

## Konzept DFBL-Trainer „Faustball“

<b>Umfang:</b>	<b>40 Stunden</b> (je 45 min.); es gibt drei Profile: <b>Profil A: Leistungsf Faustball</b> <b>Profil B: Wettkampf- und Jugendfaustball</b> <b>Profil C: Kinder- und Anfängerfaustball</b>
<b>Voraussetzung:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Mindestalter 16 Jahre</b></li> <li>• <b>Grundkompetenz Faustball</b> (Theorie und Praxis)</li> <li>• <b>Besitz gültige Schiedsrichter B-Lizenz</b> (oder höher)</li> </ul>
<b>Prüfung:</b>	• <b>lehrgangsbegleitend</b> (jeder Teilnehmer muss ein zugeteiltes Thema eigenständig vorbereiten und in Theorie und/oder Praxis präsentieren)
<b>Methoden:</b>	Enge Verzahnung von <b>theoretischer Wissensvermittlung</b> und direktem <b>Praxisbezug</b> ; entscheidend: <b>Teilnehmerorientierung</b>
<b>Gültigkeit:</b>	4 Jahre, zur Fortbildung sind 15 Std. notwendig (anerkannte Maßnahme)
<b>Materialien:</b>	Die Referenten geben Lehrmaterialien zum Nachlesen, Überprüfen und Anwenden aus. Nach Möglichkeit werden von den Teilnehmern eigene Materialien erstellt (möglichst digital).
<b>Referenten:</b>	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	<b>Einführung und Organisation</b>	1	Lehrgangsablauf, Vorstellungsrunde
2	<b>Verbandsstrukturen im Faustball</b>	2	Historie und Perspektiven; LTV/DTB, DFBL, IFA
3	<b>Aktuelle Entwicklungen und Tendenzen des Faustballs</b>	1	Internationalisierung, Professionalisierung, taktische und technische Entwicklungen
4	<b>Medien in der Aus- und Fortbildung</b>	2	Analyse vorhandener Medien; Erstellung bzw. Planung neuer Lehrmaterialien
5	<b>Abschlussbesprechung</b>	1	Resümee und Ausblick
		<b>7</b>	

### Aspekte des Trainings, der Betreuung und Trainingssteuerung

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

### Techniktraining

10	<b>Neulernen, Automatisierung, Stabilisierung, Variation</b>	1	Theoretische Grundlagen, methodische Überlegungen, Trainingsgrundsätze
----	--	---	--

11	<b>Technikleitbilder für Abwehr-, Zuspiel- und Angriffstechniken</b>	2	Analyse, Diskussion
12	<b>Häufige Fehler bei Anfängern und Fortgeschrittenen, Korrektur</b>	1	Analyse typischer Fehler, Einsatz adäquater Korrekturen
13	<b>Bewegungsanalyse und –korrektur mittels Videofeedback</b>	2	Betrachtung ausgewählter Techniken der Teilnehmer, anschließend Analyse
		<b>6</b>	

## Taktiktraining

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

## Sportartspezifisches Leistungstraining

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

**Erstellt von Rainer Frommknecht, Beauftragter für Ausbildung, DFBL**

Stand Januar 2018

Verantwortlich:

**Rainer Frommknecht**

Karlstraße 3, 74915 Waibstadt

[Rainer.Frommknecht@faustball-liga.de](mailto:Rainer.Frommknecht@faustball-liga.de)