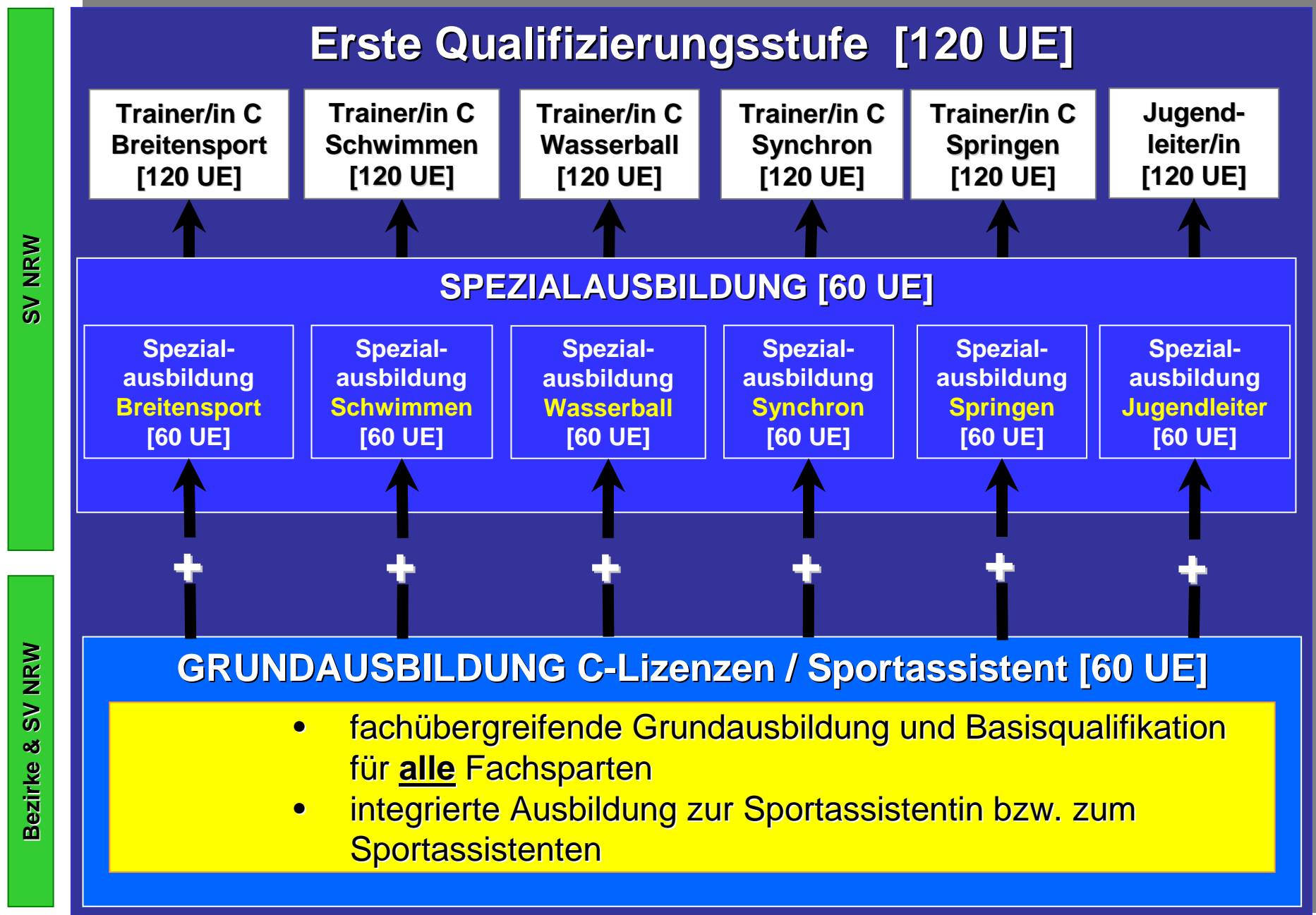


Struktur - Übersicht



Themenübersicht Grundausbildung

Grundausbildung C-Lizenzen [60 UE]

Grundausbildung Schwimmen		Sportpädagogik 8 UE	Trainingslehre 12 UE	Methodik / Didaktik 2 UE	Rechtsfragen 2 UE	Sportverständnis & Verbandsstrukturen 2 UE	Motivation 4 UE	Gesundheit & Medizin 2 UE	Lernerfolgskontrolle 2 UE
Anfängerschwimmen 16 UE	Bewegungsraum Wasser 10 UE								
<ul style="list-style-type: none"> • Einführung Anfängerschwimmen • Wassergewöhnung/-bewältigung • Vertiefung Anfängerschwimmen (physik. Eigenschaft,..) • Einführung Kraul & Rücken als erste Schwimmart • Einführung Brust & Delphin • Einführung Starts & Wenden 	<ul style="list-style-type: none"> • Kindgerechte Spiel- & Übungsformen im Wasser • Einführung Springen • Einführung Synchron • Einführung Wasserball • Einführung Aqua-Fitness 	<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklungsphasen • Pädagogische Anforderungen • Selbstverständnis Sportassistent / Trainer / ÜL • Erziehung & Bildung • Gruppendynamik • Sozialisation 	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionelle Gymnastik • kleine Spiele in der Halle • Allgemeine Trainingsprinzipien • allgemeine Trainingsmethoden • Ausbildung konditioneller Fähigkeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau einer Übungsstunde • Lehrmethoden 	<ul style="list-style-type: none"> • Haftungs-, Aufsichts- & Sorgfaltpflicht • eigenverantwortliche Nutzung von Sportstätten 	<ul style="list-style-type: none"> • Verbands- / Vereinsstrukturen • Leistungs- / Breiten-sport • Funktionen des Sports (integrativ) 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundlagen Motivation • Bedeutung Spiele (insbes. Kinder & Jugendliche) 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundlagen Ernährung • Besonderheiten Ernährung Kinder / Jugendliche / Sportler 	<ul style="list-style-type: none"> • MC-Klausur • 20-25 Fragen

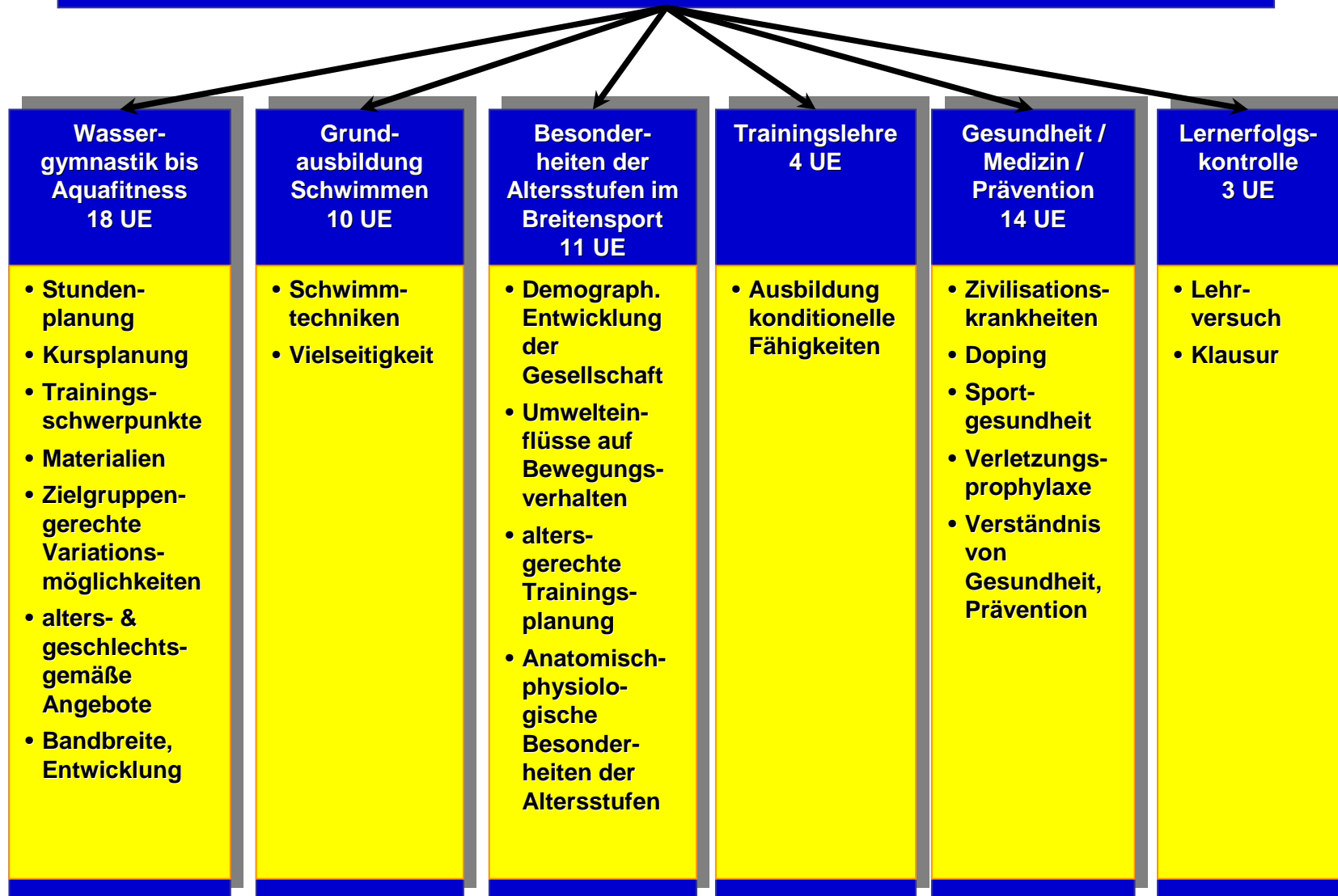
Qualifikation zum Aqua-Fitness Trainer [40 UE]



C - Lizenz Breiten-, Freizeit- & Gesundheitssport Profil: Kinder/Jugendliche [60 UE]



C - Lizenz Breiten-, Freizeit- & Gesundheitssport Profil: Erwachsene/Ältere [60 UE]

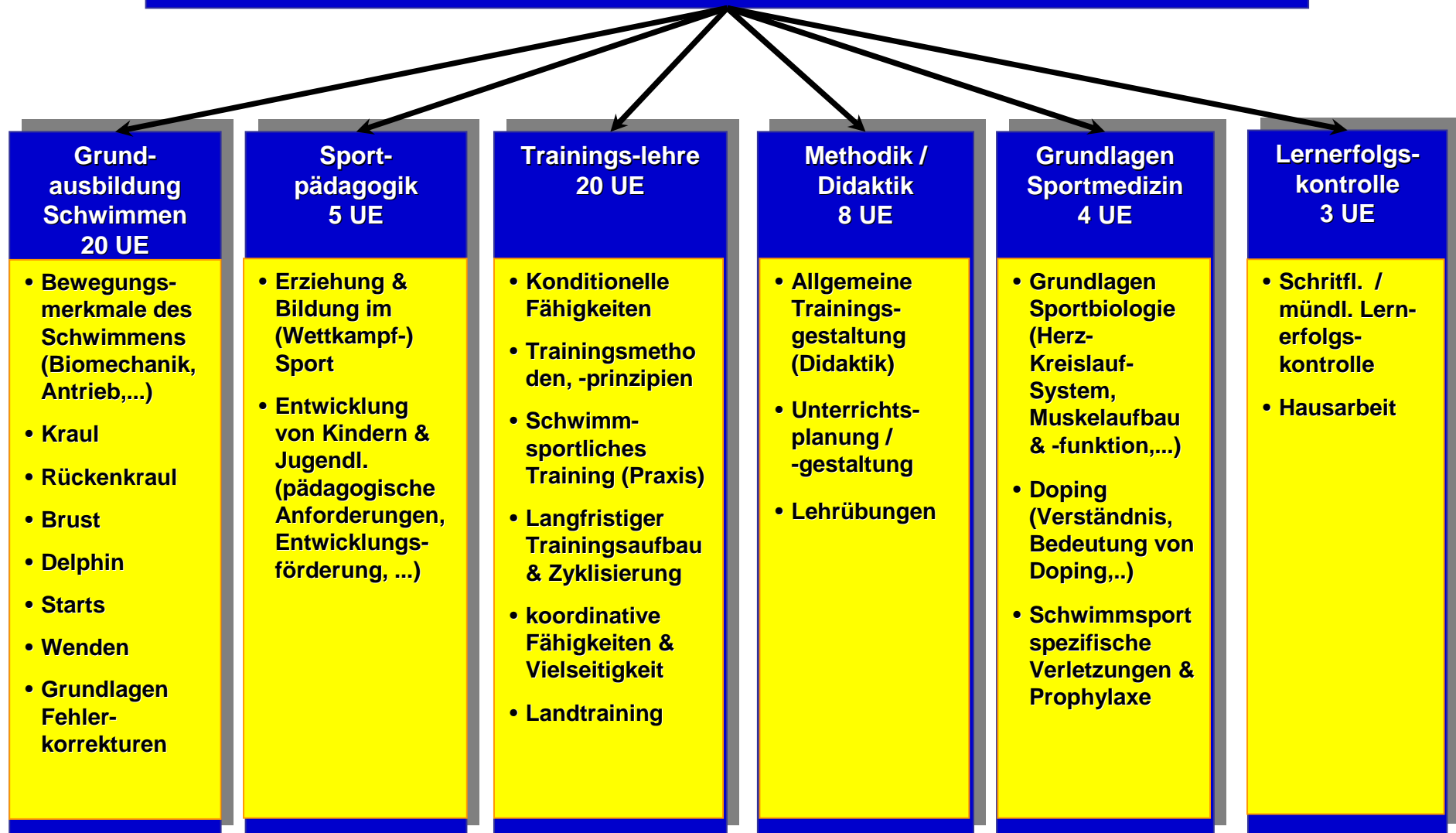


ÜL B „Sport in der Prävention – Bewegungsraum Wasser“ [60 UE]



Themenübersicht C - Lizenz Leistungssport Schwimmen

C - Lizenz Leistungssport Schwimmen [60 UE]



Themenübersicht B - Lizenz Leistungssport Schwimmen

B - Lizenz Leistungssport Schwimmen [60 UE]

Personen-/gruppenbezogene Inhalte 12 UE		Bewegungs- und sportpraktische Beispiele 41 UE			Vereins- und verbandsbezogene Bereiche 2 UE	Lernerfolgskontrolle 5 UE
Päda/Psycho 8 UE	WK-Betreuung 4 UE	Sportmedizin 11 UE	Trainingswiss. 22 UE	Biomechanik 8 UE		
<ul style="list-style-type: none"> • Begriff & Forschungsbereiche: Psychologie • Ausstiegsverhalten der Jugend im Sport (Aus- und Einstiegsmotive) • Einwirkung & Lenkung des Trainers • Psychologie im Training • u.v.m. 	<ul style="list-style-type: none"> • Psych. Tricks beim Einschwimmen • Fremdregulation: Beeinflussung des Vorstartzustandes des Sportlers • Selbstregulationstechniken 	<ul style="list-style-type: none"> • Belastung & Leistungsentwicklung • Belastung & Wiederherstellung • Physiologische Grundlagen • Ernährung des Schwimmers • Laktatbestimmung • Ergometrische Testverfahren • Gefahren von Doping 	<ul style="list-style-type: none"> • Kraftfähigkeiten • Schnelligkeitsfähigkeiten • Ausdauerfähigkeiten • Beweglichkeit • Trainingsplanung • Belastungsgestaltung 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwimmtechnik • Prinzipien des Techniktrainings 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundlagen und Voraussetzungen für leistungsorientiertes Training • Materielle Bedingungen und Voraussetzungen • Aufbau und Funktion von Leistungszentren • System der Talentförderung • Prinzipien der Leistungsförderung • Anforderungen an Trainer (Ehrenkodex) 	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrversuch • Klausur

Themenübersicht C - Lizenz Wasserball

C - Lizenz Wasserball [60 UE]



Themenübersicht C - Lizenz Synchronschwimmen

C - Lizenz Synchronschwimmen [60 UE]

