

## 6.2 Fachübungsleiter/in C (DOSB-Trainer/in C Kanu-Freizeitsport) (120 LE)

### 6.2.1 Vorwort

Der Deutsche Kanu-Verband e.V. legt hiermit seine Ausbildungsrichtlinien für den/die Trainer/in C Kanu-Freizeitsport vor. Der bei der Lizenzvergabe intern weiter Fachübungsleiter/in C genannte Ausbildungsgang entspricht der DOSB-Lizenz Trainer/in C Breitensport. Im weiteren Verlauf wird angelehnt an die DOSB-Rahmenrichtlinien einheitlich der Begriff Trainer/in C verwandt. Die Ausbildungsrichtlinien für den/die Trainer/in C dienen als Orientierung für die dem Deutschen Kanu-Verband angeschlossenen Landes-Kanu-Verbände. Die Inhalte sind verbindliche Voraussetzungen für die Teilnahme an einer Ausbildung zum/zur Trainer/in B Kanu-Freizeitsport. Die Ausbildung qualifiziert für die Planung, Durchführung und Auswertung von Übungsstunden und Veranstaltungen im Kanu-Freizeitsport auf Vereinsebene.

### 6.2.2 Aufgaben des Trainers C/der Trainerin C Kanu-Freizeitsport

Der/Die Trainer/in C Kanu-Freizeitsport ist innerhalb seines/ihres Vereins Planer/in, Organisator/in und Leiter/in von kanusportlichen Angeboten sowie von Angeboten, die in direkter Verbindung zum Kanusport stehen. Er/Sie unterstützt den Vorstand in seiner Tätigkeit.

Die Landes-Kanu-Verbände schaffen die Grundlagen, dass die angehenden Trainer/innen C durch die Ausbildung diese Aufgaben in den Vereinen sowie im Umfeld der Vereine des Deutschen Kanu-Verbandes übernehmen können. Mit ihrer Tätigkeit realisieren sie die innerhalb des Deutschen Kanu-Verbandes bestehenden Ausbildungsrichtlinien und Konzeptionen (zum Beispiel zu Jugendarbeit, Seniorensport, Kanusport und Umwelt, Sicherheit, Behindertensport, neue Entwicklungen im Kanu-Sport).

Die Aufgaben des Trainers C/der Trainerin C Kanu-Freizeitsport im Verein können sein:

- Ausbildung und Beratung des Kanusport-Nachwuchses und der Kanusport-Interessierten in den Bereichen Technik, Sicherheit und Ökologie im Verein
- Ansprechpartner/in und Vorbild in Fragen von Einstellungen zum Kanusport sowie zur Vereins- und Verbandsarbeit
- Planung, Organisation, Durchführung und Leitung von kanusportspezifischen Veranstaltungen mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen innerhalb der Vereine sowie für Außenstehende
- Beratung der Vereinsführung in Fragen des Sportangebotes
- Planung, Organisation und Durchführung von Sport- und Bildungsangeboten im Verein
- Übernahme von verantwortlichen Positionen innerhalb des Vereins
- Mitarbeit bei der Gewinnung von neuen Mitgliedern und Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern

### 6.2.3 Ausbildungsvoraussetzungen

Um ein erfolgreiches Absolvieren der Ausbildung und ein erfolgreiches Arbeiten im Verein zu gewährleisten, werden die Erfüllung und der Nachweis der folgenden Voraussetzungen gefordert:

#### Formale Voraussetzungen

Mitgliedschaft in einem Verein des DOSB

Unter bestimmten Voraussetzungen sind Gäste oder Mitglieder von Kooperationspartnern zulässig

Deutsches Rettungsschwimmabzeichen Bronze oder vergleichbare Ausbildung und Erste-Hilfe-Ausbildung über mindestens 16 Lerneinheiten optional das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen Silber (Die Nachweise dürfen zum Zeitpunkt der Lizenzierung nicht älter als zwei Jahre sein.)

Vollendung des 16. Lebensjahres zu Beginn der Ausbildung (Lizenzerteilung erst mit Vollendung des 18. Lebensjahres) Schriftlicher Antrag der entsendenden Stelle (Verein, Abteilung, Institution) an den LKV

#### Individuelle Voraussetzungen

Beherrschen der Kanusport-Grundtechniken auf Klein-, Fließ- oder entsprechendem Großgewässer

Anwendung der Kenterrolle

Die Kontrolle der individuellen Voraussetzungen erfolgt durch eine Überprüfung, welche der Ausbildung vorgeschaltet ist.

### 6.2.4 Ausbildungsziele

Aufbauend auf den bei den Teilnehmenden bereits vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen wird durch die aufgeführten Lernziele eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt:

#### Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz

Der/Die Trainer/in:

kann Gruppen führen, gruppenspezifische Prozesse wahrnehmen und angemessen darauf reagieren

kennt die Grundregeln der Kommunikation und wendet sie an

kennt und berücksichtigt entwicklungsangemessene Besonderheiten bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

kennt und berücksichtigt geschlechtsspezifische Bewegungs- und Sportinteressen

kooperiert mit anderen Erziehungsträgern (Eltern, Schule etc.)

ist sich der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung aller Zielgruppen bewusst und handelt entsprechend den bildungspolitischen Zielsetzungen des DOSB und des DKV

kennt und beachtet den Ehrenkodex für Trainer und Trainerinnen (DSB (1997).

*Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer.* Zugriff am 17. März 2008 um 10:15 unter <http://www.der-uebungsleiter.de/web/ehrenkodex2.php>)

## Fachkompetenz

Der/Die Trainer/in:

kennt Struktur, Funktion und Bedeutung des Kanu-Freizeitsports als Breitensport und setzt sie im Prozess der zielgruppenorientierten Mitgliedergewinnung entsprechend um kennt die Grundtechniken des Kanusports und kann diese adressatengerecht vermitteln

kennt die konditionellen und die koordinativen Voraussetzungen für die Ausübung des Kanusports und kann sie in der Trainingsgestaltung berücksichtigen besitzt Grundkenntnisse über innovative, zielgruppenorientierte Sportgeräte und entsprechende Sporteinrichtungen

kann Kanu-Freizeitsportgruppen aufbauen, betreuen, motivieren und fördern schafft ein attraktives, freudebetontes (Kanu-)Sportangebot für die jeweilige Zielgruppe hat die sichere Bootsbeherrschung auf Flüssen im 3. Schwierigkeitsgrad (WW 3 - 4) kann Gruppen sicher auf Flüssen im 2. Schwierigkeitsgrad (WW 3) führen beherrscht die Eskimorolle auf fließendem Gewässer (links und rechts) hat Kenntnisse über die Selbst- und Fremdreitung nach einer Kenterung und das Absichern von Flussabschnitten

kann zielgerichtete Dehn- und Aufwärmübungen angelehnt an den aktuellen Forschungsstand demonstrieren

## Methoden- und Vermittlungskompetenz


Der/Die Trainer/in:

verfügt über pädagogisches Grundwissen zur Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Kanusportangeboten und Trainings- und Übungseinheiten verfügt über eine Grundpalette von Lehr-, Lern- und Trainingsmethoden im Bereich des Kanu-Freizeitsports

hat ein Lehr- und Lernverständnis, dass den Teilnehmenden genügend Zeit zur Informationsverarbeitung und Gelegenheit zu Eigeninitiativen lässt

### 6.2.5 Aufbau der Ausbildung zum/zur Trainer/in C Kanu-Freizeitsport (120 LE)

Die Ausbildung zum/zur Trainer/in C Kanu-Freizeitsport ist nach folgendem Organisationsmodell durchzuführen:

<b>Ausbildungsvoraussetzungen</b>	
<b><u>Sportart- und zielgruppenübergreifende Basisqualifizierung</u> (30 LE)</b>	
- Didaktik/ Pädagogik/ Physiologie	(20 LE)
- Recht/ Sicherheit/ Umwelt	(7 LE)
- Sportorganisation/ Sportverwaltung	(3 LE)
<b><u>Kanuspezifische disziplinübergreifende Ausbildung im Breiten- und Leistungssport</u> (36 LE)</b>	
- Bewegungslernen und disziplinübergreifende Anfängerschulung	(12 LE)
- Sportmedizin/ sportbiologische Grundlagen	(6 LE)
- Sicherheit/ pädag. psychologische Grundlagen	(12 LE)
- Umwelt/ Sport & Gesellschaft	(6 LE)
 <b><u>Disziplinspezifische Ausbildung Kanu-Freizeitsport</u> (54 LE)</b>	
- Anfängerschulungen im Kanu-Freizeitsport	(16 LE)
- Techniks Schulung	(15 LE)
- Kanu-Freizeitsport und Umwelt	(15 LE)
- Planung und Durchführung von Angeboten im Kanu-Freizeitsport	(8 LE)
<b>Lizenz-Abschluss (Prüfung)</b>	
<b>Fachübungsleiter/in C / Trainer/in C Kanu-Freizeitsport</b>	

\* Die Ausbildung zum/zur Trainer/in C Kanu-Freizeitsport umfasst insgesamt mindestens 120 Lerneinheiten (LE). Eine spezifische Aufteilung erfolgt entsprechend der nachfolgenden Vorgaben und der jeweiligen Vorgaben der Landessportbünde.

## 6.2.6 Ausbildungsinhalte

Die Inhalte der Ausbildung zum/zur Trainer/in C Kanu-Freizeitsport werden sowohl disziplinübergreifend (alle breiten- und leistungssportlichen Disziplinen) als auch disziplinspezifisch vermittelt. Eine Unterteilung nach theoretischen und praktischen Ausbildungsinhalten unterbleibt, wobei versucht werden sollte, ein ausgewogenes Verhältnis zu erreichen.

Die nachfolgende Gliederung dient lediglich der inhaltlichen Übersicht; sie legt keine zeitliche Reihenfolge der zu behandelnden Ausbildungsinhalte fest.

Disziplinübergreifende Inhalte

<b>Personen- und gruppenbezogene Inhalte</b>	6 LE
1. Pädagogisch-psychologische Grundlagen	
2. Sicherheitsanforderungen	10 LE
<b>Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte</b>	6 LE
3. Sportmedizin/Sportbiologische Grundlagen	
4. Bewegungslernen und disziplinübergreifende Anfängerschulungen	12 LE
<b>Vereins- und verbandsbezogene Inhalte</b>	2 LE
5. Kanusport und Umwelt	
6. Sport und Gesellschaft	4 LE
	<hr/> 40 LE

Disziplinspezifische Inhalte Kanu-Freizeitsport

<b>Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte</b>	
7. Anfängerschulungen im Kanu-Freizeitsport	16 LE
8. Techniks Schulungen im Kanu-Freizeitsport	17 LE
<b>Vereins- und verbandsbezogene Inhalte</b>	
9. Kanu-Freizeitsport und Umwelt	9 LE
10. Planung und Durchführung von Angeboten im Kanu-Freizeitsport	8 LE
	<hr/> <hr/> 50 LE

Die disziplinspezifischen Ausbildungsinhalte sollen einen Spielraum für regionale Besonderheiten der Landesverbände berücksichtigen.

**Ausbildungskomplex 1: Pädagogisch-psychologische Grundlagen (6 LE)**

Zielsetzung:

Der/Die Trainer/in C soll die pädagogischen, psychologischen, geschlechtsspezifischen und sozialen Aspekte im Training mit den verschiedenen Zielgruppen - insbesondere mit Kindern und Jugendlichen - kennen, um die kanusportliche Ausbildung und Veranstaltungen adäquat organisieren und erfolgreich durchführen zu können.

Ausbildungsinhalte:

1. Aufgaben des Trainers/der Trainerin im Prozess von Bildung und Erziehung
2. Schwerpunkte der Erziehung im Kinder- und Jugendtraining
3. Steuerung psychischer Prozesse (Kognition, Emotion, Motivation, Volition) im Rahmen des Trainings
4. Gruppendynamische Prozesse
5. Rolle des Trainers/der Trainerin als Vorbild
6. Der/Die Trainer/in in seiner sozialen Interaktion (Elternhaus, Schule, Verein)
7. Didaktisch-methodische Gestaltungskonzepte für die kanusportliche Ausbildung
8. Vorbereitung und Durchführung von Übungsstunden aus pädagogisch-psychologischer Sicht
9. Das Dopingproblem als Bestandteil der Sporterziehung und Drogenaufklärung

**Ausbildungskomplex 2: Sicherheitsanforderungen (9 LE)**

Zielsetzung:

Der/Die Trainer/in C soll die gesetzlichen Bestimmungen kennen, welche die Sicherheit im Umgang mit den verschiedenen Zielgruppen - insbesondere mit Kindern und Jugendlichen - gewährleisten. Er/Sie muss die Sicherheitsaspekte im Übungsbetrieb und bei kanusportlichen Angeboten beachten und adäquate Maßnahmen umsetzen können.

Ausbildungsinhalte:

1. Sicherheitsempfehlungen des DKV/LKV
2. Sicherheit im Trainings- und Wettkampfbetrieb
3. Retten, Helfen und Bergen auf allen Gewässertypen
4. Erste Hilfe-Maßnahmen im Kanusport
5. Versicherungs- und Haftungsfragen
  - Schifffahrtsbestimmungen
  - Bootstransport/Straßenverkehrsordnung zum Transport vom Booten

**Ausbildungskomplex 3: Sportmedizin/Sportbiologische Grundlagen (6 LE)**

Zielsetzung:

Der/Die Trainer/in C soll grundlegende anatomische und physiologische Kenntnisse besitzen und sie unter dem Gesichtspunkt des Kinder-, Jugend- und Erwachsenentrainings anwenden können.

Ausbildungsinhalte:

1. Training und Anpassung bei kanuspezifischen Belastungen
2. Anatomisch-physiologische Besonderheiten im Kanusport bei Kindern und Jugendlichen
3. Kanusportspezifische Grundlagen zum Muskelaufbau, zur Funktion der tätigkeitsspezifischen Muskulatur und zur Dehnung und Verkürzung der Muskulatur
4. Vor- und Nachsorge bei Sportschädigungen

**Ausbildungskomplex 4:**

**Bewegungslernen und disziplinübergreifende Anfängerschulungen (12 LE)**

Zielsetzung:

Der/Die Trainer/in C soll Grundkenntnisse des Bewegungslernens besitzen und sie zur Vermittlung kanuspezifischer/disziplinspezifischer Bewegungsabläufe nutzen können.

Ausbildungsinhalte:

1. Phasenstruktur des Prozesses zum Erlernen von effizienten kanusportlichen Fertigkeiten (Motorischer Lernprozess) - Schwerpunktsetzungen der Ausbildungsstufen innerhalb der Grob- und Feinkoordination
2. Inhalte und Methodik des Bewegungslernens im Kanusport
3. Analyse kanusportlicher Bewegungsabläufe - Fehlerdiagnostik und Maßnahmen zur Korrektur
  - Arten der Informationsgewinnung in der Technikausbildung
  - Lernhilfen zur Unterstützung des kanusportlichen Techniktrainings
4. Merkmale der motorischen Entwicklung

**Ausbildungskomplex 5: Kanusport und Umwelt (2 LE)**

Zielsetzung:

Der/Die Trainer/in C soll die Zusammenhänge zwischen Kanusport und Umwelt sowie die Möglichkeiten zur Belastungsreduzierung der Umwelt kennen.

Ausbildungsinhalte:

1. Trainings- und Wettkampfgewässer als ökologische Systeme
2. Maßnahmen zur Beschränkung negativer Auswirkungen durch Trainings- und Wettkampfbetrieb
3. Naturgemäßes Paddelverhalten

**Ausbildungskomplex 6: Sport und Gesellschaft (4 LE)**

Zielsetzung:

Der/Die Trainer/in C soll die Strukturen des deutschen Sports, des Deutschen Kanu-Verbandes und des Landes-Kanu-Verbandes kennen.

Ausbildungsinhalte:

1. Die Funktionen des Sports in der Gesellschaft

2. Kanu-Sport in der BRD, im Land, im Verein
3. Organisationsaufbau und Strukturen des Sports
  - DOSB/OSP/BLZ/LLZ
  - DKV/LKV/Verein
  - ICF/IOC
4. Möglichkeiten der Bezuschussung/Sportförderungsmöglichkeiten
5. Entwicklung des Kanusports

### **Ausbildungskomplex 7: Anfängerschulungen im Kanu-Freizeitsport (16 LE)**

#### Zielsetzung:

Der/Die Trainer/in C soll Anfängerinnen und Anfängern im Kanusport

wichtige Aspekte zu Material und Ausrüstung vermitteln können  
bewegungstechnische Grundlagen des Kanusports vermitteln können  
unterschiedliche kanusportliche Aktivitäten in Grundzügen kennen und  
den Zugang dazu aufzeigen

#### Ausbildungsinhalte:

1. Organisation und Aufgaben der Grundausbildung (Anfänger/innen)
  - Wasser- und Bootsgewöhnung
  - Grundlagen im Erkennen und Nutzen des Strömungsverlaufes
  - Aufgaben zum Spielen und Experimentieren
  - Aufgaben zur Stabilisierung
  - Aufgaben zum Antrieb
  - Aufgaben zur Richtungssteuerung
  - Aufgaben zur Fortbewegung in fließendem Wasser
2. Material und Ausrüstung
  - Zielgerichteter und körpergerechter Einsatz von Boot und Paddel
  - sportartspezifische Bekleidung
  - Aufbau und Handhabung einer flexiblen Übungsstrecke

### **Ausbildungskomplex 8: Technischschulungen im Kanu-Freizeitsport (17 LE)**

#### Zielsetzung:

Der/Die Trainerin C soll

kanusportliche Bewegungen beobachten, analysieren und beschreiben sowie Situationsangemessene Aufgaben stellen und Korrekturen vornehmen können die Grundkanutechniken demonstrieren und vermitteln können unterschiedliche Belastungsformen berücksichtigen können Selbst- und Fremddrettung vornehmen können  
Techniken von Unterrichtsmitteln und -Medien kennen und anwenden können  
sportmotorische Fertigkeiten entwickeln, die sie/ihn zu sicherem Umgang mit den Kanusporttechniken befähigen

#### Ausbildungsinhalte:

1. Methodische Wege zum Erlernen von Grund- und Fahrtechniken sowie der Kenterrolle
2. Grundlagen der Trainingslehre
  - Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit

- Techniken des Aufwärmens
- Techniken der Koordinationsschulung und Gleichgewichtsfindung
- 3. Techniken des Sicherns, Rettens und Bergens (See, Fließgewässer, Schwimmbad etc.)
- 4. Grundlegende Techniken des Fahrens im Komplementärboot (Canadier oder Kajak)

### **Ausbildungskomplex 9: Kanu-Freizeitsport und Umwelt (10 LE)**

#### Zielsetzung:

Der/Die Trainer/in C soll

den Systemzusammenhang (Kanu-)Sport und Umwelt kennen und das eigene Handeln situationsgemäß darauf abstimmen  
zu umweltverträglichem Verhalten beitragen und andere dazu auffordern und anleiten

#### Ausbildungsinhalte:

1. Grundlagen der ökologischen und biologischen Zusammenhänge von Gewässern
2. Gewässertypen und Regionen
3. Regionale morphologische und geologische Kenntnisse von unterschiedlichen Gewässertypen
4. Unterschiedliche Strömungsformen und deren physikalische Auswirkungen
5. Einschätzung von Schwierigkeiten und Schwierigkeitsgraden
6. Witterungsbedingte Einflüsse
7. Tiere und Pflanzen in und an Gewässern
8. Gewässergütebestimmung (biologische und chemische Indikatoren)
9. Wie wird eine Ökoschulung im Verein durchgeführt

### **Ausbildungskomplex 10:**

#### **Planung und Durchführung von Angeboten im Kanu-Freizeitsport (8 LE)**

#### Zielsetzung:

Der/Die Trainer/in C soll

Kenntnisse in der Organisation und Durchführung von kanusportlichen Angeboten besitzen; begründete didaktische Entscheidungen hinsichtlich der inhaltlichen Auswahl seiner Angebote treffen können  
einen situationsorientierten Lern- und Erlebnisraum nutzen und schaffen können ein langfristiges und systematisches Kanusportangebot planen und durchführen können

#### Ausbildungsinhalte:

1. Adressatenspezifische Angebote (Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Senioren, Behinderte etc.)
2. Adressatengerechte Führungstechnik u. Führungsmethode auf Fließ- u. Großgewässer
3. Vermittlung von Kanusport an verschiedenen Lernorten
4. Planungshilfen
5. Ergänzende Angebote
  - Kooperations- und Abenteuerspiele/Erlebnispädagogische Ansätze
  - Ausgleichssport
6. Spezifische Übungsanforderungen an Trendsportarten



