

| Stoffverteilungsplan Skateboarding | | |
|--|-------------|-------------|
| | TC-L | TC-B |
| Personen- und vereinsbezogener Bereich | | |
| PÄDAGOGIK | | |
| GRUNDLAGEN - Grundbegriffe | | |
| DIDAKTIK UND METHODIK | | |
| Theorie und Anwendung von Didaktik | | |
| Grundlagen | 3 | 3 |
| MOTIVATION FÜR DAS SKATEBOARDING | | |
| Ermutigung | 2 | 2 |
| Förderung der Leistungsbereitschaft | 2 | 2 |
| MENSCHENFÜHRUNG UND GRUPPENPROZESSE | | |
| Der Austausch zwischen Sportler u. Trainer | 1 | 1 |
| Die Person des Trainers | 1 | 1 |
| Die Persönlichkeit des Sportlers | 1 | 1 |
| Ehrenkodex | 1 | 1 |
| EINSATZ VON MEDIEN | | |
| Gesprächsführung, Körpersprache | 2 | 2 |
| Technische Medien - Grundlagen | 1 | 1 |
| Gesamt Pädagogik | 13 | 13 |
| PSYCHOLOGIE | | |
| GRUNDLAGEN DER PSYCHOLOGIE | | |
| Der menschliche Organismus als psychisches System | 2 | 2 |
| Psychische Beanspruchung als Anpassungsproblem | 2 | 2 |
| Motivation und Einstellung zum Training und Wettkampf | 1 | 1 |
| PSYCHOLOGIE IM SKATEBOARDING | | |
| Bedingungen psychischer Beanspruchung im Training und Wettkampf | 2 | 2 |
| Maßnahmen zur Regulation psychischer Beanspruchung | 0 | 0 |
| Mentale Trainingsformen | 0 | 0 |
| FÜHRUNGSVERHALTEN | | |
| Der mündige Athlet und sein Trainer | 0 | 0 |
| Gesamt Psychologie | 7 | 7 |
| SPORTORGANISATION; VERWALTUNG | | |
| GRUNDLAGEN | | |
| Struktur, Organe und Aufgaben der Sportselbstverwaltung und der öffentlichen Sportverwaltung | 1 | 1 |
| DOSB Aus- und Fortbildungssystem | 1 | 1 |
| Vereinsrecht und sporteigenes Recht | 1 | 1 |
| Aufsichtspflicht und Haftung | 1 | 1 |
| IN BEZUG AUF SKATEBOARDING | | |
| Regelkunde (WKO) u. weitere Regelwerke | 2 | 2 |
| Gesamt Sportorganisation und Verwaltung | 6 | 6 |
| SPORTPOLITIK | | |
| DER SPORT UND SEIN SOZIALES UMFELD | | |
| Die Werte des Sports und seine Förderung | 1 | 1 |
| Der Sportler im Beziehungsgeflecht gesellschaftlicher Einflüsse/Gender Mainstreaming | 1 | 1 |
| Sport und Umwelt | 1 | 1 |
| SPORT UND ÖFFENTLICHKEIT | | |
| Öffentlichkeitsarbeit | 1 | 1 |
| Außersportliche Veranstaltungen und Aktivitäten | 1 | 1 |
| Marketing | 1 | 1 |
| Gesamt Sportpolitik | 6 | 6 |
| Gesamt Personen- und vereinsbezogener Bereich | 32 | 32 |
| Bewegungs- und sportartbezogener Bereich | | |
| BIOMECHANIK; BEWEGUNGSLEHRE | | |

| | | |
|---|-----------|-----------|
| GRUNDLAGEN DER BIOMECHANIK | | |
| Allgemeine Grundlagen | 2 | 2 |
| Biomechanische Prinzipien | | |
| Biomechanik der sportlichen Bewegung | | |
| Biomechanische Meßmethoden | | |
| Funktionell anatomische Betrachtung | | |
| | | |
| BIOMECHANISCHE GRUNDLAGEN IM SKATEBOARDING | | |
| Bewegungsanalyse durch Technikleitbilder | 3 | 3 |
| | | |
| MOTORISCHES LERNEN | | |
| Prinzipien des motorischen Lernens | 2 | 2 |
| Komponenten des motorischen Lernens | | |
| Bewegungskoordination und koordinative Fähigkeiten | | |
| Gesamt Biomechanik, Bewegungslehre | 7 | 7 |
| | | |
| SPORTMEDIZIN | | |
| GRUNDLAGEN DER SPORTBIOLOGIE | | |
| Biologische Grundgesetze von Training und Leistung (Leistungsfunktionen des Organismus) | 2 | 2 |
| Biologie von Leistung und Training des Kindes und des Jugendlichen | 1 | 1 |
| Umwelteinflüsse auf die Leistungsfähigkeit | | |
| Ernährung für Training und Wettkampf | 2 | 2 |
| | | |
| GRUNDLAGEN DER SPORTMEDIZIN | | |
| Allgemeine Anatomie der Knochen, Gelenke und Muskeln | 1 | 1 |
| Herz- und Kreislaufsystem | 1 | 1 |
| Atmungssystem | | |
| | | |
| SPORTMEDIZIN UND LEISTUNGSSPORT | | |
| Energiestoffwechsel | 1 | 1 |
| Leistungsdiagnostik | 2 | 2 |
| | | |
| GRUNDLAGEN DER FUNKTIONELLEN ANATOMIE | | |
| Muskeln und Nervensysteme | 1 | 1 |
| Die motorische Einheit | | |
| Sportmedizinische Charakteristik | | |
| Sportartspezifische anatomische Strukturen | 1 | 1 |
| | | |
| MEDIZINISCHE VORSORGE | | |
| Fehlbeanspruchungen im Sport | 2 | 2 |
| Sportverletzungen (sportartspezifisch) | | |
| Physiotherapeutische Betreuung | | |
| Sporthygienische Maßnahmen; Optimale Regeneration | | |
| Antidoping | 4 | 4 |
| Gesamt Sportmedizin | 18 | 18 |
| | | |
| TRAININGSLEHRE | | |
| GRUNDLAGEN | | |
| Einführung in die Terminologie der Trainingslehre | 2 | 2 |
| Merkmale und Aufgaben des sportlichen Trainings | 1 | 1 |
| Gesetzmäßigkeiten und Trainingsprinzipien | 1 | 1 |
| Gliederung des langfristigen Trainingsprozesses | 2 | 2 |
| Ziele und Inhalte von Grundlagen- Aufbau- und Hochleistungstraining | 2 | 2 |
| Sichtung und Förderung im Nachwuchsbereich - Talentsuche, Talentbindung | 1 | 1 |
| Training im Kindes und Jugendalter | 1 | 1 |
| Alters- und geschlechtsspezifische Möglichkeiten bzw. Einschränkungen im Training | 1 | 1 |
| Störung der sportlichen Leistungsfähigkeit durch Überforderung | | |
| Nachwuchsförderkonzept | 2 | 2 |
| | | |
| TRAININGSLEHRE IM SKATEBOARDING | | |
| Methodik der Trainingsplanung | 2 | 2 |
| Trainingszyklen | 2 | 2 |
| Sinn und Zweck der Periodisierung des Trainings (Jahresperiodisierung) | 1 | 1 |
| Aufbau der Rahmentrainingspläne | 1 | 1 |
| Rahmentrainingspläne mit individuellem Spielraum | 1 | 1 |
| Analyse der Leistungsstrukturen auf internationaler Ebene | | |

| | | |
|--|------------|------------|
| Trainingsdokumentation | 1 | 1 |
| Planung und Durchführung von Leistungskontrollen | 1 | 1 |
| Interpretation von Leistungskontrollen | | |
| Wettkampfvorbereitung (Parcouranalyse, Zusammenstellung einer Line) | 1 | |
| Wettkampftaktik | 1 | |
| | | |
| Gesamt Trainingslehre | 24 | 22 |
| | | |
| TECHNIKTRAINING (sportartspezifisch) | | |
| Einführung in das Skateboarding | 2 | 2 |
| Schulung grundlegender Skateboardtechniken (Entwicklung methodischer Reihen) | | |
| Grundlagenschulung (Rollen) | 12 | 24 |
| Stance | | |
| Pushen | | |
| Lenken | | |
| Bremsen | | |
| Kickturn | | |
| Ollie, Drop, etc. | | |
| Falltechniken | | |
| Fortgeschrittene Skateboardtechniken, Kombination von Skateboardtechniken (Entwicklung methodischer Reihen) | 20 | 10 |
| Grind & Slide | | |
| Flips | | |
| Bank & Transition skaten | | |
| Curb & Rail skaten | | |
| Regular, switch, fakie, nollie | | |
| Disziplinspezifische Skateboardtechniken (Street & Park) | | |
| TECHNIKTRAINING - Bewegungsanalyse | | |
| Beobachtung und Fehleranalyse beim Techniktraining | 5 | 5 |
| Didaktisches Grundverhältnis vom Lehren und Lernen | | |
| Prozesskomponenten des Unterrichts | | |
| Unterrichtsmethoden | | |
| Planung, Vorbereitung und Durchführung einer Unterrichtseinheit | | |
| Gesamt Technik (sportartspezifisch) | 39 | 41 |
| | | |
| Gesamt Bewegungs- und sportartbezogener Bereich | 88 | 88 |
| | | |
| errechnete Gesamtstunden - in dieser Ausbildungsmatrix mit den sportartspezifischen Technik-Stunden | 120 | 120 |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| Themen für überfachliche Ausbildung | 40 | |
| Themen für Vorstufen Qualifizierung - Instructor | 40 | |
| Themen für Trainer-C Breitensport + Leistungssport | 40 | |