

Konzeption C-Trainer „Faustball“

Stand Januar 2018

Rainer Frommknecht

e-mail: Rainer.Frommknecht@faustball-liga.de

1 UE = 45 Minuten

	Faustball	Überfachlich	Prüfung	Umfang
Grundlehrgang	28 UE	12 UE	---	40 UE
Aufbaulehrgang	28 UE	12 UE	---	40 UE
Prüfungslehrgang	16 UE	12 UE	12 UE	40 UE
Gesamt	72 UE	36 UE	12 UE	120 UE

Für die abschließende Prüfung sind 12 UE vorgesehen.

- Schriftliche Prüfung „Überfachlich“: 2 UE
- Schriftliche Prüfung Faustball: 2 UE
- Lehrproben: 8 UE

Nr	Durchf.	Thema	UE	Inhalt	Methodik
GRUNDLEHRGANG					
1	Theorie	Fachliche Begrüßung	1	Aufbau der fachlichen Inhalte Vorstellungsrunde	Powerpoint-Vortrag Fragerunde
2	Theorie	Faustball weltweit, in Deutschland und Baden-Württemberg	2	Historie, Statistik, Entwicklungen und Tendenzen, Potentiale in Leistung, Breite und Schule	Powerpoint-Vortrag Diskussion
3	Praxis	Allgemeine Ballgewöhnung Einführung der Grundtechniken Abwehr und Zuspiel	2	allgemeines Koordinationstraining spielerische Ballschulung Technikanalyse und -korrektur	vielseitiges Training Methodische ÜR
4	Praxis	Vom Wurf zum Schlag Einführung der Grundtechniken Angriff	2	spielerische Wurfschulung Erarbeitung Service/Sprungschlag	Wurfspiele, Technikleitbild Schlag, methodische ÜR
5	Praxis	Häufige Fehler von Anfängern und deren adäquate Korrektur	2	Auswahl exemplarischer Fehler	Bildung Kleingruppen, Diskussion
6	Praxis	Das abenteuerlichste Kleinfeldturnier	3	Alternative Möglichkeiten abseits des Zielspiels 5:5, Turnierorganisation	Kennenlernen vielfältiger Spielformen im Rahmen eines Turniers
7	Theorie	Trainingsformen und –planung im Faustball	2	methodische und inhaltliche Überlegungen zum Trainingsablauf	Powerpoint-Vortrag Diskussion
8	Theorie	Taktik und Taktiktraining im Faustball	2	Einordnung, Taktiklernen	Powerpoint-Vortrag Diskussion
9	Theorie/ Praxis	Stellungsspiel im Hallen- und Feldfaustball	2	Individual- und Mannschaftstaktik Vor-/Nachteile U-/V-W-Formation	Bildung Kleingruppen, Diskussion anhand von „Boarding“
10	Praxis	Möglichkeiten des Zirkeltrainings zum Warm-up, Konditions- & Techniktraining	2	Grundsätze, Vor- und Nachteile des Zirkeltraining, Gestaltung der Parameter	Durchführung mehrerer Zirkel Suche nach Alternativen
11	Theorie	Aktuelle Faustball-Literatur und Faustball-Videos/DVDs	2	Vorstellung, Besprechung empfehlenswerter Medien	Frontalvortrag unter Einsatz diverser Medien, Diskussion
12	Theorie/ Praxis	Variantenreiches Training	3	Grundsätze eines attraktiven und adäquaten Trainings durch Variationen, Erleichterungen, etc.	Mikroteaching durch Lehrgangsteilnehmer, Diskussion
13	Theorie	Faustball als Schul- und Breitensport Mitgliedergewinnung und –bindung	2	Vermittlung des Faustballs für Schüler und Anfänger, Chancen und Probleme	Powerpoint-Vortrag Bildung Kleingruppen, Diskussion
14	Theorie	Talenterkennung und Talentförderung	1	Theoretische Grundlagen der Talentsichtung und –förderung und deren Anwendung im Faustball	Vortrag Powerpoint Aufteilung Kleingruppen, Diskussion

Nr	Durchf.	Thema	UE	Inhalt	Methodik
AUFBAULEHRGANG					
15	Theorie	Sportmedizinische Aspekte des Faustballs – Teil 1	2	Anatomie, Auf- und Abwärmen, Prävention, Diagnose, Erstversorgung, Verbände, Taping	Frontalvortrag Diskussion
16	Praxis	Sportmedizinische Aspekte des Faustballs – Teil 2	2	Kompensatorisches und präventives Training, Einsatz von Kleingeräten	Trainingsformen unter Anleitung
17	Praxis/ Theorie	Faustballspezifisches Konditionstraining	3	Effektives Training der Leistungsfaktoren Wahl der Parameter	Powerpoint-Vortrag, Bildung Kleingruppen, Mikroteaching
18	Praxis	Hinführung zum Leinen-/Netzspiel	2	Anlauf und Technik, Varianten, Trainingsformen, Sprungkrafttraining	Methodische Übungsreihe Technikerwerb und -anwendung
19	Praxis	Blockspiel im Faustball	2	Taktische Grundlagen, Technik und Anwendung, Umgehungsvarianten	Frontalvortrag, Technikleitbild Trainingsformen
20	Theorie	Schiedsrichter im Faustball	2	Schiedsrichterwesen Spielregeln und deren Auslegung	Powerpoint-Vortrag Information, Diskussion
21	Praxis	Schiedsrichter in der Praxis Konfliktsituation Trainer – Schiedsrichter	2	Grundsätze, Verhalten in kritischen Situationen Umgang mit Trainern/Spielern, Strafen	Bildung Kleingruppen praktische Umsetzung, Diskussion
22	Praxis	Möglichkeiten des Techniktrainings (insbesondere Videofeedback)	3	Techniktraining mittels verschiedener Medien, Einsatz der Videokorrektur	Betrachtung ausgewählter Techniken Korrektur anhand Videofeedback
23	Theorie	Spiel- und Spielerbeobachtung Einsatz Scouting und Boarding	2	Möglichkeiten der Spielanalyse qualitative und quantitative Verfahren	Powerpoint-Vortrag Information, Diskussion
24	Praxis	Spiel- und Spielerbeobachtung Einsatz in der Praxis	2	Verteilung spezifischer Aufgaben anschließend Analyse	Aufgabenverteilung Beobachtung, Analyse
25	Theorie	Hinführung zur Dropabwehr Erarbeitung der Fallbewegung	2	Erarbeitung spez. Techniken Vorwärts- und Seithecht	methodische Übungsreihe Übungs- und Trainingsformen
26	Praxis	Leistungsformen zu Abwehr und Zuspiel	2	Variantenreiches Abwehr- und Zuspieltraining	Übungs- und Trainingsformen
27	Praxis	Leistungsformen zu Angabe und Rückschlag	2	Variantenreiches Angriffstraining	Übungs- und Trainingsformen

Nr	Durchf.	Thema	UE	Inhalt	Methodik
----	---------	-------	----	--------	----------

PRÜFUNGSLEHRGANG

28	Theorie	Betreuen und Coachen	2	Aspekte des Trainings und der Betreuung im Wettkampf	Vortrag Powerpoint Diskussion
29	Theorie/ Praxis	Faustball-Tests und Mehrkämpfe	3	Erstellung, Durchführung und Auswertung	Praktische Durchführung von Tests anschl. Auswertung und Diskussion
30	Theorie	Kurz-, mittel- und langfristige Trainingsplanung	1	Theoretische Grundlagen der Trainingsplanung und deren Anwendung (bezogen auf die eigene Mannschaft)	Vortrag Powerpoint Diskussion
31	Theorie	Möglichkeiten der Leistungskontrolle/-diagnostik	1	Theoretische Grundlagen der Leistungsdiagnostik und deren Anwendung (bezogen auf die eigene Mannschaft)	Vortrag Powerpoint Diskussion
32	Praxis	Komplexe Übungsformen für Anfänger und Fortgeschrittene	2	vielfältige Übungsformen für unterschiedliche Zielgruppen und Leistungsniveaus	Übungs- und Trainingsformen
33	Theorie	Grundlagen effektiven Faustballtrainings	2	Reflexion der eigenen Trainingsgestaltung und -variation	Vortrag Powerpoint Diskussion
34	Theorie	Fachliche Wiederholung	2	Vorbereitung im Hinblick auf die fachliche Prüfung	Besprechung wesentliche Themenbereiche, Fragerunde
35	Theorie/ Praxis	Vorbereitung und Besprechung der Lehrproben	3	Vorbereitung im Hinblick auf die Durchführung der Lehrproben	Durchführung der Lehrproben durch die Teilnehmer, anschl. Feedback und Diskussion