

Konzept DFBL-Trainer „Faustball“ – Stand Januar 2011, Frommknecht

Umfang:	40 Stunden(je 45 min.)
Voraussetzung:	<ul style="list-style-type: none"> • Mindestalter 16 Jahre • Grundkompetenz Faustball (Theorie und Praxis) • Besitz gültige Schiedsrichter B-Lizenz (oder höher)
Prüfung:	• lehrgangsbegleitend (jeder Teilnehmer muss ein zugeteiltes Thema eigenständig vorbereiten und in Theorie oder Praxis präsentieren)
Methoden:	Enge Verzahnung von theoretischer Wissensvermittlung und direktem Praxisbezug ; entscheidend: Teilnehmerorientierung
Gültigkeit:	4 Jahre, zur Fortbildung sind 15 Std. notwendig (anerkannte Maßnahme)
Materialien:	Die Referenten geben Lehrmaterialien zum Nachlesen, Überprüfen und Anwenden aus. Nach Möglichkeit werden von den Teilnehmern eigene Materialien erstellt (möglichst digital → DVD, Homepage)
Referenten:	Verfügen über eine fundierte, möglichst wissenschaftliche Ausbildung sowohl im allgemeinen Bereich des Sports als auch fachlich. Der Einsatz bzw. Austausch mit Landes- und Bundestrainern wird angestrebt.

Nr	Thema	UE	Inhalt
----	-------	----	--------

Überblicksthemen

1	Einführung und Organisation	1	Lehrgangsablauf, Vorstellungsrunde
2	Verbandsstrukturen im Faustball	2	Historie und Perspektiven; LTV/DTB, DFBL, IFA
3	Aktuelle Entwicklungen und Tendenzen des Faustballs	1	Internationalisierung, Professionalisierung, taktische und technische Entwicklungen
4	Medien in der Aus- und Fortbildung	2	Analyse vorhandener Medien; Erstellung bzw. Planung neuer Lehrmaterialien
5	Abschlussbesprechung	1	Resümee und Ausblick
		7	

Aspekte des Trainings, der Betreuung und Trainingssteuerung

6	Aufgaben des Trainers	1	Reflexion des eig. Verhaltens, Führung von Gruppen, Mannschaftsbesprechung
7	Mentale Trainingsformen	2	Theoretische Grundlagen Einsatz im Leistungsbereich
8	Trainingsplanung und –steuerung Leistungskontrolle und –diagnostik	3	Kurz-, mittel-, langfristiger Trainingsaufbau, Periodisierung, Grundlagen
9	Talentsichtung und Leistungsförderung	2	Theoretische und praktische Konzepte Analyse Landes- und Bundesauswahlen
		8	

Techniktraining

10	Neulernen, Automatisierung, Stabilisierung, Variation	1	Theoretische Grundlagen, methodische Überlegungen, Trainingsgrundsätze
11	Technikleitbilder für Abwehr-, Zuspiel- und Angriffstechniken	2	Analyse, Diskussion
12	Häufige Fehler bei Anfängern und Fortgeschrittenen, Korrektur	1	Analyse typischer Fehler, Einsatz adäquater Korrekturen
13	Bewegungsanalyse und –korrektur mittels Videofeedback	2	Betrachtung ausgewählter Techniken der Teilnehmer, anschließend Analyse
		6	

Taktiktraining

14	Grundlagen Taktik, Prinzipien Taktiktraining	3	Theoretische Fundierung Methoden des Taktiktrainings
15	(Video-)Analyse mit speziellen Schwerpunkten; Theorie & Praxis	2	Individual- und mannschaftstaktische Analyse anhand von internat. Topevents oder Live-Spiel
		5	

Sportartspezifisches Leistungstraining

21	Athletiktraining im Leistungsbereich	3	Verbesserung der konditionellen Faktoren im Leistungsbereich (Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft, Schnelligkeit)
22	Ballgebundenes Warm-up und Koordinationstraining	2	Möglichkeiten im Leistungsbereich unter koordinativem Schwerpunkt
23	Leistungstraining Abwehr	1	Direkte/indirekte Abwehr, Drop- und Hechtabwehr, Trainingsvarianten, Sonderformen
24	Leistungstraining Zuspiel	1	Direktes/indirektes Zuspiel, Trainingsvarianten, Sonderformen
25	Leistungstraining Angriff	2	Aufschlag (Stand, Sprung-), Sprung-schlag, Leinenspiel, Trainingsvariationen
26	Blockspiel im Faustball	2	Taktische Grundlagen, Konsequenzen, Trainingsmethodik
27	Kleinfeldspiele mit besonderer Aufgabenstellung	1	Kennenlernen von neuen und vielfältigen Spielformen
28	Komplexe Übungsformen im Leistungsbereich	2	Beispiele adäquater Übungen
		14	

Erstellt von Rainer Frommknecht, Beauftragter für Ausbildung, DFBL
Januar 2011

Verantwortlich:

Rainer Frommknecht

Karlstraße 3, 74915 Waibstadt

Rainer.Frommknecht@faustball-liga.de