

Trainer C-Lizenz Wettkampf-/Leistungssport:

Hinweise zur praktischen Prüfung (= Lehrprobe)

Ziel der Prüfung:	Überprüfung der Eignung des teilnehmenden Trainers, eine Volleyball-Trainingseinheit unter Beachtung sportwissenschaftlicher und Volleyball-fachdidaktischer Grundsätze zu planen und zu realisieren.
Bewertung:	<p>Eine Lehrprobe gilt als bestanden, wenn der Trainer dem Prüfer zeigen konnte, dass er ein vorgegebenes Thema unter Beachtung methodisch-didaktischer Grundsätze (siehe auch Prüfungskriterien) in eine Trainingseinheit (Planung und Realisierung) umsetzen konnte.</p> <p>Schwerpunkte der Prüfung sind:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auswahl der Übungen in Bezug zum Trainingsziel - methodische Reihung der Übungen - Trainerverhalten: Übungsorganisation und technische Korrektur <p>Eine Prüfung gilt daher als nicht bestanden, wenn:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ein nicht unerheblicher Anteil der Übungen keinen oder nur einen unzureichenden Bezug zum formulierten Ziel hat oder - die gewählten Übungen nicht sinnvoll und begründbar aufeinander aufbauen. Ein einzelner, nicht wesentlicher methodischer Planungsfehler (sprich: nur eine nicht passende Übung) soll bei der Gesamtwürdigung unbeachtlich sein. oder - der Trainer über die Organisation der einzelnen Übungen hinaus, keinerlei/kaum technische Korrekturen vornimmt. oder - die Sicherheit der Spieler grob missachtet wird.
Besprechung / Feedback:	<p>Bei der Besprechung der Lehrproben sollte möglichst einheitlich vorgegangen werden:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Der Trainer äußert den eigenen Eindruck von seiner Leistung. Dabei sollen auch positive Merkmale vom Prüfling abgefragt / abgefordert werden. Desweiteren kann er von sich aus selbst festgestellte, wesentliche Defizite aufzeigen und dadurch deutlich machen, dass er diese ohne Hilfestellung durch den Prüfer erkannt hat. Dies kann dazu führen, dass diese Fehler bei der Bewertung der Lehrprobe unberücksichtigt bleiben! 2. Der Prüfer spricht thematisch gegliedert und wechselnd die positiv bewerteten Prüfungskriterien sowie die Defizite der Lehrprobe an. Ergänzend kann der Prüfer eigene Verbesserungsvorschläge zu der Einheit vorstellen. Idealerweise kommt der Prüfling allein durch die Schilderung des Sachverhaltes bzw. durch Fragen des Prüfers von selbst / alleine auf Defizite. <p>Das Gespräch dient der Einsicht des Prüflings und der Erweiterung des Wissens, um die Handlungsfähigkeit sowie die Reflexionsfähigkeit für zukünftige Trainingseinheiten zu verbessern.</p> <p>Sollte der Prüfling die Argumentation des Prüfers nicht verstehen bzw. kommt es zu keiner Einsicht, kann ein späteres Gespräch mit dem C-Lehrgangleiter oder Lehrwart angeboten werden, um möglicherweise einen anderen Zugang zur Klärung zu finden.</p>

Auswahl an Lehrprobenthemen für die praktische Prüfung zur Trainer C-Lizenz

Annahme:

Verbesserung der Annahme im oberen Zuspiel
Verbesserung des seitlichen Annahmehaggers
Verbesserung der Annahme nach / in der Bewegung
Verbesserung der Annahme auf Position V bei Zuspiel über Position II/III
...

Zuspiel:

Verbesserung des Zuspiels nach Blockaktion
Verbesserung des Zuspiels als Läufer aus dem Hinterfeld
Verbesserung des Zuspiels im Sprung
Verbesserung des Zuspiels in der Annahmesituation
Verbesserung des Zuspiels in der Feldabwehrsituation
...

Angriff:

Verbesserung des Angriffs über Position II aus der Annahmesituation
Verbesserung des Angriffs über Position II aus der Feldabwehrsituation
Verbesserung des Angriffs im Metertiming über Position III aus der Annahmesituation
Verbesserung des Angriffs im Metertiming über Position III aus der Feldabwehrsituation
Verbesserung des Schnellangriffs über Position III aus der Annahmesituation
Verbesserung des Schnellangriffs über Position III aus der Feldabwehrsituation
Verbesserung des Angriffs über Position IV aus der Annahmesituation
Verbesserung des Angriffs über Position IV aus der Feldabwehrsituation
...

Block:

Verbesserung des Einerblocks auf Pos. III gegen Schnellangriff
Verbesserung des Einerblocks auf Pos. II
Verbesserung des Doppelblocks auf Pos. II
Verbesserung des Doppelblocks auf Pos. IV
...

Feldabwehr:

Verbesserung der Feldabwehr auf Position VI (zurückgezogene VI)
Verbesserung der Antizipation in der Feldabwehr
...

Angriffssicherung:

Verbesserung der Angriffssicherung in der Annahmesituation
Verbesserung der Angriffssicherung in der Feldabwehrsituation
...

Erläuterung der Bewertungskriterien

Folgende Kriterien sollen bei der praktischen Lehrprobe überprüft und bewertet werden. Dabei erfolgt eine Bewertung nach den vier Qualitätsmaßstäben:

- ++ sehr gute Leistung in diesem Bereich, die die Anforderungen an einen C-Trainer weit übersteigt
- + gute Leistung in diesem Bereich, die die Anforderungen an einen C-Trainer übersteigt
- o ausreichende Leistung in diesem Bereich, die den Anforderungen an einen C-Trainer genügt
- ungenügende Leistung, die den Mindestanforderungen an einen C-Trainer nicht entspricht

1. Entwurf

Der Entwurf des Trainingsplanes ist nur grob auf Lesbarkeit, Übersichtlichkeit und Vollständigkeit zu überprüfen.

2. Trainerverhalten

Sprache & Ausdruck insgesamt:

Formuliert der Trainer verbal deutlich und laut genug seine Anweisungen, Korrekturen und Erklärungen? Unterstützt die Körpersprache die mündlichen Erklärungen?

Erklären der Übungen (Standort, Verständnis):

Wie organisiert der Trainer die Ansagen? Zusammenrufen zum kleinen Innenstirnkreis oder...oder....

Kann der Trainer beim Ansagen / Erklären der Übungen die gesamte Gruppe überblicken?

Gibt es einen guten Grund dafür, dass er sich inmitten der Gruppe befindet bzw. Spieler hinter ihm stehen?

Stellt er sicher, dass alle anwesend sind und alle die Erklärungen hören können?

Gelingt es ihm, die Gruppe zur Ruhe / zum Zuhören zu bringen?

Kann er die Übung so einfach, zeitlich kurz und präzise erklären, dass die Übung ohne wesentliche Verständnisschwierigkeiten begonnen werden kann? Muss er die Übung (-steile) mehrfach erklären?

Nutzt er die Möglichkeit, die Übung einmal vormachen zu lassen?

Demonstration:

Ergänzt er seine Erklärungen (Ansagen, Korrekturen usw.) sinnvoll mit Demonstrationen durch ihn selbst, einen anderen Spieler oder ein methodisches Hilfsmittel / Medium?

Steuerung Übungsablauf:

Korrigiert er den Ablauf der Übung, wenn er feststellt, dass die Spieler die Übung nicht verstanden haben, dass die Spieler nicht im Sinne der Übung agieren, dass die Übung zu einfach / schwer für die Spieler ist, dass die Übung nicht wie geplant funktioniert?

Motivation der Gruppe:

Gelingt es dem Trainer durch die Übungen selbst oder durch sein Sich-Einbringen, auf die Motivation der Spieler positiv Einfluss zu nehmen?

Standort des Trainers:

Wählt der Trainer einen Standort, von dem aus er die in der Übung relevanten Merkmale beobachten und korrigieren kann?

Beobachtung:

Nutzt er die Möglichkeit seine Spieler und die entscheidenden Merkmale zu beobachten oder bewegt er sich ständig „gescheucht“ durch die Halle, sammelt selbst Bälle o.ä.?

Korrektur:

Korrigiert der Trainer in ausreichendem Maße (Ursache statt Symptom; die relevanten Merkmale; oft genug?) die Spieler hinsichtlich technisch-taktischer Elemente (nicht nur Korrektur der Organisation / des Übungsablaufes)?

Kontrolle der Korrektur:

Kontrolliert der Trainer nach einer Korrektur, ob und wie die Korrektur vom Spieler umgesetzt wird?

3. Didaktische Entscheidungen

Zweckmäßigkeit & Zielorientierung der Übungen:

Sind die ausgewählten Übungen geeignet, das Ziel der Trainingseinheit zu erreichen? Fördern die Übungen in ausreichendem Maße gerade die Fähigkeiten, die für die Zielerreichung notwendig sind?

Zielgruppenorientierung:

Ist die Auswahl der Übungen der Zielgruppe / Mannschaft und ihrem Niveau angemessen?
Sind verschiedene Mannschafts- / Gruppengrößen vorsichtshalber eingeplant? Hat der Trainer für die abweichenden Gruppengrößen sinnvolle Alternativen vorgesehen?

Wettkampforientierung:

Sind die Übungen wettkampfnah gestaltet? Werden die grundlegenden Prinzipien und Grundsätze eines wettkampfnahen Trainings beachtet?

Positionsspezifisch:

Unterscheidet der Trainer themenabhängig nach Zuspielern und Angreifern oder sogar differenzierter, z.B. nach Zuspiel, Schnellangriff, Außenangriff, Diagonalspieler, Libero usw.?
Gelingt ihm in der Übung der positionsspezifische Einsatz der Spieler?

Umfang der „Zielaktionen“:

Führt jeder einzelne Spieler in der Übung und Trainingseinheit ausreichend Aktionen durch, die der Zielaktion entsprechen, also dem Element, das verbessert werden soll?

4. Methodisches Vorgehen

Lehrweg:

Bauen die Übungen sinnvoll aufeinander auf? Vom Leichten zum Schweren - vom Bekannten zum Unbekannten - vom Einfachen zum Komplexen (A, AB, ABC, ... oder A, B, AB, C, ABC ...)?
Sind die Schritte von einer zu nächsten Übung zu „klein“ oder zu „groß“?

Einsatz von Hilfsmitteln:

Nutzt der Trainer methodische Hilfsmittel, die das Lernen / Üben der Spieler sinnvoll unterstützen?

Belastungssteuerung:

Ist die geplante und die tatsächliche Belastung methodisch sinnvoll?
Werden die grundlegenden Prinzipien der Trainingsmethoden beachtet?
Werden alle Spieler gleichermaßen belastet?

Identität Planung und Umsetzung:

Entspricht der Entwurf des Trainingsplanes dem, was der Trainer tatsächlich macht? Erfolgen Abweichungen bewusst, sinnvoll und gerechtfertigt?

5. Organisation

Sozialformen & Wechselmodalitäten:

Wie werden die Sozialformen (Gruppeneinteilungen usw.) gewählt?
Werden ständig neue Gruppen gebildet? Erfolgt die Einteilung zügig? Werden die Gruppen bewusst nach bestimmten Kriterien gebildet (positionsspezifisch, heterogene - homogene Gruppen)?

Ball- & Laufwege / Einsatz Ballsammler:

Sind die Laufwege durchdacht? Sind Bälle verfügbar, wo sie gebraucht werden? Sind (genügend) Ballsammler vorhanden, wenn notwendig?

Sicherheit:

Ist die Sicherheit der Spieler gewährleistet (rollende Bälle, Einsatz von Materialien, usw.)?

Raumausnutzung:

Nutzt der Trainer bei seinen Übungen den gesamten Raum der Halle aus, um möglichst effektiv zu trainieren (z.B. beide Feldhälften anstatt nur einer)?

Zeiteinteilung:

Hat der Trainer die für die Übungen notwendige Zeit realistisch eingeplant?

Variabilität:

Kann der Trainer auf unvorhergesehene Ereignisse (Ausfall eines Spielers, fehlendes Material, Übung funktioniert nicht usw.) flexibel und variabel reagieren?

Hinweise für Trainer zur praktischen Prüfung C-Lizenz

- Das **Niveau der Trainingsgruppe**, mit der die praktische Prüfung im Verein durchgeführt wird, sollte mindestens dem SHVV Ligaspielbetrieb der Erwachsenen entsprechen (Kreisliga, Bezirksklasse, Bezirksliga, Landesliga). Eine praktische Prüfung mit Jugendmannschaften setzt voraus, dass die Spieler über mehrjährige Volleyballerfahrung verfügen (also keine „blutigen“ Anfänger) und im Durchschnitt älter als 15 Jahre sind (= U 20 / U 18 Teams).
- Die Trainingsgruppe sollte **mind. 8 Spieler** umfassen.
- Das **Thema** für die praktische Prüfung sprechen Prüfer und Prüfling miteinander ab.
- Es sind **90 min. Training** zu planen: 20 min. Erwärmung (allgemeine und spezielle) - 65 min. Hauptteil - 5 min. Schlussteil
- Die durchzuführende Trainingseinheit soll eine in der letzten Vorbereitungsphase oder in der Wettkampfphase der Saison sein, das heißt, es sollte unter Berücksichtigung der **Grundsätze wettkampfnahen Trainings** trainiert werden (z.B. kein Angriffstraining ohne Block usw.). Abweichungen sind natürlich möglich, wenn eine sinnvolle Begründung vorliegt.
- Es soll weitestgehend nach Positionen **spezialisiert** werden, wenn das Thema dies zulässt.
- Der **Trainingsplan** (siehe Vorlage oder eigener Entwurf) ist vollständig auszufüllen und dem Prüfer drei Tage vor der Lehrprobe zu übermitteln. Der Trainingsplan muss insbesondere auch die Angabe der Anzahl an Wiederholungen sowie der Durchgänge/Serien bzw. der Dauer der Übungen enthalten.
- Der **Standort des Trainers** während der jeweiligen Übung sollte im Trainingsplan eingezeichnet werden, damit nicht in Vergessenheit gerät und der Prüfer sehen kann, dass der Trainer sich darüber Gedanken gemacht hat.
- Der Trainer hat für das **benötigte Material** in ausreichender Menge (Bälle usw.) zu sorgen, so dass ein reibungsloser Trainingsbetrieb möglich ist.
- Ein Einsatz eines **Co-Trainers** oder vergleichbarer Personen (verletzte / inaktive Spieler usw.) in der Prüfung ist nicht zulässig.
- Die **Dauer** der praktischen Prüfung beträgt ca. 45 - 60 min. Der Prüfer sagt an, wann eine Übung abubrechen und die nächste vorzustellen ist.
- Für die **anschließende Besprechung** der praktischen Prüfung sollte der Trainer sich Gedanken darüber gemacht haben, welche Inhalte die ein oder zwei Trainingseinheiten vorher gehabt hätten und welche Inhalte jetzt folgen würden. Dies erleichtert die Einordnung der gezeigten Trainingseinheit in einen längeren Trainingsprozess von 2-4 Wochen.
- ...

Trainingsplan für die praktische __-Prüfung von _____

Trainer: _____

Datum: _____ Niveau der Mannschaft / Liga: _____

Thema / Zielsetzung: _____

Spieler/-innen (Name, Spielposition):

Einleitung:

Erwärmung (allg. / speziell):

min.:

Übungsablauf grafisch:

--	--	--	--

--	--	--	--

--	--	--	--

--	--	--	--

Hauptteil:

Erläuterungen:

Belastung/Wechselmodalitäten:

Schluss:

Unterschrift: