

Themen- und Inhaltsübersicht mit Aufteilung der Lehreinheiten

Trainer-Ausbildung 2020 (TAB 2020)

Legende:

BQS: Basisqualifikation; hierbei handelt es sich um die Anzahl der Lehreinheiten im Grundlagenteil der TAB. In der Ausbildung selbst fällt der Unterschied nicht auf, da die TAB als Komplettpaket veranstaltet wird.

C: C-Inhalte; hierbei handelt es sich um die Anzahl der Lehreinheiten im Aufbauteil der TAB. In der Ausbildung selbst fällt der Unterschied nicht auf, da die TAB als Komplettpaket veranstaltet wird.

ges.: Lehreinheiten insgesamt pro Schwerpunkt

LE: Lehreinheit (eine LE hat einen Umfang von 45 Minuten)

1 Training und Bewegungslehre		BQS	C	ges
		2	5	7
1a	Training, konditionelle Fähigkeiten und Adaptation	1	2	
1b	Koordinations- und Techniktraining	1	1	
1c	Planung des Trainingsprozesses und Periodisierung		2	
2 Sportbiologie und Sportmedizin		BQS	C	ges
		2	4	6
2a	Biologische Grundlagen des Trainings: Physiologie (Stoffwechsel, Energie, Herz-Kreislauf-System)		2	
2b	Biologische Grundlagen des Trainings: Anatomie (Muskeln, Gelenke, Bänder, Sehnen)	1		
2c	Unfallvermeidung, Sportverletzungen, Erste Hilfe, Physiotherapie, Prophylaxe, Rehabilitation, Ernährung	1	2	
3 Sportpsychologie, Pädagogik, Methodik		BQS	C	ges
		4	5	9
3a	Entwicklung im Kindes- und Jugendalter Mannschaftspsychologie: Führung und Teamentwicklung; Konflikte; Umgang mit 2 heterogenen Gruppen, Inklusion	1	2	
3b	Pädagogische Grundsätze des Lernens und Lehrens; Grundlagen der Spielvermittlung; Methodische Grundsätze	2	2	
3c	Planung einer Trainingseinheit	1	1	
4 Sportorganisation, Rechtsfragen, Regeln, Ordnungen		BQS	C	ges
		3	7	10
4a	Sportorganisation: DBB + LV, vdbt, FIBA, DOSB		1	
4b	Rechtsfragen – Aufsichtspflicht, Steuer, Versicherung, Verträge	1	2	
4c	Grundfragen des Regelwerks und der Spielordnung	1	3	
4d	Spiel-/Turnierorganisation		1	
4e	Spielorganisation und Kampfgericht	1		
5 Aktuelle Themen		BQS	C	ges
		0	9	9
5a	Bekämpfung des Dopings (und Drogenkonsums)		2	
5b	Aktuelle Themen des Sports und Vertiefung: Elternarbeit und Umgang mit Eltern		2	
5b	Aktuelle Themen des Sports und Vertiefung: Gewalt und Antidiskriminierung		2	
5b	Aktuelle Themen des Sports und Vertiefung: Kabinenansprache		1	
5c	Prüfungsvorbereitung		2	
6 Individualtechnik, Individualtaktik und Spiel: 1-1		BQS	C	ges
		12	10	22
6a	Im Angriff: Ballhandling, Dribbling (Grundpositionen, Dribbelstart, Handwechsel, Stoppen, Sternschritt, Tempowechsel; Täuschungen)	3	2	
6b	Fangen und Passen: Druck-, Überkopf-, Boden-, Handballpass; einhändige und beidhändige Pässe; Varianten; Täuschungen	3		

6c	Korbwürfe: Korbleger, Powershot, Standwurf, Sprungwurf; Täuschungen	2	2	
6d	Beinarbeit: Anbieten und Befreien; Täuschungen	1	1	
6e	Positionsspezifische Angriffstechnik und -taktik; Entscheidungsstruktur im 1-1	1	2	
6f	In der Verteidigung: Grundstellung und Grundbewegung; Verteidigung gegen den Ballbesitzer und gegen den Angreifer ohne Ball	2	2	
6g	Rebound: Ausblocken, Defensiv-/ Offensivrebound		1	
7	Gruppentaktik (Spiel 2-2, 3-3, Transition, Schnellangriff)	BQS 10	C 11	ges 21
7a	Im Angriff: Schneidebewegungen (Cuts): Give & Go; Backdoor; Cut & Fill; Penetrate and Pass	2	2	
7b	Direkte und indirekte Blocks; Positionsspezifisches Spiel 2-2 und 3-3	3	3	
7c	Grundlagen des Transition-/Schnellangriffs: Überzahlspiel vom 1- 0 zum 3-2	2	1	
7d	In der Verteidigung: Helfen; Rotieren; Doppeln, Verteidigung von Schneidebewegungen (Cuts)	2	2	
7e	In der Verteidigung: Blockverteidigung (direkte und indirekte Blocks; Varianten)		2	
7f	In der Verteidigung: Transition- und Unterzahlverteidigung, Pressing	1	1	
8	Mannschaftstaktik (Spiel 4-4, 5-5)	BQS 4	C 5	ges 9
8a	Im Angriff: Transition, Traileroptionen		1	
8b	Im Angriff: Grundlagen des Angriffs: Aufstellung, Spacing, Fill	1		
8c	Im Angriff: Angriff gegen Manndeckung und Zonendeckung	1	2	
8d	In der Verteidigung: Grundlagen der Verteidigung (Match-Ups, Ballside, Helpside)	1		
8e	In der Verteidigung: Manndeckung und Zonendeckung	1	2	
9	Spezielle Themen	BQS 6	C 21	ges 27
9a	Aufbau, Stretching, Cool-Down	1		
9b	Laufschule und Körperstabilisierung; Konditions- und Koordinationsschulung		2	
9c	Spielschulung, Kleine Spiele, Minibasketball	2	2	
9d	FIBA 3x3		1	
9e	Aktuelle Themen des Sports und Vertiefungen: Koordination und Techniktraining (1b)			
9e	Aktuelle Themen des Sports und Vertiefungen: In der Verteidigung: Transition- und Unterzahlverteidigung, Pressing (7f)			
9e	Aktuelle Themen des Sports und Vertiefungen: In der Verteidigung: Manndeckung und Zonendeckung (8e)			
9e	Aktuelle Themen des Sports und Vertiefungen: Probeklausur		2	
9e	Aktuelle Themen des Sports und Vertiefungen: Pädagogische Grundsätze des Lernens und Lehrens; Grundlagen der Spielvermittlung; Methodische Grundsätze		1	
9e	Aktuelle Themen des Sports und Vertiefungen: Themen noch vakant		6	
9f	Lehrübungen; Prüfungsvorbereitung (Hospitation)	3	7	
9	Zusatzthemen	BQS 5	C 0	ges 5
10a	Geschichte des Basketball	1		
10b	Individuelle Einführung in die Thematik	4		
				ges 125