

Trainerassistent*in

Ausbildungsstufe: Vorstufenqualifikation zur C-Lizenzausbildung

Umfang: 32 LE (zwei Wochenenden)

Ziele:

Teilnehmer*innen erhalten einen Überblick über sportliche Möglichkeiten im Bewegungsraum Wasser und erwerben erste fachliche Kenntnisse, um lizenzierte Trainer*innen im Verein zu unterstützen. Neben dem Einstieg mit fachlichen Kenntnissen zur Wirkung des Trainings auf den Körper stehen Methodik der Schwimmarten und Kenntnisse zum Stundenaufbau auf dem Programm. Damit können Trainerassistent*innen erste Trainingseinheiten im Verein vertreten oder sich in Stunden einbringen, um Erfahrungen für die Lizenzausbildung zu sammeln. Dieser Lehrgang ist Zulassungsvoraussetzung für die Lizenzausbildung.

Inhalte:

Wirkung des Trainings
auf den Körper

Motorische
Grundeigenschaften &
Wassergewandtheit

Methodik der 4
Schwimmarten,
Technikleitbild und
Fehlerkorrektur,
Starts und Wenden

Grundlagen des
Stundenaufbaus

Altersgemäßes
Training und Pädagogik

Vielfalt im
Bewegungsraum
Wasser

Zielgruppe:

Alle Interessierten im Verein, die eine Lizenzausbildung anstreben oder lizenzierte Trainer*innen im Verein unterstützen möchten.

Zulassungsvoraussetzungen:

- Mindestalter 16 Jahre
- Nachweis einer Erste-Hilfe-Grundausbildung, nicht älter als 2 Jahre
- Rettungsfähigkeit (mindestens DRSA Bronze, nicht älter als zwei Jahre)
- Befürwortung durch einen Schwimmverein oder eine -abteilung
- unterschriebener DOSB-Ehrenkodex

Prüfung: Lehrübungen in Kleingruppen, aktive Mitarbeit für Teilnahmebestätigung