- ✚ Aufwärmen - Herz-Kreislaufaktivierung, Mobilisation der Gelenke, Dehnung der Muskulatur, Spannungsaufbau
  - ✚ Hauptteil - langsam steigernde Belastung, Schnelligkeit- vor Kraft- vor Ausdauerbelastung, Technik vor Kondition
  - ✚ Cool Down - der vorangegangenen Belastung angepasst, Übungs- und Spielformen zur allmählichen Senkung der Herz-Kreislaufaktivität, Dehnungs- und Entspannungsvariationen
- II. Konditionstraining **5 UE**
- ✚ konditionelle Fähigkeiten - Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, koordinative Fähigkeiten (Definitionen und Ausprägungsmerkmale)
  - ✚ Trainingsmethoden der konditionellen Eigenschaften Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit sowie der koordinativen Fähigkeiten
- III. Prinzipien des Trainings **3 UE**
- ✚ Belastung und Erholung - Superkompensation
  - ✚ Progressive Belastung
  - ✚ Variation der Trainingsbelastungen
  - ✚ Entwicklungsgemäßheit
  - ✚ Dauerhaftigkeit

#### 3.2.4.1.3 *allgemeine Bewegungslehre in Theorie und Praxis*

- I. Struktur von Bewegungen **1 UE**
- ✚ zyklische - azyklische Bewegungen
  - ✚ Bewegungsphasen und motorische Sequenzen
- II. Bewegungslernen in Theorie und Praxis **4 UE**
- ✚ Bewegungsbeobachtung und -beschreibung
  - ✚ Phasen des Bewegungslernens
  - ✚ Methoden des Bewegungslehrens - Ganz-, Teil- und Ganz-Teil-Ganzmethode
  - ✚ Einsatz von Hilfsmitteln beim Bewegungslernen

#### 3.2.4.1.4 *Sportbiologie in Theorie und Praxis*

- I. Funktionelle Anatomie **2 UE**
- ✚ Herz-Kreislaufsystem

- ✚ aktiver und passiver Bewegungsapparat
  - ✚ Nervensystem
  - ✚ endokrines System
- II. Auswirkung von Belastung auf den menschlichen Organismus **2 UE**
- ✚ Anpassungserscheinungen auf die unterschiedlichen Formen des Ausdauer-, Kraft-, Beweglichkeits- und Koordinationstrainings
- III. Übungen zur Förderung der Leistungsfähigkeit spezifischer Organsysteme **4 UE**
- ✚ Herz-Kreislauftraining
  - ✚ Krafttraining
  - ✚ Kraftausdauertraining
  - ✚ Koordinationstraining
  - ✚ Funktionsgymnastik - funktionelle und nicht funktionelle Übungen
- IV. Ontogenese - psychomotorische Entwicklung des Menschen **3 UE**
- ✚ motorische und psychische Entwicklung in den unterschiedlichen Lebensabschnitten
  - ✚ kalendarisches, biologisches Alter
  - ✚ sensible Phasen für Bewegungslernen, Koordinations-, Ausdauer-, Kraft- und Schnelligkeitstraining
- V. Sporternährung **2 UE**
- ✚ Nährstoffe und ihre Bedeutung für den menschlichen Organismus
  - ✚ Energiebereitstellung bei unterschiedlicher körperlicher Belastung – aerobe und anaerobe Energieträger
  - ✚ Kriterien einer ausgewogenen Ernährung
  - ✚ Gefahren von Dehydrierung
  - ✚ richtiges Trinken während und nach dem Sport
  - ✚ Ernährung vor, während und nach sportlicher Betätigung

#### 3.2.4.1.5 *Rolle der Trainerin / des Trainers in Theorie und Praxis*

- I. Aufgaben und Verhalten von Trainer/innen in der Sportgruppe und im Verein **3 UE**
- ✚ Selbstbeobachtung und Beobachtung von Gruppenverhalten, Umgang mit gruppenspezifischen Prozessen
  - ✚ Aufsichtspflicht
  - ✚ Versicherungs- und Haftungsfragen
  - ✚ Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer

**Gesamtsumme der UE 40**

#### 3.2.4.2 *Fachausbildung - taekwondospezifisches Basiswissen / 40 UE*

Die Fachausbildung vermittelt taekwondospezifisches Basiswissen. Sie ist Inhalt sämtlicher Ausbildungsgänge der 1. Lizenzstufe. Behandelt werden folgende Themenbereiche:

- ✚ Stellung des Taekwondo in der Gesellschaft
- ✚ Gesundheitsfragen im Taekwondosport
- ✚ spezielle Bewegungslehre
- ✚ spezielle Trainingslehre

## 🚩 Übungsleiter- / Trainerverhalten

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

### 3.2.4.2.1 *Stellung des Taekwondo in der Gesellschaft*

- I. Geschichte des Taekwondo **3 UE**
  - 🚩 Historischer Überblick über die Entwicklung des Taekwondo
  - 🚩 Ursprung und Bedeutung des Do
  
- II. Aufbau und Strukturen des Sportverkehrs **2 UE**
  - 🚩 der Verein
  - 🚩 der Landesfachverband
  - 🚩 die DTU (Deutsche-Taekwondo-Union)
  - 🚩 der DOSB (Deutscher Olympischer SportBund)
  - 🚩 die WTF (World-Taekwondo-Federation)
  - 🚩 das IOC (Internationales Olympisches Komitee)
  
- III. zielgruppenorientierte Öffentlichkeitsarbeit **3 UE**
  - 🚩 Möglichkeiten der Öffentlichkeitsarbeit
  - 🚩 Verfassung von Berichten und Kommentaren für die Presse
  - 🚩 Sponsorengewinnung
  
- IV. Taekwondosport im gesellschaftlichen Kontext **2 UE**
  - 🚩 Ethische Ansprüche an den Kampfsport
  - 🚩 Werte und Verhaltenssysteme von Männern / Jungen und Frauen / Mädchen in unserer Gesellschaft
  - 🚩 Reflexion über soziale und gesellschaftliche Vorbehalte gegenüber Kampfsport insbesondere unter Berücksichtigung des Themas Frauen und Mädchen im Taekwondo
  - 🚩 Auslegung des Notwehrparagrafen

### 3.2.4.2.2 *Gesundheitsfragen im Taekwondosport in Theorie und Praxis*

- I. funktionelle und nicht funktionelle Übungen im Taekwondo **4 UE**
  - 🚩 die Funktionalität taekwondospezifischer Techniken (Grundschul-, Freikampf-, Poomsaekampftechniken) und Bewegungsabläufe
  - 🚩 anatomische Funktionalität spezieller Bewegungsabläufe im Taekwondo
  - 🚩 Lehren funktioneller Technikausführungen
  
- II. Gewichtmachen als besondere Problematik der Gewichtsklasseneinteilung **3 UE**
  - 🚩 Hintergründe und Gefahren von Dehydrierung
  - 🚩 Gewichtsreduktion im Kindes- und Jugendalter
  - 🚩 Essstörungen
  - 🚩 Sinnvolle Gewichtsreduktion
  
- III. Verletzungen im Taekwondosport **2 UE**
  - 🚩 Ursachen, Prophylaxe und erste Hilfe bei Sportverletzungen
  - 🚩 Ursachen, Auswirkungen und Prophylaxe von Überlastungsschäden
  - 🚩 Übertraining: Erkennen und darauf Reagieren

### 3.2.4.2.3 spezielle Bewegungslehre in Theorie und Praxis

- I. Einsatz von Hilfsmitteln im Taekwondotraining **3 UE**
  - ✚ Einsatz von optischen, akustischen, taktilen Hilfestellungen
  - ✚ Einsatz von Geräte- und Geländehilfen im Trainingsprozess
  
- II. Techniklehren im Taekwondo **5 UE**
  - ✚ Bewegungsbeobachtung, -beschreibung und -erklärung von Taekwondotechniken
  - ✚ Kennzeichen der Taekwondo-Grundtechniken - Idealtechnik, Optimaltechnik, Individuelle Technik
  - ✚ Fehler bzw. Abweichungen von der Idealtechnik erkennen, klassifizieren
  - ✚ Hilfestellungen zur Fehlerkorrektur bei unkorrekter Technikausführung

### 3.2.4.2.4 spezielle Trainingslehre in Theorie und Praxis

- I. Taktik lehren im Taekwondo **3 UE**
  - ✚ Basistaktik im Taekwondo
  - ✚ Verhaltensstrategien in Selbstverteidigungssituationen
  - ✚ Verhaltensstrategien beim Formenlaufen
  
- II. Techniktraining (Formen) **2 UE**
  - ✚ Einsatz von Hilfsmitteln
  - ✚ methodisches Vorgehen beim Formentraining
  
- III. Kampftraining **2 UE**
  - ✚ Einsatz von Hilfsmitteln
  - ✚ methodisches Vorgehen beim Kampftraining
  
- IV. Selbstverteidigungstraining **2 UE**
  - ✚ Einsatz von Hilfsmitteln
  - ✚ methodisches Vorgehen beim Selbstverteidigungstraining

### 3.2.4.2.5 Trainerverhalten in Theorie und Praxis

- I. Umgang mit Konflikten **2 UE**
  - ✚ Entstehung von Konflikten
  - ✚ Strategien zur Konfliktlösung (Ich-Aussage, aktives Zuhören, u.a.)
  - ✚ Strafen - negative Konsequenz im Gegensatz zur willkürlichen Strafe
  
- II. Umgang mit Emotionen **2 UE**
  - ✚ Erscheinungsformen aggressiver Handlungen (destruktive und instrumentelle aggressive Handlung, Reflexhandlung)
  - ✚ Verhaltensregeln zum Umgang mit aggressiven Handlungen
  - ✚ Umgang mit Passivität

**Gesamtsumme der UE 40**

### 3.2.4.3 trainerspezifische Ausbildungsinhalte 20UE

In diesem dritten Ausbildungsabschnitt können die leistungssportorientierten, trainerspezifischen Ausbildungsinhalte absolviert werden. In diesem Fall wird nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung eine Trainerlizenz ausgestellt.

Die leistungssportspezifischen Ausbildungsinhalte behandeln folgende Themenbereiche:

- ✚ Trainingsplanung im Taekwondo-Leistungssport
- ✚ sportmotorische Tests
- ✚ psychologische Faktoren im Kampfsport

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

#### 3.2.4.3.1 *Trainingsplanung im Taekwondo-Leistungssport in Theorie und Praxis*

- I. Langfristiger Trainingsprozess **4 UE**
  - ✚ Grundlagen, Aufbau, Hoch- und Höchstleistungstraining
  - ✚ Inhalte und Ziele des Grundlagentrainings im Taekwondo
  - ✚ Rahmentrainingsplan im Taekwondo Kampf- und Technikbereich
  - ✚ Jahresplanung - Periodisierung des Trainingsprozesses im Taekwondo (Makro-, Meso-, Mikrozyklus)
  
- II. Trainingsprinzipien **2 UE**
  - ✚ Trainingsprinzip der Variation der Trainingsbelastungen
  - ✚ Trainingsprinzip der optimalen Relation von konditioneller, sporttechnischer, sporttaktischer und intellektueller Ausbildung einschließlich der Schulung der Willenseigenschaften
  - ✚ Trainingsprinzip der optimalen Relation von allgemeiner und spezieller Ausbildung und der zunehmenden Spezialisierung
  - ✚ Trainingsprinzip der progressiven Belastungssteigerung

#### 3.2.4.3.2 *sportmotorische Tests in Theorie und Praxis*

- I. sportmedizinische Untersuchung **2 UE**
  - ✚ Leistungsdiagnostik im Labor: Herz-Kreislaufsystem-Diagnostik, Kraftdiagnostik, Beweglichkeitstests, Diagnostik körperbaulicher Daten wie Körpergewicht, Körpergröße, Körperfettprozentsatz
  - ✚ Normwerte für die o. g. Leistungsdiagnostische Tests
  - ✚ Interpretation der Ergebnisse sportmedizinischer Untersuchungen
  - ✚ Unterschiede der Entwicklung von Mädchen und Jungen im Hinblick auf Leistungssport (sensible Phasen)
  
- II. Einsatz von Feldtests zur Kontrolle der Leistungsentwicklung **4 UE**
  - ✚ Cooper-Test
  - ✚ Conconi-Test
  - ✚ Beweglichkeitstests
  - ✚ Krafttests

#### 3.2.4.3.3 *psychologische Faktoren im Kampfsport*

- I. Einstellungen und Emotionen **4 UE**
  - ✚ gruppenspezifische Prozesse
  - ✚ Entstehung und Auswirkung von Stress, Angst, Leistungsdruck

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Selbstwertgefühl stärken und fördern</li> <li>✚ Methoden der Psychoregulation</li> </ul>	
II.	Motivation	<b>2 UE</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Ursache und Auswirkung von Motivationen</li> <li>✚ Erfolgsmotivation - Misserfolgsmeidungsmotivation</li> <li>✚ Motivarten: intrinsische und extrinsische Motivation, Grundmotive und instrumentelle Motive</li> </ul>	
III.	Coaching	<b>2 UE</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Aufgaben des Coachs vor, während und nach einer Meisterschaft</li> <li>✚ Psychologische Verhaltensregeln zur optimalen Wettkampfbegleitung</li> </ul>	
<b>Gesamtsumme der UE</b>		<b>20</b>

#### 3.2.4.4 zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte 20UE

In diesem vierten Ausbildungsabschnitt werden für die Zielgruppen Kinder/Jugendliche oder Erwachsene/Senioren spezifische Ausbildungsinhalte vermittelt. Womit nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung die Trainerlizenz das Profil Kinder/Jugendliche oder Erwachsene/Senioren erhält.

Die auf die Zielgruppe Kinder- und Jugendliche ausgerichteten Ausbildungsinhalte behandeln folgende Themenbereiche:

- ✚ spezifische Trainings und Bewegungslehre
- ✚ Sportbiologie

Die auf die Zielgruppe Erwachsene und Senioren ausgerichteten Ausbildungsinhalte behandeln folgende Themenbereiche:

- ✚ spezifische Trainings und Bewegungslehre
- ✚ Sportbiologie
- ✚ spezifische Lebenssituation von Erwachsenen und Senioren

##### 3.2.4.4.1 zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte: Kinder- und Jugendliche

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

##### 3.2.4.5.1.1 spezifische Trainings und Bewegungslehre in Theorie und Praxis

I.	Aufbau eines entwicklungsgemäßen Taekwondotrainings	<b>4 UE</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ im Kleinkindalter</li> <li>✚ im Schulkindalter</li> <li>✚ während der Pubertät</li> </ul>	
II.	zielgruppengerechtes Training in Theorie und Praxis	<b>10 UE</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Spielformen zur Entwicklung taekwondospezifischer Fähigkeiten und Fertigkeiten</li> <li>✚ kindgerechtes Formen-, Kampf-, Selbstverteidigungs- und Grundschultraining</li> <li>✚ kind- und jugendgerechte Auswahl von Trainingsmethoden und Hilfsmitteln</li> <li>✚ Konditionstraining im Kindes- und Jugendalter - Methoden, sensible Phasen, zielgruppengerechte Übungsformen</li> <li>✚ Funktionsgymnastik für Kinder und Jugendliche</li> </ul>	

- ✚ Über- und Unterforderung erkennen

#### 3.2.4.5.1.2 Sportbiologie

- |  |             |
|--|-------------|
| I. Physiologische Bedingungen von Kindern und Jugendlichen | <b>2 UE</b> |
| ✚ Belastbarkeit von Kindern und Jugendlichen               |             |
| ✚ Trainierbarkeit im Kindes- und Jugendalter               |             |

#### 3.2.4.5.1.3 spezifische Lebenssituation von Kindern und Jugendlichen

- |   |             |
|---|-------------|
| I. soziokulturelle Situation  | <b>1 UE</b> |
| ✚ Lebenslage und Interessen von Kindern und Jugendlichen  |             |
| ✚ geschlechtsspezifische Ausprägung von Interessen der Kinder und Jugendlichen                  |             |
| II. Kinder stark machen   | <b>3 UE</b> |
| ✚ Umgang von Kindern und Jugendlichen mit Stress, Angst und Leistungsdruck                      |             |
| ✚ Vorbereitung und Betreuung von Kindern und Jugendlichen auf Meisterschaften und Kup-Prüfungen |             |

**Gesamtsumme der UE 20**

#### 3.2.4.5.2 zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte: Erwachsene/Senioren

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

##### 3.2.4.5.2.1 spezifische Trainings und Bewegungslehre in Theorie und Praxis

- |   |             |
|---|-------------|
| I. erwachsenen- und seniorengerechtes Taekwondo   | <b>8 UE</b> |
| ✚ erwachsenen und seniorengerechtes Einstimmen und Aufwärmen im Taekwondo   |             |
| ✚ erwachsenen und seniorengerechte Spiel- und Übungsformen zur Entwicklung taekwondospezifischer Fähigkeiten und Fertigkeiten |             |
| ✚ erwachsenen und seniorengerechtes Technik-, Kampf-, Selbstverteidigungs- und Grundschultraining                             |             |
| ✚ seniorengerechte Selbstverteidigungstechniken   |             |
| ✚ Funktionsgymnastik für Senioren   |             |
| ✚ Über- und Unterforderung erkennen   |             |

##### 3.2.4.5.2.2 Leistungs-Taekwondo im späteren Lebensalter in Theorie und Praxis

- |  |             |
|--|-------------|
| I. Erwachsene und Senioren im Leistungssport                                       | <b>4 UE</b> |
| ✚ Formenleistungstraining im Erwachsenen und Seniorenbereich - Nutzen und Gefahren |             |
| ✚ Praktische Übungen zum Formenleistungstraining                                   |             |
| ✚ alternative Sportarten für intensive sportliche Betätigung im Alter              |             |

##### 3.2.4.5.2.3 Sportbiologie

- |  |             |
|--|-------------|
| I. Physiologische Bedingungen des älteren Organismus                     | <b>3 UE</b> |
| ✚ Belastbarkeit von Erwachsenen und Senioren                             |             |
| ✚ Trainierbarkeit im Erwachsenen und Senioren                            |             |
| ✚ Altersveränderungen des menschlichen Organismus von Nicht-Sportlern im |             |

Vergleich zu Sportlern

- die positive Wirkung von Ausdauer-, Kraftausdauer-, Koordinations- und Beweglichkeitstraining für den älteren Organismus

#### 3.2.4.5.2.4 spezifische Lebenssituation von Erwachsenen und Senioren

- I. Soziokulturelle Situation 2 UE
- Lebenslage und Interessen von Erwachsenen und Senioren
  - geschlechtsspezifische Ausprägung von Interessen der Frauen und Männer im späten und späteren Erwachsenenalter
  - Die besondere Problematik von Prüfungen im Erwachsenen und Seniorenalter
- II. physisch psychische Situation 3 UE
- „Wohlstandskrankheiten“ durch Ernährungsfehler und Bewegungsmangel
  - Wirkung von regelmäßiger sportlicher Betätigung auf Psyche und Physis des Menschen

**Gesamtsumme der UE 20**

### 3.2.5 Profilerweiterung

Eine Profilerweiterung ist möglich, indem noch nicht absolvierte Ausbildungsbausteine besucht werden.

Folgende Profilerweiterungen innerhalb der ersten Lizenzstufe sind möglich:

Ausgangslizenz	Zu absolvierender Baustein	erweiterte bzw. zusätzliche Lizenz
Trainer/in-C Kinder/Jugendliche	zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte: Erwachsene/Senioren / 20 UE	Trainer/in-C Erwachsene/Senioren
Trainer/in-C Erwachsene/Senioren	zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte: Kinder/Jugendliche / 20 UE	Trainer/in-C Kinder/Jugendliche

## 3.3 2. Lizenzstufe: Trainer/in „B“

### 3.3.1 Aufgabenorientierung

#### Trainer/in B - Profil: Kinder/Jugendliche:

Talentsuche, Talentsichtung und Talentauswahl sowie Hinführung von Kindern und Jugendlichen zum leistungs- und Wertkampf orientierten Taekwondotraining. Planung und Durchführung von zielgruppengerechtem Grundlagen-, Aufbau- und Hochleistungstraining unter Berücksichtigung trainingswissenschaftlicher und gesundheitssportlicher Grundsätze.

#### Trainer/in B - Profil: Erwachsene / Senioren:

Talentsuche, Talentsichtung und Talentauswahl sowie Hinführung zum leistungs- und Wertkampf orientierten Taekwondotraining. Hoch- und Höchstleistungstraining von Erwachsenen. Planung und Durchführung von zielgruppengerechtem Grundlagen-, Aufbau- und Leistungstraining unter Berücksichtigung trainingswissenschaftlicher und gesundheitssportlicher Grundsätze.

### 3.3.2 Ziele der Ausbildung – Trainer/in „B“

Folgende Fähigkeiten und Fertigkeiten sollen erworben werden:

- ✚ vielseitige Grundausbildung des Taekwondo vermitteln können,
- ✚ den Aufbau von Rahmentrainingsplänen der Bereiche Technik und Kampf kennen,
- ✚ Aufbautraining auf der Basis der Rahmentrainingspläne konzipieren und durchführen können,
- ✚ Besonderheiten des Kinder- und Jugendtrainings beachten können,
- ✚ Training und Wettkämpfe planen, durchführen, zielgruppengerecht betreuen und auswerten können,
- ✚ Kampfrichtertätigkeiten ausüben können,
- ✚ Vertiefung der im Rahmen der Trainer/innen-C erworbenen fachlichen Grundkenntnisse,
- ✚ Inhalte des Taekwondo-Leistungssports im Poomsae und Kampfbereich kennen, analysieren und begründen können,
- ✚ Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten bei der Umsetzung von leistungs- und wettkampforientierten Taekwondoangeboten,
  
- ✚ Trainingsstrukturplanung (Mehrjahresplanung, Zyklisierung, makrostrukturelle Belastungsdynamik) kennen und umsetzen können,
- ✚ Vertiefte pädagogische Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten für die zielgruppengerechte Betreuung von Einzelpersonen oder Gruppen im Taekwondo-Wettkampfsport,
- ✚ Möglichkeiten der Kompetenzerweiterung für Trainer/innen-C kennen und vermitteln können,
- ✚ den Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer kennen und in der Praxis berücksichtigen können.

### 3.3.3 Zulassung zur Ausbildung

Für die Teilnahme an Ausbildungen der zweiten Lizenzstufe gelten folgende

Mindestvoraussetzungen für die Zulassung:

- ✚ Vollendetes 18. Lebensjahr (Eine Lizenzierung erfolgt erst mit Vollendung 20. Lebensjahr)
- ✚ Graduierung: 1. Dan,
- ✚ Erste-Hilfe Nachweis – Gültigkeit 2 Jahre (16 UE)
- ✚ Anmeldung an der Ausbildung durch den Verein (e.V.) des/der Teilnehmers/Teilnehmerin,
- ✚ Mitgliedschaft in einem Verein (e.V.), der der Deutschen-Taekwondo-Union e.V. angehört.
- ✚ Ausnahmen regelt der/die die Ausbildung durchführende Landeslehrwesenreferent/in in Absprache mit dem/der Bundeslehrwesenreferent/in.
- ✚ Besitz einer gültigen Trainer-C-Lizenz,
- ✚ Besitz einer gültigen Kampfrichterlizenz auf Landesebene (Wettkampf oder Poomsae)
- ✚ 1-jährige Trainertätigkeit im Verein

### 3.3.4 Ausbildungsinhalte und Struktur

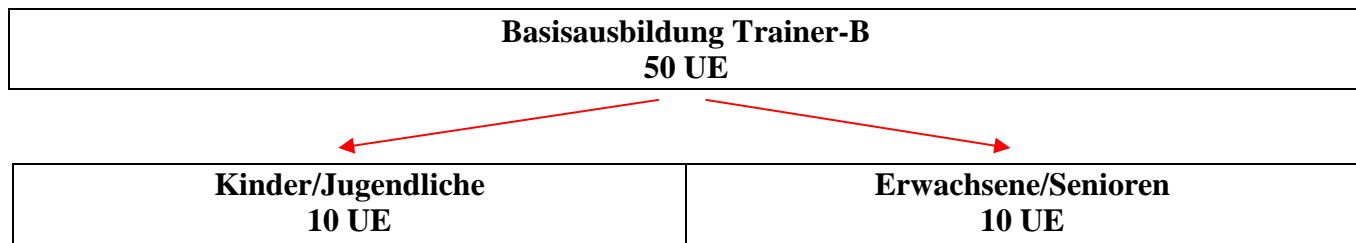
Die Angaben der Mindestmenge von Unterrichtseinheiten für die einzelnen Unterrichtsgebiete sind Richtzahlen, sie können nach Bedarf, insbesondere in Abhängigkeit mit der an der Ausbildung teilnehmenden Personengruppe variiert werden.

### 3.3.4.1 Ausbildungsinhalte und Struktur der Trainer-B-Lizenzausbildung (leistungssportorientiert)

Folgende Bausteine bilden die Ausbildungskonzeption:

- |   |              |
|---|--------------|
| <b>1. Basisausbildung Trainer-B</b>                 | <b>50 UE</b> |
| <b>2. zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte</b> | <b>10 UE</b> |

Sie können wie folgt kombiniert werden:



Aus diesen Kombinationsmöglichkeiten ergeben sich für diese zweite Lizenzstufe folgende Ausbildungsgänge:

- ✚ Trainer/in-B Kinder/Jugendliche
- ✚ Trainer/in-B Erwachsene/Senioren

### 3.3.4.2 Hospitation (kann gefordert werden)

#### **Trainer-B:**

Hospitation bei einem Landeskader- oder Stützpunkttraining.

Der Umfang der Hospitationen sollte die Teilnahme als Hospitant an mindestens einem Tageslehrgang (8 UE) umfassen. Über die besuchten Trainingsabschnitte ist vom Teilnehmer ein Hospitationsbericht anzufertigen. Der Hospitant soll an dem eigentlichen Lehrgangsprozess aktiv mitarbeiten.

### 3.3.4.3 Basisausbildung Trainer-B / 50 UE

Die Basisausbildung vermittelt leistungssportspezifisches Basiswissen.

Behandelt werden folgende Themenbereiche:

- ✚ Organisation und Verwaltung
- ✚ taekwondospezifische Trainingslehre
- ✚ Sportbiologie
- ✚ taekwondospezifische Bewegungslehre
- ✚ Sportpsychologie
- ✚ Rolle der Trainerin / des Trainers

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

#### 3.3.4.3.1 *Organisation und Verwaltung in Theorie und Praxis*

- |                                       |             |
|---------------------------------------|-------------|
| I. Vereinsgründung                    | <b>1 UE</b> |
| ✚ Vorgehensweise und Richtlinien      |             |
| ✚ Vereinssatzung                      |             |
| ✚ Hilfestellung für Vereinsgründungen |             |

- II. Wettkampfororganisation 2 UE
- ✚ Planung und Durchführung von Meisterschaften
  - ✚ Gewinnung von Sponsoren oder öffentliche Unterstützung zur Ausrichtung von Meisterschaften
  - ✚ Gewinnung von Sponsoren oder öffentliche Unterstützung zur Teilnahme an Meisterschaften
- III. Öffentlichkeitsarbeit 2 UE
- ✚ Umgang und Kontakt mit den Medien: Presse, Funk und Fernsehen
  - ✚ Werbe und Marketingstrategien im Taekwondo
- IV. Fördersysteme des Leistungssports 1 UE
- ✚ Leistungssportstrukturen der DOSB-Olympiastützpunkte, Sportmedizinische Institute, Sportförderungen
  - ✚ Leistungssportstrukturen der DTU-Bereich „Kampf“: Kadersystem, Stützpunkte, Sportförderung
  - ✚ Leistungssportstrukturen der DTU-Bereich „Poomsae“: Kadersystem, Stützpunkte, Sportförderung

#### 3.3.4.3.2 taekwondospezifische Trainingslehre in Theorie und Praxis

- I. Umsetzung der Trainingsprinzipien im Taekwondo 5 UE
- ✚ Prinzip der optimalen Relation von Belastung und Erholung und das Prinzip der Superkompensation
  - ✚ Prinzip der progressiven Belastung
  - ✚ Prinzip des langfristigen Trainingsaufbaus
  - ✚ Prinzip des periodischen Trainingsaufbaus
  - ✚ Prinzip der optimalen Relation von konditioneller, sporttechnischer, sporttaktischer und intellektueller Ausbildung einschließlich der Schulung der Willenseigenschaften
  - ✚ Prinzip der optimalen Relation von allgemeiner und spezieller Ausbildung und der zunehmenden Spezialisierung
  - ✚ Prinzip der Variation der Trainingsbelastungen hinsichtlich der Trainingsinhalte, -methoden sowie der Belastungsnormative
  - ✚ Prinzip der Individualität
  - ✚ Prinzip der Entwicklungsgemäßheit
  - ✚ Prinzip der Dauerhaftigkeit
  - ✚ Rahmentrainingspläne im Taekwondo - Aufbau und Umsetzung in die Trainingspraxis
  - ✚ Inhalte und Ziele des Aufbau- und Leistungstrainings im Taekwondo
- II. Konditionstraining im Taekwondo 4 UE
- ✚ Erscheinungsformen der konditionellen Grundeigenschaften im Taekwondo, Anforderungsprofile Kampf und Technikwettkampf
  - ✚ Trainingsmethoden zur Förderung der taekwondospezifischen konditionellen Eigenschaften
  - ✚ Erholungsphasen - Dauer der Regenerationsprozesse unterschiedlicher Organsysteme nach Belastungen

- III. Belastungssteuerung im Taekwondotraining 3 UE
- # Hilfsmittel zur Diagnose der tatsächlichen Belastung
  - # Formeln zur Ermittlung von Trainingsherzfrequenzen für das Ausdauertraining
  - # die Bedeutung der Schwellenherzfrequenz
  - # die Bedeutung von Ruheherzfrequenz und Herzfrequenzreserve für die Belastungssteuerung Trainingstagebuch - Sinn und Inhalt
- IV. Sportmotorische Tests 5 UE
- # Einsatzmöglichkeiten sportmotorischer Tests
  - # Tests zur Überprüfung der Leistungsfähigkeit und der Trainingsfortschritte - Einfache Verfahren zur Diagnostik von konditionellen Fähigkeiten – z.B. Ausdauerests (Cooper-Test, Conconi-Test, PWC-Tests), Krafttests, Schnelligkeitests, Gewandtheitests, Beweglichkeitests
  - # Tests zur Überprüfung der Effizienz der Trainingsmethodik
  - # Tests taekwondospezifischer Fähigkeiten und Fertigkeiten selbst konzipieren

#### 3.3.4.3.3 *Sportbiologie in Theorie und Praxis*

- I. Energiebereitstellung im Taekwondo 2 UE
- # Die unterschiedlichen Energiebereitstellungsprozesse und ihre Bedeutung für den Taekwondowettkampf (Kampf, Poomsae)
- II. Prophylaxe im Leistungssport 6 UE
- # regenerationsfördernde Programme als Teil der Trainingsplanung - Sauna, Massage, Entspannungsmethoden, Regenerationssport
  - # prophylaktisches Taping
  - # Sportmassage zur Förderung der Regeneration nach intensiven Trainingseinheiten
  - # Wettkampfmassage zur Auflockerung verkrampfter oder „schwerer“ Muskulatur
  - # Übertraining - Ursachen, Merkmale, Trainingsanpassung
  - # muskuläre Dysbalancen - Ursache und Auswirkung von Dysbalancen der Antagonisten,
  - # Dysbalancen in der Muskelschlinge, Dysbalancen im Muskel selbst
  - # Funktionsgymnastik als Teil der Trainingsplanung - muskuläres Gleichgewicht als Schutz vor Überlastung und Verletzung
- III. Sporternährung 2 UE
- # Gewichtmachen - Dehydrierung, Diäten und die Risiken für den Organismus
  - # gesunde Gewichtsreduktion - Ideal-, Wohlfühl- und Kampfgewicht, schonende Methoden der Gewichtsreduktion
  - # Doping: verbotene Substanzen und ihre Wirkung auf den Organismus, Medikamente, die solche Substanzen enthalten können, Liste der „sauberen“ Medikamente
- IV. Ontogenese - die psychomotorische Entwicklung des Menschen 5 UE
- # physische und psychische Belastbarkeit während der einzelnen Entwicklungsstufen
  - # Trainierbarkeit während der einzelnen Entwicklungsstufen
  - # Ausprägung der mentalen Fähigkeiten während der einzelnen Entwicklungsstufen

- ✚ Inhalte eines entwicklungsgemäßen Taekwondo(leistungs)trainings während der einzelnen Entwicklungsstufen

#### 3.3.4.3.4 taekwondospezifische Bewegungslehre in Theorie und Praxis

- I. Biomechanik in Theorie und Praxis 5 UE
- ✚ mathematische Größen der Biomechanik
  - ✚ biomechanische Prinzipien und ihre Bedeutung für das Techniktraining
    - Prinzip der Anfangskraft
    - Prinzip des optimalen Beschleunigungsweges
    - Prinzip der Koordination von Teilimpulsen
    - Prinzip der Gegenwirkung
    - Prinzip der Impulserhaltung
- II. Videoanalyse 3 UE
- ✚ Einsatzmöglichkeiten des Hilfsmittels „Videoaufzeichnung“
  - ✚ videounterstütztes Techniktraining
  - ✚ Analyse der Kampftaktik durch Videoanalyse - Erstellung von Analysebogen zur standardisierten Auswertung von Videoaufzeichnungen
  - ✚ videounterstütztes Technikleistungstraining

#### 3.3.4.3.5 Sportpsychologie

- I. Mentales Coaching 4 UE
- ✚ Angst - Erscheinungsformen, Ursache, Folgen für die sportliche Handlung
  - ✚ Stress - Ursache, Stressformen, Wirkung von Stress auf die kognitive und die körperliche Leistungsfähigkeit
  - ✚ Psychoregulationstraining - Möglichkeiten der Eigenregulation und der Fremdregulation
  - ✚ Motivation - Zur besonderen Problematik des „Drop Out“

**Gesamtsumme der UE 50**

#### 3.3.4.4 zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte 10UE

In diesem Ausbildungsabschnitt werden für die Zielgruppen Kinder/Jugendliche oder Erwachsene/Senioren spezifische Ausbildungsinhalte vermittelt. Diese Inhalte setzen sich insbesondere mit einer zielgruppengerechten leistungssportorientierten Trainingspraxis auseinander. Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung erhält die Trainerlizenz entsprechend der absolvierten Inhalte das Profil Kinder/Jugendliche oder Erwachsene/Senioren.

Die auf die Zielgruppe Kinder- und Jugendliche ausgerichteten Ausbildungsinhalte behandeln folgenden Themenbereich:

- ✚ **Leistungstraining mit Kindern und Jugendlichen**

Die auf die Zielgruppe Erwachsene und Senioren ausgerichteten Ausbildungsinhalte behandeln folgenden Themenbereich:

- ✚ **Leistungstraining mit Erwachsenen und Senioren**

#### 3.3.4.4.1 zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte: Kinder/Jugendliche

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

##### *Leistungstraining mit Kindern und Jugendlichen in Theorie und Praxis*

- |      |   |             |
|------|---|-------------|
| I.   | Grundlagentraining mit Kindern  | <b>2 UE</b> |
|      | <ul style="list-style-type: none"><li>✚ Exemplarische Stundenverläufe: Konditionstraining mit Kindern, Spiele und Spielformen zur Förderung taekwondospezifischer Fähigkeiten</li><li>✚ kindgerechte Trainingsformen zur Schulung der Feinform von Technikabläufen</li><li>✚ kindgerechte Trainingsformen zur Schulung von taktischem Basisverhalten</li></ul>  |             |
| II.  | Aufbautraining mit Kindern und Jugendlichen   | <b>4 UE</b> |
|      | <ul style="list-style-type: none"><li>✚ Vom Aufbautraining zum Leistungstraining: Planungsstrukturen, Trainingsschwerpunkte und konkrete Makro-, Meso-, und Mikrozyklen</li><li>✚ Exemplarische Stundenverläufe: kindgerechte Trainingsformen zur Schulung der variablen Verfügbarkeit von Poomsaetechniken</li><li>✚ Exemplarische Stundenverläufe: kindgerechte Trainingsformen zur Schulung der variablen Verfügbarkeit von Wettkampftechniken</li></ul>   |             |
| III. | Leistungstraining mit Jugendlichen  | <b>4 UE</b> |
|      | <ul style="list-style-type: none"><li>✚ Vom Leistungstraining zum Hochleistungstraining: Planungsstrukturen, Trainingsschwerpunkte und konkrete Makro-, Meso-, und Mikrozyklen</li><li>✚ Exemplarische Stundenverläufe: jugendgerechtes Taktiktraining im Kampf: vom Neulernen taktischer Handlungen bis zur Automatisierung als Reflexhandlungen</li><li>✚ Exemplarische Stundenverläufe: jugendgerechtes Training allgemeiner und spezieller Fähigkeiten und Fertigkeiten für Poomsae- und Zweikampfwettkampf</li></ul> |             |
|      | <b>Gesamtsumme der UE</b>   | <b>10</b>   |

#### 3.3.4.4.2 zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte: Erwachsene/Senioren

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

##### *Leistungstraining mit Erwachsenen und Senioren in Theorie und Praxis*

- |    |  |             |
|----|--|-------------|
| I. | Aufbautraining mit Erwachsenen   | <b>5 UE</b> |
|    | <ul style="list-style-type: none"><li>✚ Vom Aufbautraining zum Leistungstraining: Planungsstrukturen, Trainingsschwerpunkte und konkrete Makro-, Meso-, und Mikrozyklen</li><li>✚ Exemplarische Stundenverläufe: Trainingsformen zur Schulung der variablen Verfügbarkeit von Poomsaetechniken</li><li>✚ Exemplarische Stundenverläufe: Trainingsformen zur allgemeinen Schulung der Poomsaewettkampf spezifischen Fähigkeiten und Fertigkeiten</li><li>✚ Exemplarische Stundenverläufe: Trainingsformen zur speziellen Schulung der Poomsaewettkampf spezifischen Fähigkeiten und Fertigkeiten</li><li>✚ Exemplarische Stundenverläufe: Trainingsformen zur Schulung der variablen Verfügbarkeit von Wettkampftechniken</li></ul> |             |

## II. Leistungstraining mit Erwachsenen

5 UE

- ✚ Vom Aufbautraining zum Leistungstraining: Planungsstrukturen, Trainingsschwerpunkte und konkrete Makro-, Meso-, und Mikrozyklen
- ✚ Exemplarische Stundenverläufe: Poomsaeleistungstraining Einzel-, Paar- und Synchronlauf
- ✚ Exemplarische Stundenverläufe: Training allgemeiner und spezieller Fähigkeiten und Fertigkeiten für Poomsaewettkampf

Gesamtsumme der UE 10

### 3.3.5 Profilerweiterung

Folgende Profilerweiterungen sind möglich:

Ausgangslizenz	zu absolvierender Baustein	erweiterte bzw. zusätzliche Lizenz
Trainer/in-B Kinder/Jugendliche	Zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte: Erwachsene/Senioren / 20 UE	Trainer/in-B Erwachsene/Senioren
Trainer/in-B Erwachsene/Senioren	Zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte: Kinder/Jugendliche / 20 UE	Trainer/in-B Kinder/Jugendliche

## 3.4 3. Lizenzstufe: Trainer/in „A“

### Trainer/in A- Profil: Poomsae:

Planung und Durchführung eines systematischen, leistungsorientierten Formentrainings bis zur individuellen Höchstleistung. Dies schließt Talentsuche, Talentauswahl und Talentförderung ein. Situationsangepasste Umsetzung des Rahmentrainingsplans.

### Trainer/in A- Profil: Kampf:

Planung und Durchführung eines systematischen, leistungsorientierten Zweikampftrainings bis zur individuellen Höchstleistung. Dies schließt Talentsuche, Talentauswahl und Talentförderung ein. Situationsangepasste Umsetzung des Rahmentrainingsplans.

### 3.4.1 Ziele der Ausbildung

Folgende Fähigkeiten und Fertigkeiten sollen erworben werden:

- ✚ Inhalte des Taekwondoleistungssports im Poomsae- oder Kampfbereich kennen, analysieren und begründen können,
- ✚ vertiefte Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten bei der Umsetzung von leistungs- und wettkampforientierten Taekwondoangeboten,
- ✚ Rahmentrainingspläne für das Leistungs- und Hochleistungstraining im Technik- oder Kampfbereich kennen und mit gestalten können sowie Individualisierung der Rahmentrainingspläne durchführen können,
- ✚ Leistungs- und Hochleistungstraining auf der Basis von Rahmentrainingsplänen aufbauen,

- durchführen und variieren können,
- ✚ Training und Wettkämpfe planen, durchführen und zielgruppengerecht variieren und auswerten können,
- ✚ entwicklungspsychologische und -motorische Kriterien kennen und Trainingsmethodisch/didaktisch beachten können,
- ✚ Talentsuche, -Sichtung, -auswahl und -förderung durchführen können,
- ✚ den Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer kennen und in der Praxis berücksichtigen können,
- ✚ Öffentlichkeitsarbeit realisieren können,
- ✚ Trainingsstrukturplanung (Mehrjahresplanung, Zyklisierung, makrostrukturelle Belastungsdynamik) durchführen können

### 3.4.2 Zulassung zur Ausbildung

Für die Teilnahme zur Ausbildung der dritten Lizenzstufe gelten folgende Mindestvoraussetzungen für die Zulassung:

- ✚ Vollendetes 21. Lebensjahr
- ✚ Graduierung: 2. Dan,
- ✚ Erste-Hilfe Nachweis – Gültigkeit 2 Jahre (16 UE)
- ✚ Anmeldung der Teilnahme an der Ausbildung durch einen Verein (e.V.), oder des/der Teilnehmers/Teilnehmerin selbst.
- ✚ Zulassungsarbeit.
- ✚ Besitz einer gültigen Trainer-B-Lizenz,
- ✚ Besitz einer gültigen Kampfrichterlizenz auf Landesebene (Wettkampf oder Poomsae)
- ✚ 1-jährige Trainertätigkeit im Verein
- ✚ Befürwortung der Lizenzausbildung seitens des zuständigen Landesfachverband

### 3.4.3 Ausbildungsinhalte und Struktur

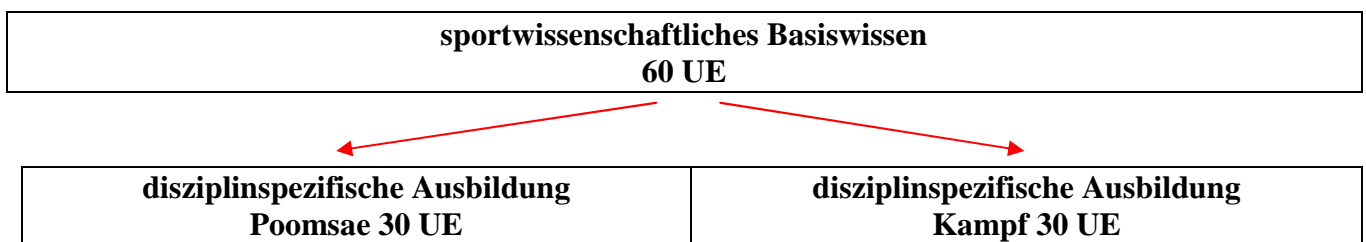
Die Angaben der Mindestmenge von Unterrichtseinheiten für die einzelnen Unterrichtsgebiete sind Richtzahlen, sie können nach Bedarf, insbesondere in Abhängigkeit mit der an der Ausbildung teilnehmenden Personengruppe variiert werden.

#### 3.4.3.1 Ausbildungsinhalte der Trainer-A-Ausbildung (leistungssportorientiert)

Folgende Bausteine bilden die Ausbildungskonzeption:

1. **sportwissenschaftliches Basiswissen** **60 UE**
2. **disziplinspezifische Ausbildungsinhalte** **30 UE**

Sie können wie folgt kombiniert werden:



Aus diesen Kombinationsmöglichkeiten ergeben sich für die dritte Lizenzstufe folgende Ausbildungsgänge:

Trainer/in-A Poomsae  
Trainer/in-A Kampf

### 3.4.3.2 Hospitation (kann gefordert werden)

Hospitationen über eine Periode des Wettkampfjahres des Bundeskaders in der Disziplin des beabsichtigten Profils (Poomsae bzw. Kampf). Diese Hospitation umfasst die den zuständigen Bundestrainer unterstützende Teilnahme an mindestens 3 möglichst aufeinanderfolgenden Lehrgängen (16 UE). Über die besuchten Trainingsabschnitte ist ein Hospitationsbericht vom Teilnehmer anzufertigen.

### 3.4.3.3 Sportwissenschaftliches Basiswissen 60 UE

Die sportwissenschaftliche Basisausbildung vermittelt leistungssportspezifische Inhalte der Sportwissenschaft und deren Anwendung im Taekwondoleistungstraining.

Behandelt werden folgende Themenbereiche:

- ✚ Organisation und Verwaltung
- ✚ taekwondospezifische Trainingslehre
- ✚ Sportbiologie
- ✚ taekwondospezifische Bewegungslehre
- ✚ Sportpsychologie

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

#### 3.4.3.3.1 Organisation und Verwaltung in Theorie und Praxis

- |      |  |             |
|------|--|-------------|
| I.   | Wettkampf- und Lehrgangsorganisation   | <b>5 UE</b> |
|      | ✚ Planung und Durchführung von Meisterschaften   |             |
|      | ✚ Planung und Durchführung von Lehrgängen  |             |
|      | ✚ Sponsoring: Personen-, Team-, und Veranstaltungssponsoring / Sponsorverträge (Inhalte, Kritikpunkte), Musterathletenvertrag              |             |
| II.  | Öffentlichkeitsarbeit  | <b>4 UE</b> |
|      | ✚ Umgang und Kontakt mit den Medien: Presse, Funk und Fernsehen  |             |
|      | ✚ Werbe und Marketingstrategien im Taekwondo   |             |
|      | ✚ Präsentieren in der Öffentlichkeit   |             |
| III. | Fördersysteme des Leistungssports  | <b>3 UE</b> |
|      | ✚ Leistungssportstrukturen der DOSB - Olympiastützpunkte, Sportmedizinische Institute, Sportförderungen / Möglichkeiten der Zusammenarbeit |             |
|      | ✚ Leistungssportstrukturen der DTU - Bereich „Kampf“: Kadersystem, Stützpunkte, Sportförderung / Aufbau und Förderstrukturen               |             |
|      | ✚ Leistungssportstrukturen der DTU - Bereich „Poomsae“: Kadersystem, Stützpunkte, Sportförderung / Aufbau und Förderstrukturen             |             |
| IV.  | Die Rolle von Trainerinnen und Trainern  | <b>3 UE</b> |
|      | ✚ Trainer/in als Beruf - Möglichkeiten im Taekwondo  |             |
|      | ✚ Rollenprofil „Trainer/in“ - Aufgaben, Erwartungen, Zwänge und Freiheiten   |             |

### 3.4.3.3.2 taekwondospezifische Trainingslehre in Theorie und Praxis

- I. Umsetzung der Trainingsprinzipien im Taekwondo **6 UE**
- ✚ Prinzipien des Trainings und deren Bedeutung für das Höchstleistungstraining
  - ✚ Leistungsplateaus überwinden
  - ✚ Rahmentrainingspläne im Taekwondo - Aufbau, Umsetzung in die Trainingspraxis und Gestaltung nach situativen Person- Umweltbedingungen
  - ✚ Optimierung des Trainingsprozesses - Effektivitätssteigerung
- II. Konditionstraining im Taekwondo **5 UE**
- ✚ konditionelle Anforderungsprofile Kampf und Poomsaewettkampf
  - ✚ klassische und neuartige Trainingsmethoden zur Optimierung der taekwondospezifischen konditionellen Eigenschaften
  - ✚ Methoden zur optimalen Belastungssteuerung
- III. Sportmotorische Tests **6 UE**
- ✚ Tests zur Überprüfung der Leistungsfähigkeit und der Trainingsfortschritte – einfache und komplexe Verfahren zur Diagnostik von taekwondospezifischen Fähigkeiten und Fertigkeiten
  - ✚ Tests zur Überprüfung der Effizienz der Trainingsmethodik
  - ✚ Tests taekwondospezifischer Fähigkeiten und Fertigkeiten

### 3.4.3.3.3 Sportbiologie in Theorie und Praxis

- I. Energiebereitstellung im Taekwondo **3 UE**
- ✚ die Arbeitsweise des menschlichen Organismus
  - ✚ die unterschiedlichen Energiebereitstellungsprozesse und ihre Bedeutung für den Taekwondowettkampf (Kampf, Poomsae)
  - ✚ Kohlenhydrate, Fette, Eiweiße - Struktur und Funktion der Grundnährstoffe und deren Nutzung durch den Organismus
- II. Sporternährung **4 UE**
- ✚ Bestandteile der Nahrung und ihre Bedeutung für den Organismus des Leistungssportlers
  - ✚ Gewichtmachen - Dehydrierung, Diäten und die Risiken für den Organismus
  - ✚ gesunde Gewichtsreduktion - Ideal-, Wohlfühl- und Kampfgewicht, schonende Methoden der Gewichtsreduktion
  - ✚ Ess-Störungen - Merkmale, Ursachen, Behandlungsmöglichkeiten
  - ✚ Doping: verbotene Substanzen und ihre Wirkung auf den Organismus, Medikamente, die solche Substanzen enthalten können, Liste der „sauberen“ Medikamente
- III. Prophylaxe im Leistungssport **6 UE**
- ✚ regenerationsfördernde Programme als Teil der Trainingsplanung - Sauna, Massage, Entspannungsmethoden, Regenerationssport
  - ✚ prophylaktisches Taping
  - ✚ Übertraining - Ursachen, Merkmale, Trainingsanpassung
  - ✚ muskuläre Dysbalancen - Ursache und Auswirkung von Dysbalancen der Antagonisten, Dysbalancen in der Muskelschlinge, Dysbalancen im Muskel selbst

- ✚ Funktionsgymnastik als Teil der Trainingsplanung - muskuläres Gleichgewicht als Schutz vor Überlastung und Verletzung
- ✚ Trainingsunterstützung durch alternative Methoden

IV. Ontogenese - die psychomotorische Entwicklung des Menschen 6 UE

- ✚ Talente im Verlauf der einzelnen Entwicklungsstufen erkennen: Methoden der Talentsichtung, Talentförderung und Talentauswahl
- ✚ Physische und psychische Belastbarkeit während der einzelnen Entwicklungsstufen
- ✚ Trainierbarkeit während der einzelnen Entwicklungsstufen
- ✚ Ausprägung der mentalen Fähigkeiten während der einzelnen Entwicklungsstufen
- ✚ Planung eines entwicklungsgemäßen Taekwondo(leistungs)trainings während der einzelnen Entwicklungsstufen

3.4.3.3.4 *taekwondospezifische Bewegungslehre in Theorie und Praxis*

I. Biomechanik in Theorie und Praxis 4 UE

- ✚ mathematische Größen der Biomechanik
- ✚ biomechanische Prinzipien und ihre Bedeutung für das Techniktraining
  - Prinzip der Anfangskraft
  - Prinzip des optimalen Beschleunigungsweges
  - Prinzip der Koordination von Teilimpulsen
  - Prinzip der Gegenwirkung
  - Prinzip der Impulserhaltung

3.4.3.3.5 *Sportpsychologie*

I. Mentales Coaching 5 UE

- ✚ Angst - Erscheinungsformen, Ursache, Folgen für die sportliche Handlung
- ✚ Stressregulation - Ursache und Wirkung von Stress, Möglichkeiten der Beeinflussung des Stressempfindens, Stressresistenz
- ✚ Psychoregulationstraining - Möglichkeiten der Eigenregulation und der Fremdregulation
- ✚ Motivation - Zur besonderen Problematik des „Drop Out“

**Gesamtsumme der UE 60**

3.4.3.4 *disziplinspezifische Ausbildung 40UE*

In diesem Ausbildungsabschnitt werden für die Wettkampfdisziplinen Poomsae oder Kampf spezifische Ausbildungsinhalte vermittelt. Diese Inhalte setzen sich insbesondere mit einer disziplinspezifischen, leistungssportorientierten Trainingspraxis auseinander. Womit nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung die Trainerlizenz das Profil „Poomsae“ oder „Kampf“ erhält.

Die auf die Zielgruppe Poomsae ausgerichteten Ausbildungsinhalte behandeln folgende Themenbereiche:

- ✚ Trainingsplanung
- ✚ Turnierlehre
- ✚ Methodik im Poomsaetraining
- ✚ mentale Fähigkeiten

Die auf die Zielgruppe Kampf ausgerichteten Ausbildungsinhalte behandeln folgenden Themenbereich:

- ✚ Trainingsplanung
- ✚ Turnierlehre
- ✚ Methodik im Kampftraining
- ✚ mentale Fähigkeiten

#### 3.4.3.4.1 *disziplinspezifische Ausbildungsinhalte: Poomsae*

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

##### 3.4.3.4.1.1 *Trainingsplanung*

- I. Planungsstrukturen im Poomsaewettkampf **4 UE**
  - ✚ Kriterien zur Erstellung eines Rahmentrainingsplanes
  - ✚ Trainingsplanung im Bereich Poomsae in den einzelnen Abschnitten des langfristigen Trainingsprozess
- II. Leistungsstruktur im Poomsaewettkampf **3 UE**
  - ✚ Leistungsprofile Poomsaewettkampf - Einzel-, Paar- und Synchronlauf
  - ✚ Leistungsmerkmale international erfolgreicher Poomsaewettkämpfer im Einzel-, Paar- und Synchronlauf
- III. Talentförderung **3 UE**
  - ✚ Merkmale in Bezug auf den Poomsaewettkampf
  - ✚ Möglichkeiten der Talentsichtung im Poomsaebereich
  - ✚ Fördermöglichkeiten talentierter Sportler/innen

##### 3.4.3.4.1.2 *Turnierlehre*

- I. Organisation **2 UE**
  - ✚ Planung Vorbereitung und Durchführung von Poomsae-Meisterschaften
  - ✚ deutsche Turniere im internationalen Vergleich

##### 3.4.3.4.1.3 *Methodik im Techniktraining in Theorie und Praxis*

- I. Formen-Poomsaetraining **6 UE**
  - ✚ optimales Training von Poomsaetechniken und Diagrammen - in Bezug auf die unterschiedlichen Altersstufen und Disziplinen
  - ✚ Methoden zur Verbesserung der Leistungsstabilität beim Darstellen der Form
  - ✚ Methoden zur Verbesserung der Synchronität beim Paar- und Synchronlauf
  - ✚ Methoden zur Verbesserung der variablen Verfügbarkeit von Abläufen – Ausschalten von Umgebungseinflüssen
  - ✚ Methoden zur Verbesserung von Ausdruck, Schauspiel und Darstellung
- II. spezifisches Konditionstraining **5 UE**
  - ✚ Methoden zur Verbesserung der spezifischen Koordinationsfähigkeiten
  - ✚ Methoden zur Optimierung der spezifischen konditionellen Fähigkeiten

##### 3.4.3.4.1.4 *mentale Fähigkeiten in Theorie und Praxis*

- I. Mentales Coaching **5 UE**
  - ✚ Eigen- und Fremddregulation von Emotionen, Motivationen und Konzentration

- ✚ psychologische Probleme im Leistungssport „TKD-Poomsae“
- ✚ gruppendynamische Prozesse insbesondere beim Paar- und Synchronlauf verstehen und positiv beeinflussen

II. Coaching **2 UE**

- ✚ Betreuen von Mannschaften und Einzelkämpfern beim Poomsaewettkampf

**Gesamtsumme der UE 30**

#### 3.4.3.4.2 *disziplinspezifische Ausbildungsinhalte: Kampf*

Die Inhalte gliedern sich wie folgt:

##### 3.4.3.4.2.1 *Trainingsplanung*

I. Planungsstrukturen im Zweikampf **3 UE**

- ✚ Kriterien zur Erstellung eines Rahmentrainingsplanes
- ✚ Trainingsplanung im Bereich Kampf in den einzelnen Abschnitten des langfristigen Trainingsprozesses

II. Leistungsstruktur in der Disziplin Kampf **4 UE**

- ✚ Leistungsprofile im Wettkampf: Damen, Herren, unterschiedliche Gewichtsklassen
- ✚ Leistungsmerkmale international erfolgreicher Wettkämpfer der verschiedenen Kategorien

III. Talentförderung **3 UE**

- ✚ Merkmale in Bezug auf den Zweikampf
- ✚ Möglichkeiten der Talentsichtung im Bereich Kampf
- ✚ Fördermöglichkeiten talentierter Sportler/innen

##### 3.4.3.4.2.2 *Turnierlehre*

I. Organisation **2 UE**

- ✚ Planung Vorbereitung und Durchführung von Meisterschaften
- ✚ deutsche Turniere im internationalen Vergleich

##### 3.4.3.4.2.3 *Methoden im Techniktraining in Theorie und Praxis*

I. Techniktraining **4 UE**

- ✚ optimales Training von Kampftechniken - in Bezug auf die unterschiedlichen Altersstufen und Disziplinen
- ✚ Methoden zur Verbesserung der variablen Verfügbarkeit von Techniken

II. Taktiktraining **4 UE**

- ✚ taktische Prinzipien im Taekwondokampf - im Hinblick auf optimale Kampfführung, Aufmerksamkeit der Punktrichter und Einstellung auf bestimmte Gegner
- ✚ Methoden zur Verbesserung der variablen Verfügbarkeit von Standardsituationen oder spezieller taktischer Verhaltensmuster
- ✚ optimales Training von Kampfaktiken - in Bezug auf die unterschiedlichen

## Altersstufen und Disziplinen

- III. spezifisches Konditionstraining **4 UE**
- ✚ Methoden zur Verbesserung der spezifischen Koordinationsfähigkeiten
  - ✚ Methoden zur Optimierung der spezifischen konditionellen Fähigkeiten

### 3.4.3.4.2.4 mentale Fähigkeiten in Theorie und Praxis

- I. Mentales Coaching **4 UE**
- ✚ Eigen- und Fremdregulation von Emotionen, Motivationen und Konzentration
  - ✚ psychologische Probleme im Leistungssport „TKD-Kampf“
  - ✚ Gruppendynamische Prozesse insbesondere in der Trainingsgruppe bzw. im Kader
- II. Coaching **2 UE**
- ✚ Betreuen von Mannschaften und Einzelkämpfern beim Wettkampf

**Gesamtsumme der UE 30**

## 3.4.4 Profilerweiterung

Folgende Profilerweiterungen sind demnach möglich:

<b>Ausgangslizenz</b>	<b>Zu absolvierender Baustein</b>	<b>erweiterte bzw. zusätzliche Lizenz</b>
<b>Trainer/in-A Poomsae</b>	<b>disziplinspezifische Ausbildung Kampf/30 UE</b>	<b>Trainer/in-A Kampf</b>
<b>Trainer/in-A Kampf</b>	<b>Disziplinspezifische Ausbildung Poomsae / 30 UE</b>	<b>Trainer/in-A Poomsae</b>

## 3.5 4. Lizenzstufe: Diplomtrainer/in des DOSB

### 3.5.1 Aufgabenorientierung

Die Tätigkeit des/der Diplom-Trainers/in des DOSB umfasst Trainingsplanung, -durchführung und -auswertung, Lehrtätigkeit in der Trainer/innen-Ausbildung sowie Mitarbeit im wissenschaftlichen Bereich.

### 3.5.2 Ziele der Ausbildung Diplomtrainer/in des DOSB

Die Ausbildung ist durch die Ausbildungs- und Prüfungsordnung für das Studium an der Trainerakademie festgelegt (Erlass vom 20.03.1996 - IVB 4 -858.7 Nr. 24/96 des Ministeriums für Stadtentwicklung, Kultur und Sport des Landes NRW).

### 3.5.3 Ausbildungsinhalte und Struktur

Die Inhalte der Ausbildung sind in der Studien- und Prüfungsordnung zum/zur staatlich geprüften Trainer/in für das Studium an der Trainerakademie festgelegt.

## 3.6 Jugendleiter/in des DOSB

Die Jugendleiterausbildung ist in der Deutschen Taekwondo Union in zwei qualitative Ausbildungsebenen mit unterschiedlichen Zugangsvoraussetzungen unterteilt. Während bei der ersten Ausbildung zum Jugendleiter-B die Zuständigkeit an die Sportjugenden der Landesverbände delegiert ist, wird diese für die darauf aufbauende Qualifizierung zum Jugendleiter-A an die Jugendorganisation des Bundesverbandes, die Deutschen Taekwondo Jugend, delegiert.

### 3.6.1 Jugendleiter/in „B“

#### 3.6.1.1 Zulassung zur Ausbildung

Für die Teilnahme an sämtlichen Ausbildungen der ersten Lizenzstufe gelten folgende Mindestvoraussetzungen für die Zulassung:

- ✚ Vollendetes 16. Lebensjahr
- ✚ Erste-Hilfe Nachweis – Gültigkeit 2 Jahre (16 UE)
- ✚ Mitgliedschaft in einem Verein (e.V.), der der Deutschen-Taekwondo-Union e.V. angehört.
- ✚ Aktive Tätigkeit in der Jugendarbeit / Jugendverbandsarbeit (auf Vereinsebene)

#### 3.6.1.2 Handlungsfelder und Ziele

Inhalt der Ausbildung sind die Grundlagen der Jugendarbeit und sportbezogenen Jugendverbandsarbeit. Zentral ist hier die Vermittlung von organisatorischen / planerischen, pädagogischen, psychologischen und rechtlichen Themenkomplexen, welche eine erste qualifizierte Basis für den Umgang / die Betreuung von Kindern und Jugendlichen sowie die Durchführung eigener freizeitpädagogischer Aktionen bilden.

Ziel der Ausbildung ist, junge Menschen zu aktivieren, sie für ehrenamtliches Engagement in der Jugendverbandsarbeit zu gewinnen und hierfür zu qualifizieren. Junge Menschen sollen mit dieser Ausbildung frühzeitig an eine Jugendarbeit / Jugendverbandsarbeit innerhalb der Sportstrukturen (Verein, Verband) herangeführt werden. Sie soll den Einstieg bereiten, um sich ehrenamtlich in den Gremien und Strukturen des organisierten Sports (wie den Jugendleitungen) zu engagieren und Betreuungsaufgaben bei Freizeiten qualifiziert wahrnehmen zu können.

#### 3.6.1.3 Ausbildungsinhalte und Struktur

Die erste Lizenzstufe umfasst im Rahmen der Bestimmungen zur Ausstellung der bundeseinheitlichen "Jugendleitercard" (JuLeiCa) eine 40 Unterrichtseinheiten (UE) umfassende Ausbildung. Die Ausbildungsinhalte entsprechen dabei den durch die obersten Landesjugendbehörden beschlossenen bundeseinheitlichen Richtlinien für die JuLeiCa-Ausbildung mit der besonderen Spezifik Sport

### 3.6.2 Jugendleiter/in „A“

#### 3.6.2.1 Zulassung zur Ausbildung

Für die Teilnahme an sämtlichen Ausbildungen der zweiten Lizenzstufe gelten folgende Mindestvoraussetzungen für die Zulassung:

- ✚ Vollendetes 18. Lebensjahr
- ✚ Erste-Hilfe Nachweis – Gültigkeit 2 Jahre (16 UE)

- ✚ Mitgliedschaft in einem Verein (e.V.), der der Deutschen-Taekwondo-Union e.V. angehört.
- ✚ Aktive Tätigkeit in der Jugendarbeit/Jugendverbandsarbeit (auf Vereins- und Landesebene)
- ✚ Besitz einer gültigen Trainer C/B/A Lizenz des DOSB (möglichst mit dem Profil: „Kinder und Jugendliche“)
- ✚ Inhaber einer gültigen Jugendleitercard (JuLeiCa) sowie mehrjähriger Praxiserfahrung
- ✚ Empfehlung und Anmeldung durch die jeweilige Sportjugend des Landesverbandes

Die Zulassung zur Ausbildung zum an obenstehende Voraussetzungen geknüpft und erfolgt durch die Deutsche Taekwondo Jugend

### 3.6.2.2 Handlungsfelder und Ziele

Inhaltlich steht neben der Planung, Organisation und Durchführung von sportartübergreifenden und außersportlichen Aktivitäten für und mit Kindern und Jugendlichen, vor allem auch das Thema Vereins-/Verbandsaktivität und somit die Betreuung, Förderung, Beratung und Interessenvertretung von Kindern und Jugendlichen im Vordergrund. Die Vermittlung einer vielgestaltigen Jugendverbandsarbeit im Sport ist insgesamt zentrales Handlungsfeld. Dabei verfolgt die Ausbildung einen ganzheitlichen Ansatz, welcher gezielt die individuellen Ressourcen, wie persönliche, fachliche und sozial-kommunikative Kompetenzen der Teilnehmer sichtbar macht und fördert.

Ziel der Ausbildung ist es, erfahrene Jugendleiter und Aktive der Vereins- und Landesverbandsebene weiter zu qualifizieren, damit sie leitende Funktionen in den Gremien und Strukturen des organisierten Sports – der Deutschen Taekwondo Jugend und ihren Untergliederungen, übernehmen können. Die Teilnehmer sollen in die Lage versetzt werden, selbst aktiv in den Gremien- und Verbandsstrukturen mitzuarbeiten, Leitungsfunktionen zu besetzen und in allen Fachbereichen der Jugendverbandsarbeit selbst konzeptionell, planerisch und durchführend tätig zu sein.

### 3.6.2.3 Ausbildungsinhalte und Struktur

Die zweite Stufe ist die 60 UE umfassende Qualifizierung zum "Jugendleiter-A" auf Bundesebene

Inhaltlich gliedert sich die Ausbildung zum Jugendleiter-A in zwei Abschnitte. Der erste umfasst die Inhalte, die mit der Trainerausbildung identisch sind. Der zweite Abschnitt umfasst die Inhalte, welche für die Jugendleiter-Ausbildung spezifisch sind und damit über die Trainer-/Fachübungsleiter Ausbildung hinaus gehen.

Die Angaben der Mindestmenge von Unterrichtseinheiten für die einzelnen Unterrichtsgebiete sind Richtzahlen, sie können nach Bedarf, insbesondere in Abhängigkeit mit der an der Ausbildung teilnehmenden Personengruppe variiert werden.

Folgende Bausteine bilden die Ausbildungskonzeption:

✚ Trainer-Grundausbildung	40 UE
✚ zielgruppenspezifische Ausbildungsinhalte	20 UE
✚ Jugendleiter-Spezialisierung	60 UE

Die Ausbildung gliedert sich in 3 Module

### 3.6.2.3.1 Modul I / 20 UE

Lernziel: Grundlagenwissen -> Selbsterfahrung, Sensibilisierung, Selbstreflexion

Behandelt werden folgende Themenbereiche:

- ✚ Kennen lernen; Vorstellung der Qualifizierung; Referenten und Teilnehmer
- ✚ Position und Verantwortung des Gruppenleiters (WER bin ICH?)
- ✚ pädagogisch-psychologisches Grundlagenwissen
- ✚ Kommunikation (Ebenen, Konfliktlösung, 4-Ohren-Modell, Eisberg-Modell ...)
- ✚ Methoden (Erwartungsabfrage, Metaplan)
- ✚ Motivation (Prozesse) / Team(building) / Energizer
- ✚ Gruppen und Zielgruppenunterschiede / Gruppendynamik
- ✚ Ideensammlung für Block III (was, wann....)

### 3.6.2.3.2 Modul II / 20 UE

Lernziel: Förderung Eigenverantwortlichkeit, Auseinandersetzung mit Themen, Präsentation der Arbeitsergebnisse

Behandelt werden folgende Themenbereiche:

- ✚ Erarbeitung rechtlicher Grundlagen (insbes. BGB, StGB, KJHG, JuSchG)
- ✚ anhand von konkreten Fallbeispielen / Gruppenarbeit
- ✚ Zusammentragen von Übungen / Spielen in verschiedenen Phasen
- ✚ (Kennenlernen, Teamentwicklung, Auflockerung, Transfer, Abschluss)
- ✚ Bedeutung von Bewegung, gesunder Lebensführung
- ✚ Themenbearbeitung: Doping, Fairplay, Gender Mainstreaming / Diversity Management...
- ✚ Auseinandersetzung mit Trends; Entwicklungen im Freizeit- / Breitensport
- ✚ (Bewertung, Nutzungsmöglichkeiten)

### 3.6.2.3.3 Modul III / 20 UE

Lernziel: Förderung Eigenverantwortlichkeit, Auseinandersetzung mit Themen, Präsentation der Arbeitsergebnisse

Behandelt werden folgende Themenbereiche:

- ✚ Präsentation der Arbeitsergebnisse
- ✚ Grundsätze der Planung und Organisation sowie Vor-/Nachbereitung
- ✚ Zielsetzung einer Veranstaltung
- ✚ Erfahrungsaustausch zur Problemen; Fragen bei der Durchführung einer Veranstaltung; Vereins/Verbandssitzung
- ✚ Planung einer Veranstaltung (Turnier, Sommerfest...siehe Modul II)
- ✚ Simulation einer Vereins/Verbandssitzung

### 3.6.2.3.4 Aufteilung der Inhalte auf die Module

	Modul über- greifend	Modul I	Modul II	Modul III
<b>Personen- und gruppenbezogene Inhalte</b>				
<b>Lebens-/Bewegungswelt von Kindern u. Jugendlichen:</b>				
gesellschaftliche, jugend- und bewegungskulturelle Entwicklungen sowie ihre Konsequenzen für die Lebens- und		X		

	Bewegungsumwelt von Kindern und Jugendlichen				
	kulturelle, milieu- und geschlechtsspezifische sozialisationsbedingungen und ihre Auswirkungen auf den Alltag und die Entwicklung von Sport- und Bewegungsinteressen von Mädchen/jungen Frauen und Jungen/jungen Männern		X		
	Bewegungsbiografien, Interessen und Erwartungen von Kindern und Jugendlichen	X			
	Bedeutung von Bewegung für die ganzheitliche Gesundheit von Kindern und Jugendlichen	X			
<b>In und mit Gruppen arbeiten:</b>					
	Weiterentwicklung persönlicher, sozial-kommunikativer, pädagogischer und interkultureller Kompetenzen		X		
	Grundlagen der Kommunikation, bewährte Verfahren im Umgang mit Konflikten und der Leitung von Gruppen		X		
	Leistungsstile, Führungsverhalten und verschiedene Jugendleiterinnen- und Jugendleiterfunktionen		X		
	Gestaltung u. Reflexion von Gruppensituationen, Umgang mit gruppendynamischen Aspekten und Verschiedenheit (Gender Mainstreaming / Diversity Management)		X		
	Vorbildfunktion und ethisch-moralische Verantwortung für die Gruppenmitglieder		X		
	Reflexion und Gestaltung der Beziehung zwischen Jugendleiterin/Jugendleiter, Kindern und Jugendlichen, Motivierung, Beteiligung, Förderung von Teamfähigkeit, Kommunikations- / Kooperationsfähigkeit und längerfristiger Bindung		X		
<b>Rechtliche Grundlagen der Verbandsjugendarbeit:</b>					
	Status Personensorgeberechtigter / Erziehungsberechtigter, Freistellungsgesetze in der Jugendarbeit (BGB, SGB VIII)			X	
	Aufsichtspflicht und Haftung, Grundsätze und Erfüllung der Aufsichtspflicht (BGB, StGB)			X	
	Jugendschutzgesetz (JuSchG), Betäubungsmittel (BtmG), Sexualstrafrecht (StGB), Geschäftsfähigkeit (BGB)			X	
	Versicherungen im Rahmen der Vereinstätigkeit			X	
<b>Angebote planen, organisieren und durchführen:</b>					
	Methoden der Planung, Organisation, Durchführung, Auswertung von sportartübergreifenden und außersportlichen Vereinsaktivitäten für und mit Kindern und Jugendlichen				X
	Teilhabe, Ideenfindung, Präsentation, Moderation und Reflexion im Sport mit Kindern und Jugendlichen				X
	Möglichkeiten und Grenzen von Öffentlichkeitsarbeit und Werbung / Neue Medien				X
<b>Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte</b>					
<b>Praxis der Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote und Freizeitaktivitäten:</b>					
	Einstimmung und Ausklang bei Sport, Bewegung und Freizeitgestaltung mit Kindern und Jugendlichen			X	
	Wahrnehmung und Körpererfahrung			X	
	große und kleine Spiele, Grundlagen der Spielpädagogik und Spieldidaktik			X	
<b>Definitionen / Dimensionen von Sport, Bewegung und sportartübergreifender Jugendarbeit:</b>					

	Abgrenzung von Leistungs-, Breiten- und Freizeitsport			X	
	Vielfalt der Inhalte, Formen und Sinnorientierungen von Sport, Bewegung und Freizeit (z. B. Spiel, Bewegungslernen, Körpererfahrung, Natur, Fitness, Gesundheit, Ästhetik, Kommunikation, Darstellung)			X	
	verschiedene Facetten sportartübergreifender Jugendarbeit, kulturelle-, musische-, jugendpolitische Angebote			X	
	zeitgemäße und jugendgerechte Organisations-, Angebots- und Kooperationsformen				X
<b>Vereins- und verbandsbezogene Inhalte</b>					
	<b>Teilhabe im Sportverein:</b>				
	Strukturen und Aufgaben des organisierten Sports	X			
	Mitbestimmung, Mitgestaltung, Mitverantwortung und Selbstverantwortung von Kindern und Jugendlichen im Verein				X
	Gewinnung, Beteiligung, Förderung und Qualifizierung von Mädchen/jungen Frauen und Jungen/ jungen Männern für Leitungsfunktionen, jugendgemäße Engagementformen, Kooperations- und Unterstützungsmöglichkeiten im Verein, Gender Mainstreaming				X
	Langfristige Bindung von jugendlichen Vereinsmitgliedern, Umgang mit Fluktuation und Drop-out				X
	Integration und Teilhabe z. B. von behinderten Kindern und Jugendlichen, Aussiedlerinnen und Aussiedlern, Kindern und Jugendlichen ausländischer Herkunft bzw. mit Migrationserfahrung/Diversity Management	X			
<b>Finanzierungsgrundlagen der Vereins- und Verbandsjugendarbeit:</b>					
	Jugend- und Sportförderung durch die Sportorganisationen und Kommunen finanzielle Eigenverantwortung und Eigenständigkeit der Jugendabteilung Verankerung eines selbst verantworteten Jugendetats in der Jugendordnung	X		X	
		X			X
		X			X
<b>Jugend -Sport -Gesellschaft – Umwelt:</b>					
	Individuelle und gesellschaftliche Bedeutung des Sports, persönliche Sportsozialisation, Bewegungsbiografien, Präferenzen und Motive des Sporttreibens		X		
	Kommerzialisierung des Sports, Entwicklung von Freizeit- und Abenteuersportkulturen, Bedeutung und Konsequenzen für den Vereinssport		X		
	Fairplay und ethisch-moralisch verantwortliches Verhalten, interkulturelle Konflikte, sexuelle Gewalt, Drogen- und Doping-problematik im Freizeit- und Leistungssport			X	
	Gefährdungen im und durch Sport	X			

### 3.6.3 Kooperationsmodell

Verantwortlich für die Ausbildung der Jugendleiter ist die Deutsche Taekwondo Union. Diese delegiert den Teil der spezifischen Ausbildung zum Jugendleiter an die Deutsche Taekwondo Jugend. Diese ist verantwortlich für Inhalt, Referenten, die Einhaltung der Ausbildungs- und Prüfungsordnung.

## 4. Prüfungsordnung

Das Bestehen der Prüfung ist die Grundlage für die Lizenzerteilung. Über die Prüfung ist ein Protokoll anzufertigen. Die bestandene Prüfung ist der Nachweis dafür mit der im jeweiligen Ausbildungsgang erworbenen Qualifikation im entsprechenden Einsatzgebiet tätig werden zu dürfen.

Grundsätze der Lernerfolgskontrolle:

- ✚ Lernerfolgskontrollen dürfen nur solche Inhalte umfassen, die auch in der Ausbildung vermittelt wurden
- ✚ Lernerfolgskontrollen sollen punktuell, im Rahmen des Unterrichts oder prozessbegleitend, z. B. am Ende von Ausbildungsblöcken, stattfinden
- ✚ Die Kriterien für das Bestehen der Lernerfolgskontrolle/Erlangen der Lizenz sind zu Beginn der Ausbildung offen zu legen
- ✚ Elemente der Lernerfolgskontrolle werden im Lehrgang vorgestellt und erprobt (z.B. Lehrproben im Rahmen der Lehrgänge)
- ✚ Nach Möglichkeit sollen Lernerfolgskontrollen auch als Darstellung von Gruppenarbeitsergebnissen in Theorie und Praxis erfolgen.

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- ✚ Nachweis des Erreichens der Lernziele
- ✚ Aufzeigen von Wissenslücken
- ✚ Feedback für die Lernenden
- ✚ Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- ✚ Feedback für die Ausbilder/Ausbilderinnen

### 4.1 Form der Prüfung

Der Nachweis der praktischen Demonstrationsfähigkeit in der Sportart Taekwondo wird über die als Eingangsvoraussetzung zu erbringende „Graduierung“ überprüft.

Als praxisorientierte Lernerfolgskontrolle kann die Übernahme von Sportpraxisanteilen aus Spezialgebieten einzelner Teilnehmer/Teilnehmerinnen angesehen werden, sofern diese den Rahmen der in der Prüfungsordnung für Kup-, Poom- und Dangrade (PO) der Deutschen Taekwondo Union e. V. vorgegeben Inhalte übersteigt oder den Grad der jeweiligen Lizenzstufe deutlich übersteigt.

Die Entscheidung hierüber trifft der die Ausbildung durchführende Landeslehrwesenreferent/in in Absprache mit dem Bundeslehrwesenreferent/in

#### 4.1.1 Sportassistent/in

Die Prüfung zum Abschluss des Ausbildungsgangs „Sportassistent/in“ umfasst:

1. praxisorientierte Lernerfolgskontrolle in Form einer praktischen Lehrprobe und/oder eines Abschlussgespräches.

#### 4.1.2 1. Lizenzstufe (Trainer/in „C“)

Die Prüfung zum Abschluss der Ausbildungsgänge der 1. Lizenzstufe besteht aus folgenden Teilen:

1. Praxisorientierte Lernerfolgskontrolle. Diese umfasst folgende Teilprüfungen:

- a) schriftlichen Arbeit über die Planung und Durchführung der praktischen Lehrprobe (z.B. Unterrichtsverlaufsplanung mit Stoff-, Ziel- und Gruppenanalyse und tabellarischer Stundenverlaufsplanung)
  - b) Umsetzung eines Teils der unter „a)“ genannten theoretischen Ausarbeitung in die Praxis,
2. Theorieorientierte Lernerfolgskontrolle in Form einer schriftlichen Prüfung über die während der Ausbildung behandelten Wissensinhalte. (ca. 120 Minuten)
  3. Mündliche Prüfung. (ca. 10 Minuten)

#### **4.1.3 2. Lizenzstufe (Trainer/in „B“)**

Die Prüfung zum Abschluss der Ausbildungsgänge der 2. Lizenzstufe besteht aus folgenden Teilen:

1. Praxisorientierte Lernerfolgskontrolle. Ausarbeitung und vortragen eines Referates. (Thema kann vom Prüfling selbst gewählt werden.)
2. Theorieorientierte Lernerfolgskontrolle in Form einer schriftlichen Prüfung über die während der Ausbildung behandelten Wissensinhalte. (ca. 120 Minuten)
3. Mündliche Prüfung (ca. 15 Minuten)

#### **4.1.4 3. Lizenzstufe (Trainer/in „A“)**

Die Prüfung zum Abschluss der Ausbildungsgänge der 3. Lizenzstufe besteht aus folgenden Teilen:

1. Theorieorientierte Lernerfolgskontrolle in Form einer schriftlichen Prüfung über die während der Ausbildung behandelten Wissensinhalte. (ca. 120 Minuten)
2. Mündliche Prüfung über die während der Ausbildung behandelten Wissensinhalte. (ca. 20 Minuten)
3. Praxisorientierte Lernerfolgskontrolle. Ausarbeitung und vortragen eines Referates. (Thema kann vom Prüfling selbst gewählt werden.)

#### **4.1.5 Jugendleiter**

Die Prüfung zum Abschluss der Ausbildungsgänge des Jugendleiters besteht aus folgenden Teilen:

1. Kontinuierliche Präsentationen der Teilnehmer über Einzel- oder Teamerarbeitungen in den verschiedenen Themenbereichen
2. Theorieorientierte Lernerfolgskontrolle in Form einer schriftlichen Prüfung über die während der Ausbildung behandelten Wissensinhalte. (ca. 120 Minuten)
3. Praxisorientierte Lernerfolgskontrolle. Praxisbericht, in dem sie eine selbst geplante und durchgeführte Veranstaltung beschreiben und reflektieren (Thema kann vom Prüfling selbst gewählt werden).

## 4.2 Prüfungskommission

Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt (3 Prüfer/innen), die der Träger der Ausbildung bestimmt.

- Empfehlung:**
1. Prüfer/in Vorsitz-Landeslehrwesenreferent/in
  2. Prüfer/in Ein Mitglied aus dem Gesamtvorstand des Bundeslandes in dem die Ausbildung stattfand
  3. Prüfer/in Referent/in

## 4.3 Prüfungsergebnis

Die Prüfung wird in „**bestanden**“ oder „**nicht bestanden**“ gewertet

## 4.4 Prüfungswiederholung

- ✚ Werden mehr als ein Prüfungsteil als „**nicht bestanden**“ gewertet, so muss die gesamte Prüfung wiederholt werden.
- ✚ Bei Nichtbestehen der praxisorientierten Lernerfolgskontrolle kann diese einmal wiederholt werden.
- ✚ Bei Nichtbestehen der theorieorientierten Lernerfolgskontrolle kann diese einmal wiederholt werden.
- ✚ Es ist prinzipiell nur eine Wiederholung der gesamten Prüfung möglich.
- ✚ Für den Fall, dass die Prüfung im Wiederholungsfalle als „**nicht bestanden**“ gewertet wird, muss die gesamte Ausbildung wiederholt werden.

# 5. Lizenzordnung

## 5.1 Lizenzierung

- ✚ Die erfolgreichen Absolventen/innen der einzelnen Ausbildungsgänge erhalten die entsprechende Lizenz des Deutschen Sportbundes, ausgestellt von der mit der Durchführung beauftragten Stelle des Trägers.
- ✚ Die Landesverbände erfassen alle Inhaber/innen von DOSB-Lizenzen mit Namen, Anschrift, Geburtsdatum und Lizenznummer.
- ✚ Jährlich einmal melden die Landesverbände der DTU die Zahl neu erteilter und im Verbandbereich gültiger Lizenzen. Die DTU gibt jährlich einmal dem DOSB die Zahl neu erteilter und im Verbandbereich gültiger Lizenzen bekannt.

### 5.1.1 Sportassistent/in

Eine Lizenzierung erfolgt dann, wenn folgende Leistungen erbracht worden sind:

- ✚ Alle Bausteine der Ausbildung müssen erfolgreich durchlaufen worden sein.
- ✚ Die Mindestvoraussetzungen (siehe 3.1.3) müssen erfüllt sein.
- ✚ Das 16. Lebensjahr muss vollendet sein.
- ✚ Die Lernerfolgskontrollen müssen erfolgreich absolviert worden sein.
- ✚ Der Nachweis über die Teilnahme an einem 1. Hilfe Lehrgang (8 Doppelstunden), zum Zeitpunkt des Lizenzerwerbs nicht älter als 2 Jahre, muss erbracht worden sein.

### 5.1.2 1. Lizenzstufe – Trainer/in „C“

Eine Lizenzierung erfolgt dann, wenn folgende Leistungen erbracht worden sind:

- ✚ Alle Bausteine der Ausbildung müssen erfolgreich durchlaufen worden sein.
- ✚ Die Mindestvoraussetzung (siehe 3.2.3) müssen erfüllt sein.
- ✚ Die Volljährigkeit (18 Jahre) muss erreicht worden sein.
- ✚ Die Lernerfolgskontrollen müssen erfolgreich absolviert worden sein.
- ✚ Der Nachweis über die Teilnahme an einem 1. Hilfe Lehrgang (8 Doppelstunden), zum Zeitpunkt des Lizenzerwerbs nicht älter als 2 Jahre, muss erbracht worden sein.
- ✚ Eine gültige Kampfrichteranwärterlizenz muss vorhanden sein. (Wettkampf oder Poomsae)

Mit dem Erhalt der Lizenz der 1. Lizenzstufe wird der Titel: „Taekwondo-Instructor-C“ verliehen.

### 5.1.3 2. Lizenzstufe – Trainer/in „B“

Eine Lizenzierung erfolgt dann, wenn folgende Leistungen erbracht worden sind:

- ✚ Alle Bausteine der Ausbildung müssen erfolgreich durchlaufen worden sein.
- ✚ Die Mindestvoraussetzung (siehe 3.3.3) müssen erfüllt sein.
- ✚ Das 20. Lebensjahr muss vollendet worden sein.
- ✚ Die Lernerfolgskontrollen müssen erfolgreich absolviert worden sein.
- ✚ Der Nachweis über die Teilnahme an einem 1. Hilfe Lehrgang (8 Doppelstunden), zum Zeitpunkt des Lizenzerwerbs nicht älter als 2 Jahre, muss erbracht worden sein.
- ✚ Eine gültige Landes-Kampfrichterlizenz muss vorhanden sein. (Wettkampf oder Poomsae)

Mit dem Erhalt der Lizenz der 2. Lizenzstufe wird der Titel: „Taekwondo-Instructor-B“ verliehen.

### 5.1.4 3. Lizenzstufe – Trainer/in „A“

Eine Lizenzierung erfolgt dann, wenn folgende Leistungen erbracht worden sind:

- ✚ Alle Bausteine der Ausbildung müssen erfolgreich durchlaufen worden sein.
- ✚ Die Mindestvoraussetzung (siehe 3.4.2 ) müssen erfüllt sein.
- ✚ Das 21. Lebensjahr muss vollendet worden sein.
- ✚ Die Lernerfolgskontrollen müssen erfolgreich absolviert worden sein.
- ✚ Der Nachweis über die Teilnahme an einem 1. Hilfe Lehrgang (8 Doppelstunden), zum Zeitpunkt des Lizenzerwerbs nicht älter als 2 Jahre, muss erbracht worden sein.
- ✚ Eine gültige Landes-Kampfrichterlizenz muss vorhanden sein. (Wettkampf oder Poomsae)

Mit dem Erhalt der Lizenz der 3. Lizenzstufe wird der Titel: „Taekwondo-Instructor-A“ verliehen.

### 5.1.5 Jugendleiter „B“

Eine Lizenzierung erfolgt dann, wenn folgende Leistungen erbracht worden sind:

- ✚ Alle Bausteine der Ausbildung müssen erfolgreich durchlaufen worden sein.
- ✚ Die Mindestvoraussetzung (siehe 3.4.2 ) müssen erfüllt sein.
- ✚ Das 16. Lebensjahr muss vollendet worden sein.
- ✚ Die Lernerfolgskontrollen müssen erfolgreich absolviert worden sein.
- ✚ Der Nachweis über die Teilnahme an einem 1. Hilfe Lehrgang (8 Doppelstunden), zum Zeitpunkt des Lizenzerwerbs nicht älter als 2 Jahre, muss erbracht worden sein.

Mit dem Erhalt der Jugendleiter „B“ Lizenz wird das Zertifikat „Jugendleiter-B“ der Sportjugend des Landesverbandes verliehen. Zusätzlich erfolgt die Ausstellung der bundeseinheitlichen Jugendleitercard (JuLeiCa)

### 5.1.6 Jugendleiter „A“

Eine Lizenzierung erfolgt dann, wenn folgende Leistungen erbracht worden sind:

- ✚ Alle Bausteine der Ausbildung müssen erfolgreich durchlaufen worden sein.
- ✚ Die Mindestvoraussetzung (siehe 3.4.2 ) müssen erfüllt sein.
- ✚ Das 18. Lebensjahr muss vollendet worden sein.
- ✚ Die Lernerfolgskontrollen müssen erfolgreich absolviert worden sein.
- ✚ Der Nachweis über die Teilnahme an einem 1. Hilfe Lehrgang (8 Doppelstunden), zum Zeitpunkt des Lizenzerwerbs nicht älter als 2 Jahre, muss erbracht worden sein.

Mit dem Erhalt der Jugendleiter „B“ Lizenz wird das Zertifikat „Jugendleiter-A“ der Deutschen Taekwondo Jugend verliehen.

Zusätzlich wird die Jugendleiter-Lizenz des DOSB erteilt.

## 5.2 Gültigkeitsdauer der Lizenzen

Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des letzten Jahres der Gültigkeitsdauer.

Die Lizenzen der Stufen 1 bis 3 sind wie folgt gültig und verlängern sich nach erfolgreicher Fortbildung um die entsprechenden Zeiträume:

<b>Lizenz Stufe</b>	<b>Lizenzabschluss</b>	<b>Gültigkeitsdauer der Lizenz</b>
<b>1</b>	<b>Trainer/in „C“</b>	<b>4 Jahre</b>
<b>2</b>	<b>Trainer/in „B“</b>	<b>3 Jahre</b>
<b>3</b>	<b>Trainer/in „A“</b>	<b>2 Jahre</b>
<b>-</b>	<b>Jugendleiter „B“</b>	<b>4 Jahre</b>
<b>-</b>	<b>Jugendleiter „A“</b>	<b>4 Jahre</b>

### 5.3 Verlängerung der Lizenzen

Zur Verlängerung seiner Lizenz muss der/die Lizenzinhaber/in innerhalb des Gültigkeitszeitraumes Fort- oder Weiterbildungsveranstaltungen (mindestens 15 UE) auf der Ebene der höchsten der Lizenzstufe besuchen. Mit Verlängerung einer Lizenz der Stufe 2 oder höher, werden automatisch die darunter liegenden Lizenzen für deren jeweilige Gültigkeitsdauer verlängert.

Zur Verlängerung der Jugendleiterlizenzen muss zusätzlich mindestens 1 Praxiseinsatz als Jugendleiter geleistet werden.

Ein entsprechender Nachweis über die erbrachte Fort- bzw. Weiterbildung ist vom Lizenzinhaber dem zuständigen Ausbildungsträger vorzulegen.

#### 5.3.1 Anerkennung von Fort- oder Weiterbildungsveranstaltungen

Träger der Fort- oder Weiterbildungsveranstaltungen ist die DTU. Sie delegiert Teile der Fort- oder Weiterbildungsveranstaltungen an die Landesverbände. Die Konzeption dieser Teilung ist wie folgt:

<b>Lizenz stufe</b>	<b>Lizenzabschluss</b>	<b>Ausbildungsträger</b>
<b>1</b>	<b>Trainer/in „C“</b>	<b>Landesverbände der DTU</b>
<b>2</b>	<b>Trainer/in „B“</b>	<b>Landesverbände der DTU</b>
<b>3</b>	<b>Trainer/in „A“</b>	<b>DTU</b>
<b>4</b>	<b>Diplomtrainer/in des DOSB</b>	<b>Trainerakademie des DOSB</b>
<b>-</b>	<b>Jugendleiter/in „B“</b>	<b>Sportjugend der Landesverbände der DTU</b>
<b>-</b>	<b>Jugendleiter/in „A“</b>	<b>Deutsche Taekwondo Jugend</b>

Es werden vom Ausbildungsträger der Lizenzstufe entsprechende Fortbildungsveranstaltungen angeboten.

Fortbildungsveranstaltungen des DOSB und der Landesverbände des DOSB können nach vorheriger Rücksprache mit dem zuständigen Lehrwesenreferent/in, anerkannt werden.

## **Die Landesverbände der DTU erkennen untereinander sich entsprechende Fortbildungsveranstaltungen an.**

In Absprache mit dem Ausbildungsträger können Fortbildungen aus relevanten Themenbereichen von Hochschulen, Fachhochschulen oder anderen mit Bildung beauftragten Instituten anerkannt werden.

Der Erwerb der Lizenz einer höheren Stufe verlängert automatisch die niedrigere Lizenzstufe. Der Besuch von Fortbildungsveranstaltungen (mindestens 15 UE) zur Verlängerung einer höheren Lizenz führt automatisch auch zur entsprechenden Verlängerung der Lizenzen der niedrigeren Stufen.

### **5.4 Verlängerung ungültig gewordener Lizenzen**

Bei Überschreitung der Gültigkeitsdauer von Lizenzen gilt folgende Regelung:

#### **Fortbildung im 1. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:**

Die Gültigkeitsdauer der Lizenz sollte nach dem erfolgreichen Besuch von Fortbildungsveranstaltungen im Gesamtumfang von **30 UE** um die entsprechende Gültigkeitsdauer verlängert werden.

#### **Fortbildung im 2. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:**

Die Gültigkeitsdauer der Lizenz sollte nach dem erfolgreichen Besuch von Fortbildungsveranstaltungen im Gesamtumfang von **60 UE** um die entsprechende Gültigkeitsdauer verlängert werden.

#### **Überschreiten der Gültigkeit um mehr als 2 Jahre:**

Die Ausbildung muss komplett inklusive Prüfung wiederholt werden.

### **5.5 Lizenzentzug**

Die DTU hat das Recht, Lizenzen zu entziehen, wenn der/die Lizenzinhaber/in schwerwiegend gegen die Satzung des Verbandes verstößt oder verstoßen hat, oder im Falle von schwerwiegenden Verstößen gegen die im „Ehrenkodex von Trainerinnen und Trainern“ festgestellten Handlungsgrundsätze.


## 6. Ausbildungsordnung

### 6.1 Dauer der Ausbildung


*Die Ausbildungsmaßnahmen für den Erwerb einer Lizenz müssen grundsätzlich innerhalb von 2 Jahren abgeschlossen sein.*

### 6.2 Anerkennung anderer Ausbildungsabschlüsse



Beim Besitz einer gültigen allgemeinen Übungsleiter/innen-Lizenz des DOSB können folgende Ausbildungsinhalte als absolviert anerkannt werden:

Lizenzstufe	Ausbildungsabschnitt	Höhe der UE
<b>1. Lizenzstufe</b>	 Grundausbildung - interdisziplinäres Basiswissen	<b>40 UE</b>

Beim Besitz eines Vordiploms des Studienganges Diplomsportlehrer oder Diplomsportwissenschaftler können folgende Ausbildungsinhalte als absolviert anerkannt werden:

Lizenzstufe	Ausbildungsabschnitt	Höhe der UE
<b>1. Lizenzstufe</b>	 Grundausbildung - interdisziplinäres Basiswissen	<b>40 UE</b>

Beim Besitz einer abgeschlossenen Sportlehrer- oder Sportwissenschaftlerausbildung (Hochschule oder Fachhochschule) können folgende Ausbildungsinhalte als absolviert anerkannt werden:

Lizenzstufe	Ausbildungsabschnitt	Höhe der UE
<b>1. Lizenzstufe</b>	 Grundausbildung - interdisziplinäres Basiswissen	<b>40 UE</b>
	 Trainerspezifische Ausbildungsinhalte	<b>20 UE</b>

## **7. Inhaltliche Aspekte für die Gestaltung von Ausbildungskonzeptionen**

### **7.1 Berücksichtigung frauenparteilicher Ansätze in den Ausbildungskonzeptionen**

#### **7.1.1 Grundsätze mädchen- und frauenparteilicher Arbeit im Sport**

Mädchen- und frauenparteiliche Arbeit bedeutet, deren Interessen und Bedürfnisse ernst zu nehmen und dafür "Partei zu ergreifen". Es gilt, Mädchen und Frauen Raum zu lassen, ggf. zu schaffen und sie darin zu unterstützen, ihre vielfältigen und unterschiedlichen Fähigkeiten und Stärken zu entdecken und weiterzuentwickeln. Dabei geht es nicht um den Ausgleich vermeintlicher "Defizite" im Vergleich zu Jungen oder Männern.

Das heißt u.a. auch, Mädchen und Frauen im Sport neue Gestaltungsräume zuzugestehen und ihnen einen selbstbestimmten Zugang zu neuen Sport- und Bewegungsformen sowie auch zu Sportarten zu ermöglichen, die traditionell eher Jungen und Männern zugeschrieben werden bzw. wurden. Langfristiges Ziel bei der zukünftigen Weiterentwicklung von Ausbildungskonzeptionen ist eine geschlechtsbewusste Bildungsarbeit, bei der die Interessen und Bedürfnisse beider Geschlechter gleichermaßen Berücksichtigung finden.

#### **7.1.2 Sport- und Bewegungspräferenzen von Mädchen und Frauen**

Die Sport- und Bewegungsinteressen von Mädchen und Frauen sind vielfältig. Immer mehr Mädchen und Frauen nehmen am Wettkampfwesen teil, und zwar auch in ehemals typisch männlichen Sportarten, wie z.B. Fußball, Eishockey, Boxen, Gewichtheben, Ausdauersportarten und leichtathletischen Disziplinen, wie z.B. Stabhochsprung oder Dreisprung oder auch Taekwondo. Leistung und Vergleich im Wettkampf sind aber nur für einen Teil der sporttreibenden Mädchen und Frauen vorrangige Motive. Viele nennen in wissenschaftlichen Untersuchungen Körpererfahrung/Körperbewusstsein, Gestaltung/Ästhetik, Gesundheit/Fitness und auch Geselligkeit als zentrale Motive für ihr sportliches Engagement.

Daraus ergibt sich, dass als bevorzugte Sportarten oft z.B. Tanzen, Schwimmen, Radfahren, Gymnastik oder Freizeit-Rückschlagspiele angegeben werden.

Diese unterschiedlichen Bedürfnisse von Mädchen und Frauen müssen sowohl in der Auswahl und Vermittlung von Sportarten und Bewegungsformen während der Ausbildung als auch bei der Gestaltung von Vereinsangeboten Berücksichtigung finden.

#### **7.1.3 Konsequenzen für die verbandlichen Ausbildungen**

##### **7.1.3.1 Ziele Mädchen- und frauenparteilicher Arbeit in den Ausbildungen**

Spezifische Sozialisationsbedingungen im Kindes- und Jugendalter bewirken bei Mädchen und Frauen, Jungen und Männern unterschiedliche Sport- und Bewegungspräferenzen. Um diesen unterschiedlichen Vorerfahrungen, Interessen und Bedürfnissen im Sport gerecht werden zu können, müssen die spezifischen Bewegungsbiographien erst einmal bewusst gemacht werden.

Ziele sind daher:

- # Reflexion der eigenen Sport- und Bewegungsbiographie und der Entwicklung von Sportpräferenzen (Elternhaus, Freundeskreis, Vorbilder, Vereinsangebote),
- # Erweiterung des Sport- und Bewegungsspektrums um Sportarten, die traditionellerweise eher Jungen und Männern zugeschrieben werden (z.B. Kampfsportarten, Eishockey, Klettern),
- # Förderung eines selbstbestimmten Sporttreibens, Entwicklung individueller Bewertungsmaßstäbe für die eigene Leistung und Sich-Lösen von fremdbestimmten Sportarten (z.B. Joggen nach eigenen Maßstäben, nach eigenem Tempo und Wohlbefinden),
- # Stärkung des Selbstbewusstseins und Selbstvertrauens von Frauen,
- # Bestärkung der Frauen darin, ihre Bedürfnisse und Interessen zu erkennen, sie zu entwickeln, zu äußern und auch durchzusetzen (z.B. auch entsprechende Vereinsangebote für Mädchen und Frauen).

### 7.1.3.2 Didaktisch-methodische Empfehlungen

Die bestehenden sportartorientierten Didaktiken und Methodiken müssen die Bewegungssozialisation von Mädchen und Frauen berücksichtigen.

Bei der Umsetzung der Lehrgangsinhalte in den Ausbildungen sind deshalb folgende Aspekte zu berücksichtigen:

- # Vorerfahrungen, Leistungsstand und spezifische Interessen berücksichtigen und ggf. interessenorientierte (geschlechtshomogene) Neigungsgruppen zu bestimmten Themen/Sportarten anbieten
- # vielfältige Körper- und Bewegungserfahrungen ermöglichen und Körperbewusstsein fördern, Freiräume lassen, um individuelle Grenzen zu erkennen, zu wahren und zu erweitern,
- # Lerntempo und Schwierigkeitsgrad selbst bestimmen lassen, offene Bewegungssituationen initiieren und auf objektive Bewertungen und Lösungen verzichten, Ausprobieren, selbständige Problemlösungen und Kreativität fördern,
- # das Einsetzen von Körperkraft und das Einnehmen und Verteidigen von Raum und Grenzen fördern,
- # selbstwertsteigernde Bewegungssituationen und Erfolgserlebnisse ermöglichen,
- # Neugier und Interesse an neuen Bewegungsformen und Sportarten wecken,
- # Selbst- und Grenzerfahrungen aus dem Bereich der Abenteuer- und Erlebnissportarten ermöglichen,
- # übergroße Angst vor Neuem durch eine entsprechende Methodik vermindern,
- # Raum für Gruppenerlebnisse, sozialen Austausch, solidarisches und gemeinschaftliches Handeln ermöglichen,
- # integrierend wirkende Methoden und Gesprächsformen wählen, die geschlechtsspezifische Verhaltensweisen und Kommunikationsformen beeinflussen können (z.B. offene und problemorientierte Lehrmethoden, Moderationstechniken, themenzentrierte Interaktion)

### 7.1.3.3 Empfehlungen zur Themenwahl

Aus den oben beschriebenen Grundsätzen, Zielen und Arbeitsweisen des Mädchen- und frauenparteilichen Ansatzes ergeben sich für die inhaltliche Gestaltung der Unterrichtseinheiten in den Ausbildungen folgende Empfehlungen:

Empfehlungen im Hinblick auf Fachübergreifende Ausbildungsinhalte:

- ✚ Bewegungssozialisation, Bewegungsbiographien und Sportpräferenzen,
- ✚ Entstehung und Konsequenzen weiblicher und männlicher Rollen/Rollenklischees,
- ✚ Konsequenzen männlicher/weiblicher Machtstrukturen,
- ✚ Körper, Körperbilder, Schönheitsideale, Sexualität,
- ✚ (Sexuelle) Gewalt gegen Mädchen und Frauen (nicht nur im Sport),
- ✚ Sportartübergreifende Bewegungsangebote (z.B. Kleine Spiele, Fitness- und Entspannungstraining),
- ✚ Kraft- und Ausdauertraining (z.B. Laufen, Radfahren, Schwimmen),
- ✚ Fitness- und Wellnessangebote (z.B. Step-Aerobic, Callanetics, Stretching),
- ✚ Tanz, Bewegungstheater, Akrobatik, Jonglieren u.a.,
- ✚ weitere Kampfsportarten neben Taekwondo (z.B. Fechten, Karate, Judo, Ringen, Boxen).

Empfehlungen im Hinblick auf Taekwondo spezifische Ausbildungsinhalte:

- ✚ Selbstbehauptungstraining/Selbstverteidigung,
- ✚ Kampftraining unter Berücksichtigung der Bewegungssozialisation von Frauen,
- ✚ Technik (Formen) als Raum für Ästhetik, Gestaltung und Körperbewusstsein

#### 7.1.3.4 Empfehlungen zur Gestaltung der Rahmenbedingungen

Die im Folgenden genannten Aspekte sollten bei der praktischen Umsetzung der Lehrgangsmaßnahmen berücksichtigt werden:

- ✚ der Lehrgangsort sollte möglichst wohnortnah und auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar sein (Regionalisierung von Maßnahmen),
- ✚ die Wege zu den Ausbildungsstätten sollten sicher erreichbar und abends gut beleuchtet sein,
- ✚ die Unterrichtsräume sollten von außen nicht einsehbar sein, ein angenehmes Raumklima und eine Wohlfühlatmosphäre haben (Licht, Luft, Farben, Blumen, Lesecken usw.),
- ✚ die Lehrgänge sollten zu Zeiten angeboten werden, an denen z. B. auch (alleinerziehende) Frauen mit Kind(ern) teilnehmen können (z.B. ganztags an Wochenenden ohne Übernachtung),
- ✚ für den Zeitraum des Lehrgangs sollte eine Kinderbetreuung angeboten werden,
- ✚ koedukative Ausbildungslehrgänge sollten kontinuierlich von einem Ausbildungsteam geleitet werden, in dem beide Geschlechter vertreten sind; Lehrgänge für Frauen sollten ausschließlich von Frauen geleitet werden,
- ✚ die Unterrichtsmaterialien sollten in ihrer sprachlichen Gestaltung beide Geschlechter berücksichtigen.

#### 7.1.3.5 Ausbildungsteams, Qualifikationsprofil der Ausbilderinnen und Ausbilder

Die Ausbilderinnen und Ausbilder sollten über Erfahrungen in der verbandlichen Lehr- und Bildungsarbeit verfügen und die notwendigen sportfachlichen, pädagogischen und sozial-kommunikativen Kompetenzen mitbringen.

Bezogen auf den Aspekt der geschlechtsbewussten Arbeit sollten sie ihre eigene Geschlechtsrolle und ihre Sport- und Bewegungsbiographie reflektiert haben und in der Lage sein, geschlechtsbewusst zu arbeiten,

Das heißt im Einzelnen:

- ✚ sie sollten Kenntnisse über geschlechtsspezifische Sozialisationsbedingungen,

- Bewegungsbiographien und Sportpräferenzen sowie gesellschaftliche Bedingungen für das Sporttreiben von Mädchen und Frauen, Jungen und Männern besitzen,
- ✚ sie sollten die Bereitschaft haben, sich mit dem Themenkomplex „Mädchen und Frauen im Sport“ und „Aus- und Fortbildung von Frauen im Sport“ auseinander zu setzen,
  - ✚ sie sollten ihre Leitungsrolle und ihr Leitungsverhalten auch unter geschlechtsspezifischen Aspekten reflektiert haben und eine teilnehmende und akzeptierende Grundhaltung haben,
  - ✚ sie sollten in der Lage sein, die oben beschriebenen Mädchen- und frauenparteilichen, pädagogischen, didaktisch-methodischen und inhaltlichen Empfehlungen in der Lehrgangsarbeit umzusetzen.

### 7.1.3.6 Fortbildung von Ausbilderinnen und Ausbildern

Um die oben beschriebenen Anforderungen an eine Mädchen- und frauenparteiliche Ausbildungspraxis erfüllen zu können, müssen die Ausbilderinnen und Ausbilder durch Fortbildung unterstützt werden. Bei der Entwicklung von entsprechenden Fortbildungskonzepten, Materialien und Medien sind dabei die folgenden Inhalte besonders zu berücksichtigen:

- ✚ Reflexion der eigenen Geschlechtsrolle und Leitungsrolle als Referentin bzw. Referent in Ausbildungsmaßnahmen für Frauen,
- ✚ bewusste Auseinandersetzung mit der Leitungsrolle in gemischtgeschlechtlichen Teams,
- ✚ Förderung von sozial-kommunikativen Kompetenzen und Konfliktfähigkeit in der Zusammenarbeit mit dem Team und der Lehrgangsgruppe,
- ✚ Vermittlung von Kenntnissen über entwicklungspsychologische, psycho-soziale und sportartenspezifische Aspekte des Sports von Mädchen und Frauen,
- ✚ Entwicklung von Sensibilität und Vermittlung von Handlungskompetenz in Situationen, die geschlechtsbewusstes und geschlechtsspezifisches Denken und Handeln erfordern,
- ✚ Vermittlung von Methoden und Gesprächsformen, mit denen geschlechtsspezifische Verhaltensweisen und Kommunikationsstile beeinflusst werden können (z.B. offene und problemorientierte Lehrmethoden, Moderationstechniken, themenzentrierte Interaktion).

## 7.2 Berücksichtigung von „Diversity Management“ in der Ausbildungskonzeption

### 7.2.1 Grundsätze im Umgang mit unterschiedlichen gesellschaftlichen Gruppen

Mit seinem Leitgedanken „Sport für alle“ geht der organisierte Sport die Verpflichtung ein die gesellschaftliche Bedingungen so mitzugestalten, dass sie allen gesellschaftlichen Gruppen – unabhängig von Geschlecht, Alter, Behinderung, Nationalität, ethnischer Herkunft, religiöser Überzeugung, sexueller Orientierung – in Sportvereinen ein selbstverständliches Miteinander ermöglichen. Der Grundgedanke von Diversity beruht auf Verschiedenheit und Gleichheit von Menschen, wobei es darum geht, unterschiedliche Merkmale zu respektieren und zum Nutzen des organisierten Sports zu akzeptieren.

Hieraus erwächst dann die Verpflichtung jedes Einzelnen, zusätzliche Möglichkeiten einer aktiven, gleichberechtigten Teilhabe zu schaffen. Eine solche Vereins-/Verbandsphilosophie bietet optimale Voraussetzungen für die Gewinnung und langfristige Bindung von Mitgliedern und Führungskräften, weil sie solche Vielfalt als Bereicherung begreift und für die jeweilige Organisation nutzt.

## 7.2.2 Konsequenzen für die verbandlichen Ausbildungen

### 7.2.2.1 Ziele von „Diversity Management“ in den Ausbildungen

Spezifische Sozialisationsbedingungen im Kindes- und Jugendalter bewirken bei unterschiedlichen gesellschaftlichen Gruppen unterschiedliche Sport- und Bewegungspräferenzen. Um diesen unterschiedlichen Vorerfahrungen, Interessen und Bedürfnissen im Sport gerecht werden zu können, müssen die spezifischen Bewegungsbiographien erst einmal bewusst gemacht werden.

Ziele sind daher:

- ✚ Übergeordnetes Ziel ist die Schaffung gleichberechtigter Teilhabemöglichkeiten und Bildungschancen für alle Teilnehmenden.
- ✚ Ziel ist, den vielfältigen Bedürfnissen und Interessenlagen der Sportlerinnen und Sportler durch geeignete Maßnahmen zu entsprechen.
- ✚ Reflexion der eigenen Sport- und Bewegungsbiographie und der Entwicklung von Sportpräferenzen (Elternhaus, Freundeskreis, Vorbilder, Vereinsangebote),
- ✚ Förderung eines selbstbestimmten Sporttreibens, Entwicklung individueller Bewertungsmaßstäbe für die eigene Leistung und Sich-Lösen von fremdbestimmten Sportarten (z.B. Joggen nach eigenen Maßstäben, nach eigenem Tempo und Wohlbefinden),
- ✚ Stärkung des Selbstbewusstseins und Selbstvertrauens von körperlich und sozial Schwächeren.

### 7.2.2.2 Didaktisch-methodische Empfehlungen

Die bestehenden sportartorientierten Didaktiken und Methodiken müssen die Verschiedenheit und Gleichheit von Menschen berücksichtigen.

Bei der Umsetzung der Lehrgangsinhalte in den Ausbildungen sind deshalb folgende Aspekte zu berücksichtigen:

- ✚ Vorerfahrungen, Leistungsstand und spezifische Interessen berücksichtigen und ggf. interessenorientierte Neigungsgruppen zu bestimmten Themen/Sportarten anbieten,
- ✚ vielfältige Körper- und Bewegungserfahrungen ermöglichen und Körperbewusstsein fördern,
- ✚ Freiräume lassen, um individuelle Grenzen zu erkennen, zu wahren und zu erweitern,
- ✚ Lerntempo und Schwierigkeitsgrad selbst bestimmen lassen, offene Bewegungssituationen initiieren und auf objektive Bewertungen und Lösungen verzichten, Ausprobieren, selbständige Problemlösungen und Kreativität fördern,
- ✚ das Einsetzen von Körperkraft und das Einnehmen und Verteidigen von Raum und Grenzen fördern,
- ✚ selbstwertsteigernde Bewegungssituationen und Erfolgserlebnisse ermöglichen,
- ✚ Neugier und Interesse an neuen Bewegungsformen und Sportarten wecken,
- ✚ Selbst- und Grenzerfahrungen aus dem Bereich der Abenteuer- und Erlebnissportarten ermöglichen,
- ✚ übergroße Angst vor Neuem durch eine entsprechende Methodik vermindern,
- ✚ Raum für Gruppenerlebnisse, sozialen Austausch, solidarisches und gemeinschaftliches Handeln ermöglichen,
- ✚ integrierend wirkende Methoden und Gesprächsformen wählen. (z.B. offene und problemorientierte Lehrmethoden, Moderationstechniken, themenzentrierte Interaktion.
- ✚ Das Leitungsteam hat erforderliche Rahmenbedingungen und ein Klima der Akzeptanz zu schaffen, in dem Verschiedenheit als Bereicherung empfunden wird.

### 7.2.2.3 Empfehlungen zur Themenwahl

Aus den oben beschriebenen Grundsätzen, Zielen und Arbeitsweisen des „Diversity Management“ ergeben sich für die inhaltliche Gestaltung der Unterrichtseinheiten in den Ausbildungen folgende Empfehlungen:

Empfehlungen im Hinblick auf Fachübergreifende Ausbildungsinhalte:

- ✚ Bewegungssozialisation, Bewegungsbiographien und Sportpräferenzen,
- ✚ Sportartübergreifende Bewegungsangebote (z.B. Kleine Spiele, Fitness- und Entspannungstraining),
- ✚ Kraft- und Ausdauertraining (z.B. Laufen, Radfahren, Schwimmen),
- ✚ Fitness- und Wellnessangebote (z.B. Step-Aerobic, Callanetics, Stretching),
- ✚ Tanz, Bewegungstheater, Akrobatik, Jonglieren u.a.,
- ✚ weitere Kampfsportarten neben Taekwondo (z.B. Fechten, Karate, Judo, Ringen, Boxen).

Empfehlungen im Hinblick auf Taekwondo spezifische Ausbildungsinhalte:

- ✚ Selbstbehauptungstraining/Selbstverteidigung,
- ✚ Technik (Formen) als Raum für Ästhetik, Gestaltung und Körperbewusstsein

### 7.2.2.4 Empfehlungen zur Gestaltung der Rahmenbedingungen

Die im Folgenden genannten Aspekte sollten bei der praktischen Umsetzung der Lehrgangmaßnahmen berücksichtigt werden:

- ✚ der Lehrgangsort sollte möglichst wohnortnah und auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar sein (Regionalisierung von Maßnahmen),
- ✚ die Unterrichtsmaterialien sollten in ihrer sprachlichen Gestaltung Minderheiten berücksichtigen.

### 7.2.2.5 Ausbildungsteams, Qualifikationsprofil der Ausbilderinnen und Ausbilder

Die Ausbilderinnen und Ausbilder sollten über Erfahrungen in der verbandlichen Lehr- und Bildungsarbeit verfügen und die notwendigen sportfachlichen, pädagogischen und sozial-kommunikativen Kompetenzen mitbringen.

Bezogen auf den Aspekt des „Diversity Management“ sollten sie ihre eigene gesellschaftliche Rolle und ihre Sport- und Bewegungsbiographie reflektiert haben und in der Lage sein, entsprechend zu arbeiten,

Das heißt im Einzelnen:

- ✚ sie sollten die Bereitschaft haben, sich mit dem Themenkomplex „Diversity Management und Minderheiten im Sport“ und „Aus- und Fortbildung von körperlich und sozial Schwächeren im Sport“ auseinander zu setzen,
- ✚ sie sollten ihre Leitungsrolle und ihr Leitungsverhalten auch unter dem Aspekt von Minderheiten reflektiert haben und eine teilnehmende und akzeptierende Grundhaltung haben,

### 7.2.2.6 Fortbildung von Ausbilderinnen und Ausbildern

Um die oben beschriebenen Anforderungen an ein „Diversity Management“ in der Ausbildungspraxis erfüllen zu können, müssen die Ausbilderinnen und Ausbilder durch Fortbildung unterstützt werden.

Bei der Entwicklung von entsprechenden Fortbildungskonzepten, Materialien und Medien sind dabei die folgenden Inhalte besonders zu berücksichtigen:

- ✚ Förderung von sozial-kommunikativen Kompetenzen und Konfliktfähigkeit in der Zusammenarbeit mit dem Team und der Lehrgangsguppe,
- ✚ Vermittlung von Kenntnissen über entwicklungspsychologische, psycho-soziale und sportartenspezifische Aspekte des Sports von unterschiedlichen gesellschaftlichen Gruppen,
- ✚ Entwicklung von Sensibilität und Vermittlung von Handlungskompetenz in Situationen, die ein bewusstes und spezifisches Denken und Handeln gegenüber unterschiedlichen, ggf. auch in Konflikt stehenden gesellschaftlichen Gruppen erfordern.

## **7.3 Berücksichtigung von Jugendbildung in der Ausbildungskonzeption**

### **7.3.1 Grundsätze der Jugendarbeit**

Bildung ist mehr als nur Rechnen, Lesen und Schreiben zu können. Allgemein wird Bildung vorwiegend in Schule, Studium oder Berufsausbildung verortet. Dabei wird jedoch oft außer Acht gelassen, dass im Leben mehr als nur das bloße Schulwissen von Bedeutung ist – Stichwort „Life skills“ (Lebensfertigkeiten).

Jugendverbandsarbeit vermittelt über das allgemeine Schulwissen hinaus wichtige Kenntnisse und Schlüsselqualifikationen, wie bspw. „soziale Kompetenzen“. Diese sind vor allem für die Entwicklung und Definition persönlicher Standpunkte förderlich und helfen grundlegende Wertvorstellungen sowie Toleranz und ein gesundes Urteilsvermögen zu entwickeln. Jugendverbandsarbeit ist damit in anderer Art und Weise – nämlich der außerschulischen Jugendbildung – eine wichtige Form der Bildungsarbeit und trägt ganz wesentlich zur individuellen Persönlichkeitsbildung bei. Freiwilligkeit, die Beachtung von spezifischen Bedürfnislagen als auch Ressourcenorientierung und -förderung sind dabei von zentraler Bedeutung.

Kinder- und Jugendverbände ermöglichen aufgrund ihres Selbstverständnisses und ihres Aufbaus die Verschmelzung verschiedener Dimensionen von Jugendarbeit, die sonst oft nur einzeln auftreten: Persönlichkeitsbildung, politische Lern- und Handlungsmöglichkeiten, Interessenvertretung und demokratische Selbstorganisation - das sind auch vor dem Hintergrund des Erwerbs von Lebensfertigkeiten wichtige „Lernbereiche“. Das Lernen ist freiwillig, es gibt keinen Leistungsdruck oder Noten, wohl aber ein hohes Maß an Eigenverantwortlichkeit, Kreativität und aktivem Gestaltungsraum. Genauso wie die wichtige Erfahrung, die eigenen Belange, seien sie persönlicher, sozialer oder politischer Art, konkret anpacken zu können.

Von politischer Bildung, über pädagogische und soziale bis hin zu (inter--)kulturellen Bereichen - in all diesen Gebieten können junge Menschen in der außerschulischen Jugendbildungsarbeit greifbare Fähigkeiten erlernen. Im Vordergrund stehen dabei immer kreative, an die Lebenswelten Jugendlicher anknüpfende Formen der Jugendbildung.

Ziel ist es natürlich auch, die Jugendlichen über die Jugendverbands und -bildungsarbeit selbst für ehrenamtliches soziales und gesellschaftliches Engagement zu begeistern. Mittels der Jugendleiter-Ausbildung werden junge Menschen durch theoretische und praktische Ausbildung zur Übernahme verantwortungsvoller Aufgaben in Verein und Verband befähigt.

## 7.3.2 Konsequenzen für die verbandlichen Ausbildungen

### 7.3.2.1 Ziele der Jugendarbeit in den Ausbildungen

Einer der Hauptgedanken von Jugendbildung kann im Sinne der stetigen Personalentwicklung und -qualifizierung in der kurzen Formel „Jugendbildung = Zukunftssicherung“ auf den Punkt gebracht werden. Insbesondere die Qualifizierung der fast ausschließlich ehrenamtlichen Mitarbeiter leistet mit Hinblick auf kontinuierliche Jugendbildung einen entscheidenden Beitrag engagierte und gut ausgebildete Mitarbeiter für die Arbeit in Verein/Verband zu gewinnen und so vor allem auch die eigene Innovations- und Zukunftsfähigkeit zu befördern. Dabei geht es weniger um abrufbares Fach- und Methodenwissen, sondern vielmehr um die Herausbildung einer persönlichen und sozial-kommunikativen sowie natürlich auch fachlich-methodisch-strategischen Kompetenz, entsprechendes Wissen kreativ anzuwenden.

Der organisierte Sport in Deutschland, somit auch der deutsche Taekwondosport, ist einem umfassenden außerschulischen Bildungsanspruch verpflichtet – dieser könnte in der Formel „Bildung im Taekwondo – Bildung durch Taekwondo“ zusammengefasst werden.

Auf Grundlage eines humanistischen Menschenbildes geht es nicht allein um den Erwerb von Kenntnissen und Kompetenzen, sondern immer auch um die Entwicklung individueller Ressourcen, Einstellungen und Wertmaßstäbe. Genauso wie die Bildungsarbeit in Form verbandlicher Qualifizierungsmaßnahmen, zielt auch die tägliche Vereins- und Jugendarbeit auf die Förderung subjektiver Bildungsprozesse bei ihren Mitgliedern.

Bildung im Allgemeinen stellt darauf ab, den Menschen unter Wahrung seiner Selbstbestimmung in seiner Ganzheitlichkeit zu fördern sowie für die Entwicklung und freie Entfaltung seiner Fähigkeiten günstige Rahmenbedingungen zu schaffen. Bildung im und durch den Taekwondosport zielt hierbei insbesondere auf das Sport treibende Individuum. Erfahrungen mit dem eigenen Körper, der respekt- und verantwortungsvolle Umgang mit anderen Sportlern sowie Achtung der natürlichen Umwelt sind wichtige Bestandteile von Entwicklung und Bildung von Persönlichkeit. Neben der Förderung des sportlichen Bewegungshandelns, ist die Reflexion dieser Handlungssituationen grundlegende Voraussetzung für individuelle und soziale Erfahrung bzw. Entwicklung. Die prinzipielle Ganzheitlichkeit von körperlicher, geistiger und sozialer Bildung wird hierbei besonders deutlich.

Der Sport hilft dabei anspruchsvolle Ziele zu erreichen. Dazu gehört vor allem der Erwerb von Schlüsselqualifikationen wie: Team- und Kommunikationsfähigkeit, Zielorientierung, Fähigkeit zur Planung/Strukturierung, Kooperation, Fairness, Leistungswillen, Beharrlichkeit und Gesundheitsbewusstsein.

Vor allem für junge Menschen stellen Mitarbeit, Mitbestimmung und Mitverantwortung im Sportverein und sportliche Aktivitäten ein von Ganzheitlichkeit geprägtes Erlebnis- und Erfahrungsfeld dar. Dieser Erfahrungsraum trägt bei kompetenter Begleitung erheblich zur Persönlichkeits- und Sozialbildung bei. Engagement im Sport ermöglicht somit elementare demokratische Verhaltensweisen zu erfahren, zu verstehen und zu erproben sowie soziale Schlüsselqualifikationen zu erwerben, die auch über den Sport hinaus von zentraler Bedeutung im gesellschaftlichen Zusammenleben sind.

### 7.3.2.2 Didaktisch-methodische Empfehlungen

Die vorliegende Ausbildungskonzeption basiert auf den didaktischen Prinzipien: Situationsbezogenheit, Handlungsorientierung und Wissenschaftsbezogenheit.

Situationsbezogen meint die realitätsbezogene Bewältigung von spezifischen Situationen, das heißt die Kompetenz der Teilnehmer richtet sich sowohl auf Planung als auch auf Durchführung von Veranstaltungen. Wichtig ist dabei immer die jeweilige Zielgruppe mit ihren spezifischen Gegebenheiten.

Handlungsorientierung meint die Herausarbeitung und bewusste Förderung bestimmter Eigenschaften und Handlungsweisen (bei Kindern/Jugendlichen durch den Jugendleiter).

Mit Wissenschaftsorientierung ist gemeint, sich geeignete Informationen zugänglich zu machen und zu recherchieren. Weiterhin wird der Anspruch auf kontinuierliche Verfolgung (jugend)sportlicher Diskussionen und die stetige Erweiterung des eigenen methodischen Werkzeugs angeregt. Das Erkennen und Nutzen der Transfermöglichkeiten, aber auch seiner Grenzen in die eigene Arbeit unter Berücksichtigung einer kritischen Betrachtungsweise der Informationsquelle ist ein weiteres wichtiges Qualifizierungsziel.

Mit der Thematisierung von:

- ✚ aktuellen sport- und jugendbezogenen Fragen (Doping, Fairplay ...)
- ✚ gesellschaftspolitischen Themen (Gender, Diversity, Integration ...)
- ✚ grundlegenden Wissenstand über die Zielgruppe (Kinder/Jugendliche)
- ✚ eines entsprechenden vielfältigen Methodenrepertoire

soll bei den Teilnehmern der Ausbildung ein einheitlich / aktueller Wissenstand hergestellt werden.

Es wird dabei Wert auf das Anknüpfen an eigene Erfahrungen (Teilnehmerorientierung), plastische und praxisrelevante Darstellung sowie auf die persönliche Sensibilisierung für die einzelnen Themenbereiche gelegt. Insbesondere das Erkennen von Zusammenhängen (Transparenz) und der Erfahrungsaustausch unter den Teilnehmern spielt eine wichtige Rolle. Arbeitsergebnisse werden in Kleingruppen (Teams) erarbeitet, aufbereitet und präsentiert (Teamprinzip).

Während der Ausbildung kommen unterschiedliche Methoden (bspw. selbstständige Recherche, Präsentation, Simulation) und Sozialformen (bspw. Einzel-, Paar-, Gruppenarbeit, Lehrgespräch) zur Anwendung. Dies sichert das Ansprechen der verschiedenen Lern- und Wahrnehmungssysteme – akustisch, visuell, taktil – sowie Erlebnis-/Erfahrungsorientierung und Prozessorientierung.

Ein regelmäßiges Feedback seitens der Teilnehmer (wie auch des Referenten) ist ein wichtiger Bestandteil zur effektiven Begleitung der Lern- und Lehrprozesses. Darüber hinaus fördert es das differenzierte Erkennen des Fremd- und Selbstbildes sowie unter Berücksichtigung auf die eigenen Erfahrungen und Erwartungen auch die Akzeptanz für unterschiedliche Sichtweisen.

Folgende methodisch-didaktische Grundsätze sind Bestandteil der Konzeption:

- a) Teilnehmerorientierung und Transparenz
- b) Umgang mit Verschiedenheit/Geschlechtsbewusstheit
- c) Zielgruppenorientierung (Verein/Verband als Handlungsort)
- d) Erlebnis- und Erfahrungsorientierung und Ganzheitlichkeit
- e) Handlungsorientierung

- f) Prozessorientierung
- g) Teamprinzip
- h) Reflexion des eigenen Selbstverständnisses

### 7.3.2.3 Empfehlungen zur Themenwahl

In der Ausbildungskonzeption greifen personen- und gruppenbezogene, bewegungs- und sportpraktische sowie vereins- und verbandsbezogene Inhalte ineinander und garantieren somit eine umfassende und ganzheitliche Ausbildung. Wichtig für die Anknüpfung an das persönliche Handlungsfeld ist immer wieder die Verbindung von Praxis und eigener Befindlichkeit herzustellen. Ein bestimmter Teil soll nicht ausschließlich als Präsenzveranstaltung stattfinden, sondern individuell am Schreibtisch des Teilnehmers, um Eigenverantwortlichkeit, Zeitmanagement und die Fähigkeit des Filterns und Recherchierens zu trainieren. Hierzu sollen zur Erarbeitung der gestellten Aufgabe auch individuelle persönliche Netzwerke mobilisiert werden und angemessene Informationsaufarbeitung in Form einer Präsentation erfolgen. Während dieser Bearbeitungsphase steht den Teilnehmern ein Tutor zur Seite.

### 7.3.2.4 Empfehlungen zur Gestaltung der Rahmenbedingungen

Die im Folgenden genannten Aspekte sollten bei der praktischen Umsetzung der Lehrgangsmaßnahmen berücksichtigt werden:

- ✚ der Lehrgangsort sollte die Möglichkeit der Unterbringung für alle Teilnehmer bieten
- ✚ der Lehrgangsort sollte außerdem genügend Raum für sowohl praktische Aufgaben als auch für Teamaufgaben in Arbeitsgruppen bieten
- ✚ möglichst wohnortnah und auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar sein (Regionalisierung von Maßnahmen)
- ✚ Die übliche Mediene Ausstattung sowie Breitbandinternetanbindung ist ebenfalls zu gewährleisten
- ✚ Für den Bereich e-learning / Online-Recherche wird von den Teilnehmern hinreichende Medienkompetenz sowie ein Internetzugang erwartet
- ✚ die Unterrichtsmaterialien sollten in ihrer sprachlichen Gestaltung Minderheiten berücksichtigen.
- ✚ Die Teilnehmer werden Ausbildungsmaterialien sowie nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung zum Jugendleiter-A ein „Jugendleiter-Handbuch“ der Deutschen Taekwondo Jugend ausgehändigt

## 8. Qualitätssicherung in der verbandlichen Ausbildung

Ziel der Deutschen-Taekwondo-Union e.V. ist es, im Bereich des DOSB gegenüber den auszubildenden Mitarbeitern, den Sportvereinen, der öffentlichen Verwaltung und den sonstigen Partnern das Prädikat einer Mindestqualität aller Aus- und Fortbildungsabschlüsse im verbandlichen Lizenzwesen zu sichern.

Die Aufgabe des Qualitätssicherungsbeauftragten obliegt dem jeweiligen Bundeslehrwesenreferent.

Die Qualitätssicherung erstreckt sich auf die Bereiche:

a) Einrichtungsqualität mit den Punkten:

- ✚ Betriebs- und Organisationsstrukturen
- ✚ Personal/Personalausstattung
- ✚ Kommunikation und Kooperation
- ✚ Aufgabengerechte Verwaltungsräume
- ✚ Räumlichkeiten/Materialien/Medien
- ✚ Rechtsstatus
- ✚ Finanzierung
- ✚ Allgemeine Geschäftsbedingungen
- ✚ Mitwirkungs-gremien

b) Programmqualität mit den Punkten:

- ✚ Konzeption der Arbeit des Bildungsträgers
- ✚ Räumliche Streuung des Angebots
- ✚ Curriculare Konzeption und Planung
- ✚ Programminformation
- ✚ Wertigkeit der Veranstaltung

c) Durchführungsqualität mit den Punkten:

- ✚ Didaktisch-methodischer Prozess
- ✚ Kompetenz der Dozenten
- ✚ Teilnehmerunterlagen
- ✚ Begleitung der (lernenden) Teilnehmer
- ✚ Begleitung der lehrenden Dozenten
- ✚ "Erlebnis Bildung"
- ✚ Evaluation und Rückmeldung
- ✚ Serviceleistungen

d) Erfolgsqualität mit den Punkten:

- ✚ Effektivität der Arbeit
- ✚ Zufriedenheit mit der Arbeit im Bildungsträger
- ✚ Effizienz der Arbeit des Bildungsträgers
- ✚ Wirkung im Umfeld des Sports
- ✚ Curriculare Umsetzung der Auswertung
- ✚

## 8.1 Lehrkräfte

Die Träger der Ausbildung berufen Lehrkräfte und bieten ihnen regelmäßig Fortbildungsmaßnahmen an.

### 8.1.1 Aspekte bei der Fortbildung von Referentinnen und Referenten in der Lizenzausbildung

#### 8.1.1.1 Vorbemerkung

Referentinnen und Referenten in der Lizenzausbildung haben einen großen Anteil bei der Umsetzung von Ausbildungskonzeptionen im verbandlichen Lehrwesen. Ihre fachliche Qualifikation und pädagogische Kompetenz bestimmt wesentlich die Qualität bei der Ausbildung von Trainern/innen. Deshalb kommt der regelmäßigen Fortbildung von Referentinnen und Referenten in der Lizenzausbildung eine entscheidende Bedeutung zu.

#### 8.1.1.2 Ziel der Fortbildungsmaßnahmen

Referentinnen und Referenten in der Lizenzausbildung kommen auf Grund ihrer fachlichen Qualifikation und/oder ihrer beruflichen Erfahrung zum Einsatz. Sie sind in der Regel mehrere Jahre in diesem Bereich tätig.

Von dieser Orientierung ausgehend wird eine Fortbildung in folgenden Bereichen für sinnvoll erachtet:

- ✚ Fortbildung in allgemeiner und fachdidaktischer Hinsicht
- ✚ Erweiterung bzw. Vertiefung der Methoden der Wissensvermittlung
- ✚ Erprobung des unterrichtlichen Einsatzes von Lehrmedien und audiovisuellen Medien
- ✚ Schulung der Sozialkompetenz.

#### 8.1.1.3 Themen der Fortbildungsmaßnahmen

Bei der Fortbildung sollten folgende Themen angesprochen werden:

- ✚ Struktur, Ziel und Inhalte von Fortbildungsmaßnahmen
- ✚ fachdidaktische Gesichtspunkte in der Lizenzausbildung
- ✚ erwachsenengerechte Methoden in der Lizenzausbildung
- ✚ Prüfungsmodelle in der Lizenzausbildung, u.a.m.
- ✚ Rahmenbedingungen der Lehrgangsgestaltung
- ✚ Gesichtspunkte und Anforderungen an ein Heimstudium
- ✚ Nachbereitung von Lehrgangsmassnahmen

## 8.2 Didaktisch-methodische Aspekte zur Lehrgangsgestaltung

Die hier zusammengestellten didaktisch-methodischen Aspekte sollen den Beteiligten in der verbandlichen Ausbildung eine weitere Orientierung bei der praktischen Umsetzung der Ausbildungskonzeptionen bieten. Diese Aspekte sind in der Praxis erprobte Erfahrungen, die in den folgenden Kapiteln zusammengefasst wurden:

## 8.2.1 Das Theorie-Praxis-Verhältnis

Unter "Theorie" sollen Handlungsmodelle verstanden werden, die in der Praxis erprobt wurden und für die alltägliche Arbeit der Übungsleiter/innen geeignet sind.

Unter Theorie sollen nicht allgemeine oder spezifische "wissenschaftliche Erkenntnisse" verstanden werden, die unmittelbar in die Lehrgangsmaßnahmen einfließen. Das bedeutet nicht, dass die "Handlungsmodelle" nicht wissenschaftlich begründet sein und wissenschaftlichen Erkenntnissen genügen sollten.

Bei der Vermittlung von Ausbildungsinhalten sollte auf die geschlossene Darstellung wissenschaftlicher Begrifflichkeiten, Disziplinen oder Theorien verzichtet werden. Jedoch sollten diese Erkenntnisse unter didaktischen Überlegungen für die Lizenzausbildung aufbereitet und in entsprechende Vermittlungszusammenhänge integriert werden.

Diese Theorie-Praxis-Sichtweise hat Auswirkungen auch auf der sprachlichen Ebene. Auf die Verwendung wissenschaftlicher Fachausdrücke sollte zum besseren Verständnis nach Möglichkeit verzichtet und dafür umgangssprachliche Bezeichnungen verwendet werden.

"Praxis" im Rahmen der Lizenzausbildung bedeutet, Beispiele aus der Tätigkeit von Übungsleiter/innen oder Trainer/innen zur Veranschaulichung, Begründung oder Einübung o.a. "Handlungsmodelle" vorzugeben. Inhaltlich umfasst "Praxis" sowohl die Tätigkeit der Planung als auch die Umsetzung von Sportangeboten ebenso wie das Verhalten von Übungsleitern/innen oder Trainern/innen in der Betreuung von Gruppenmitgliedern oder Athleten/innen.

Der Praxisbezug sollte alle wichtigen Tätigkeitsfelder berücksichtigen, in denen die Lizenzinhaber/innen künftig tätig werden. Er sollte in zwei Formen realisiert werden:

- ✚ Demonstration praktischer Beispiele durch die Lehrgangsleitung/Referenten/innen,
- ✚ Planung, Durchführung und Auswertung von Übungen und Projekten durch die Teilnehmer/innen.

## 8.2.2 Teilnehmer/innen-Orientierung

Die inhaltliche Ausrichtung der Lehrgangsmaßnahmen sollte sich an den Teilnehmern/innen orientieren. Daraus folgt, dass die Erfahrungen der Teilnehmer/innen Ausgangspunkt für die Gestaltung der Lernprozesse und Bezugspunkt für Demonstrationen und Übungen sein sollten. Teilnehmer/innen-Orientierung bedeutet nicht nur, die Wünsche und Interessen der Teilnehmer/innen aufzunehmen und im Rahmen der jeweiligen Konzeptionen zu berücksichtigen. Teilnehmer/innen-Orientierung bedeutet auch, dass bei möglichen Spielräumen der Gestaltung und Inhaltsauswahl die Wünsche der Teilnehmenden im Rahmen der konzeptionellen Vorgaben berücksichtigt werden können. Dies bezieht sich vor allem auf exemplarisch dargestellte praktische Stundeninhalte oder auf konzeptionell vorgegebene Wahlmöglichkeiten.

## 8.2.3 Methoden

Bei der Auswahl der Methoden sollte auf das vielfältige Repertoire der Erwachsenenbildung zurückgegriffen werden. Hierbei sind leiter/innenorientierte weitgehend durch teilnehmer/innenorientierte Methoden anzustreben. Bei der Informationsdarbietung sollten Kurzvorträge in der Regel nicht länger als 20 Minuten dauern und durch Medien unterstützt werden. Informationsverarbeitung kann z. B. in Form von Gruppenarbeiten mit konkreten Arbeitsaufträgen geschehen, wobei zu Beginn der Ausbildung darauf geachtet werden sollte, dass die Teilnehmer/innen

eine Einführung in die Grundregeln von Gruppenarbeiten erhalten.

## 8.2.4 Auswahl der Inhalte

Die Auswahl der Inhalte der einzelnen Ausbildungsgänge ist nicht als vorgegebene Chronologie zu verstehen, Vielfach bietet es sich an, Zusammenhänge der Inhaltsbereiche zu finden und einzelne Inhalte umfassend und nicht im Gesamtzusammenhang zu thematisieren. Hierbei hat die kontinuierliche Lehrgangsleitung eine besondere Rolle, da in der Regel nur durch sie die Brücke zwischen den einzelnen Inhalten und Inhaltsbereichen hergestellt werden kann.

## 8.2.5 Materialien

Zur Unterstützung der Arbeit der Lehrgangsleitungen und Referenten/innen sollten Materialien entwickelt werden, die eine Gestaltung des Unterrichts gemäß den Ansprüchen einer modernen Erwachsenen didaktik ermöglichen. Hierzu gehören:

- ✚ Informationsmaterialien für Ausbilder/innen
- ✚ Lehrmaterialien (Folien, Gruppen-, Paar- und Einzelaufträge, Rollenspielvorgaben, Wandzeitungsentwürfe, Manuskripte für Kurzvorträge, Übungssammlungen usw.)
- ✚ Informationsmaterialien für Teilnehmer/innen.
- ✚ Auswertungs- / Feedbackbögen

## 8.2.6 Einsatz von Referenten/innen, Zusammenstellung von Lehrgangsteams

Auf Grund der Notwendigkeit einer sinnvollen Zusammenstellung und Verknüpfung der Ausbildungsinhalte ist es unerlässlich, die Ausbildung mit einer kontinuierlichen Lehrgangsleitung zu begleiten. Für diese Aufgabe ist ein Lehrgangsteam anzustreben

Die Lehrgangsleitung sollte durch Fachreferenten/innen für Spezialthemen unterstützt werden, in der Regel sollte die Lehrgangsleitung/das Lehrgangsteam die Wissensvermittlung auf der Grundlage der Ausbildungskonzeption leisten.

# 9. Inkrafttreten

Dieses Rahmenkonzept für die Ausbildung von Trainer/innen in der Deutschen Taekwondo Union e.V. tritt mit Beschluss des Gesamtvorstandes am 26.03.2010, vorbehaltlich der Anerkennung durch den DOSB in Kraft. Gleichzeitig verlieren die Rahmenrichtlinien vom Sept. 2005 ihre Gültigkeit.