

# 4. Lehrwesen

Richtlinien für die Qualifikation von

Übungsleiter/innen, Trainer/innen und Vereinsmanager/innen



## INHALT

<b>I. Einleitung</b>	
<b>II. Didaktisch-Methodische Grundsätze</b>	
<b>III. Zielsetzung der DKV-Richtlinien</b>	
<b>IV. DKV-Ausbildungsstruktur</b>	
<b>V. Trägerschaft</b>	
<b>VI. Organisationsformen und Durchführung</b>	
<b>VII. Ausbildungsgänge</b>	
<b>1. Vorstufenqualifikation (Trainerassistenten/in) (30 LE)</b>	
1.1. Handlungsfelder	
1.2. Ziele der Vorstufenqualifikation	
1.3. Inhalte der Ausbildung	
1.4. Ausbildungsordnung	
1.5. Lernerfolgskontrolle/Prüfung	
1.6. Bescheinigung	
<b>2. Sportart- und Zielgruppenübergreifende Basisqualifizierung</b>	
2.1. Handlungsfelder	
2.2. Ziele der Basisqualifizierung	
2.3. Inhalte der Ausbildung	
2.4. Ausbildungsordnung	
2.5. Lernerfolgskontrolle / Prüfung	
2.6. Bescheinigung	
<b>3. Qualifizierungen für den Sportartspezifischen Breitensport</b>	
<b>3.1. Trainer/in-C-Breitensport (120 LE)</b>	
3.1.1. Handlungsfelder	
3.1.2. Ziele der Ausbildung	
3.1.3. Inhalte der Ausbildung	
3.1.4. Ausbildungsordnung	
3.1.5. Lernerfolgskontrolle / Prüfung	
3.1.6. Lizenzierung	
<b>3.2. Trainer/in-B-Breitensport (60 LE)</b>	
<b>3.2.1. Trainer/in-B-Breitensport „Karate-Lehrer/in“ (60 LE)</b>	
3.2.1.1. Handlungsfelder	
3.2.1.2. Profilspezifische Ziele der Ausbildung	
3.2.1.3. Inhalte der Ausbildung	
3.2.1.4. Ausbildungsordnung	
3.2.1.5. Lernerfolgskontrolle / Prüfung	
3.2.1.6. Lizenzierung	
<b>3.2.2. Trainer/in-B Breitensport „Selbstverteidigung“ (60 LE)</b>	
3.2.2.1. Handlungsfelder	
3.2.2.2. Profilspezifische Ziele der Ausbildung	
3.2.2.3. Inhalte der Ausbildung	
3.2.2.4. Ausbildungsordnung	
3.2.2.5. Lernerfolgskontrolle / Prüfung	
3.2.2.6. Lizenzierung	
<b>3.2.3. Trainer/in-B Breitensport „Karate-Gesundheitstraining“ (60 LE)</b>	
siehe 5.1 und 5.2	
<b>3.2.4. Trainer/in-B Breitensport „Kinder und Jugendliche“ (60 LE)</b>	
3.2.4.1. Handlungsfelder	
3.2.4.2. Profilspezifische Ziele der Ausbildung	
3.2.4.3. Inhalte der Ausbildung	
3.2.4.4. Ausbildungsordnung	
3.2.4.5. Lernerfolgskontrolle / Prüfung	

3.2.4.6 Lizenzierung	
<b>3.2.5 Trainer/in-B Breitensport „Jukuren“ (Karateka ab dem Mittleren Lebensalter) (60 LE)</b>	
3.2.5.1 Handlungsfelder	
3.2.5.2 Profilspezifische Ziele der Ausbildung	
3.2.5.3 Inhalte der Ausbildung	
3.2.5.4 Ausbildungsordnung	
3.2.5.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung	
3.2.5.6 Lizenzierung	
<b>3.2.6 Trainer/in-B Breitensport „Gewaltprävention“ (60 LE)</b>	
3.2.6.1 Handlungsfelder	
3.2.6.2 Profilspezifische Ziele der Ausbildung	
3.2.6.3 Inhalte der Ausbildung	
3.2.6.4 Ausbildungsordnung	
3.2.6.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung	
3.2.6.6 Lizenzierung	
<b>3.3 A-Trainer Breitensport (90 LE)</b>	
3.3.1 Handlungsfelder	
3.3.2 Ausbildungsträger und Zuständigkeiten	
3.3.3 Ziele der Ausbildung	
3.3.4 Fachkompetenz	
3.3.5 Profilspezifische Ziele der Ausbildung	
3.3.6 Inhalte der Ausbildung	
3.3.7 Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen-A-Lizenzausbildung Breitensport	
3.3.8 Lernerfolgskontrolle	
3.3.9 Wiederholung der Ausbildung	
3.3.10 Hospitation	
3.3.11 Lizenzierung	
3.3.12 Anerkennung	
<b>3.4 A-Trainer Breitensport SV/PG (90 LE)</b>	
<b>4. Qualifizierungen für den Sportartspezifischen Leistungssport</b>	
<b>4.1 Trainer/in-C Leistungssport (120 LE)</b>	
4.1.1 Handlungsfelder	
4.1.2 Ziele der Ausbildung	
4.1.3 Inhalte der Ausbildung	
4.1.4 Ausbildungsordnung	
4.1.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung	
4.1.6 Lizenzierung	
<b>4.2 Trainer/in-B Leistungssport (60 LE)</b>	
4.2.1 Handlungsfelder	
4.2.2 Ziele der Ausbildung	
4.2.3 Inhalte der Ausbildung	
4.2.4 Ausbildungsordnung	
4.2.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung	
4.2.6 Lizenzierung	
<b>4.3 Trainer/in-A Leistungssport (90 LE)</b>	
4.3.1 Handlungsfelder	
4.3.2 Ziele der Ausbildung	
4.3.3 Inhalte der Ausbildung	
4.3.4 Ausbildungsordnung	
4.3.5 Hospitation	
4.3.6 Lernerfolgskontrolle / Prüfung	
4.3.7 Lizenzierung	
<b>4.4 Diplom-Trainer/in Karate (1.300 LE)</b>	
4.4.1 Handlungsfelder	
4.4.2 Ziele der Ausbildung	
4.4.3 Inhalte der Ausbildung	
4.4.4 Ausbildungsordnung	
4.4.5 Prüfung und Lizenzierung	
<b>5. Qualifizierungen für den Sportartübergreifenden Breitensport</b>	
<b>5.1 Gesundheitstrainer/Übungsleiter/in-B Prävention (Haltung und Bewegung) (60 LE)</b>	
5.1.1 Handlungsfelder	
5.1.2 Ziele der Ausbildung	
5.1.3 Inhalte der Ausbildung	
5.1.4 Ausbildungsordnung	
5.1.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung	
5.1.6 Lizenzierung	
<b>5.2 Gesundheitstrainer/Übungsleiter/in Prävention – Profil: Herz-Kreislauf-System</b>	

5.2.1 Präambel	
5.2.2 Handlungsfelder	
5.2.3 Ziele der Ausbildung	
5.2.4 Berücksichtigung Didaktisch/Methodischer Grundsätze auf der Ebene der Konzeption	
5.2.5 Ausbildungsinhalte	
5.2.6 Kooperationsmodell	
5.2.7 Ausbildungsrichtlinie	
5.2.8 Prüfungsrichtlinie	
5.2.9 Lizenzrichtlinie	
5.2.10 Qualifikation der Lehrkräfte	
5.2.11 Qualitätsmanagement	
<b>5.3 Übungsleiter Prävention – Profil: Stressbewältigung und Entspannung</b>	
5.3.1 Präambel	
5.3.2 Handlungsfelder	
5.3.3 Ziele der Ausbildung	
5.3.4 Berücksichtigung Didaktisch/Methodischer Grundsätze auf der Ebene der Konzeption	
5.3.5 Ausbildungsinhalte	
5.3.6 Kooperationsmodell	
5.3.7 Ausbildungsrichtlinie	
5.3.8 Prüfungsrichtlinie	
5.3.9 Lizenzrichtlinie	
5.3.10 Qualifikation der Lehrkräfte	
5.3.11 Qualitätsmanagement	
<b>6. Qualifizierungen für das Vereinsmanagement</b>	
<b>6.1 Vereinsmanager/in-C Karate (120 LE)</b>	
6.1.1 Handlungsfelder	
6.1.2 Ziele der Ausbildung	
6.1.3 Inhalte der Ausbildung	
6.1.4 Ausbildungsordnung	
6.1.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung	
6.1.6 Lizenzierung	
<b>VIII. Qualitätsmanagement und Personalentwicklung</b>	
1. Strukturqualität	
2. Qualifikation der Lehrkräfte	
3. Fortbildung der Lehrkräfte / Personalentwicklung	
4. Qualität der Gestaltung der Lehr- und Lernprozesse	
5. Qualitätsstandards für die Umsetzung / Qualitätsbeauftragte	
6. Evaluierung	
<b>IX. Lizenzordnung und weitere Bestimmungen</b>	
1. Anerkennung anderer Ausbildungsabschlüsse	
2. Zusammenarbeit mit Landessportbünden	
3. Gültigkeit von erstmalig erworbenen Lizenzen	
4. Verlängerung gültiger Lizenzen	
5. Verlängerung ungültig gewordener Lizenzen	
6. Anerkennung von Überfachlichen Fortbildungen	
7. Erfassung von DKV-Lizenzen	
8. Lizenzentzug	
9. Lernerfolgskontrollen / Prüfungen	
10. Inkrafttreten	

## I. Einleitung

Neben der Verbreitung von Karate-Do als lebensbegleitende Sportart mit seinen ethisch-moralischen Werten erachtet der Deutsche Karate-Verband (DKV) es als eine grundlegende Aufgabe, seinen Mitgliedsvereinen einen qualifizierten Übungs- und Trainingsbetrieb durch die Aus-, Fort- und Weiterbildung von Mitarbeiter/innen zu ermöglichen.

Mit den vorliegenden "Richtlinien für die Qualifizierung von Übungsleiter/innen, Trainer-/innen und Vereinsmanager/innen im Karate" passt der DKV sein Ausbildungssystem den neuen DOSB-Rahmenrichtlinien von Dezember 2005 an und verbessert somit die Voraussetzungen für eine moderne und umfassende Qualifikation von Mitarbeiter/innen im Übungs-, Trainings- und Vereinsbetrieb der DKV-Mitgliedsvereine.

Der Deutsche Karate-Verband bekennt sich ausdrücklich zu den Grundsätzen der DOSB-Satzung und des Leitbildes des Deutschen Sportbundes (verabschiedet vom DOSB-Bundestag am 09.12.2000) sowie zu dem, am 13.12.1997 vom DOSB-Hauptausschuss beschlossenen, Ehrenkodex für Trainer/innen für ein verantwortungs-bewusstes, humanes Handeln zum Wohle der Sportlerinnen und Sportler.

Die Umsetzung des Leitgedankens eines „Sports für ALLE“ stellt seit jeher einen elementaren Grundsatz in der sportlichen Praxis des DKV dar.

Gerade das Karate zeichnet sich durch eine große Heterogenität durch unterschiedliche Stilarten, verschiedene Teilnehmer-Auffassungen und -Orientierungen im Karate-Do, auch im Sinne eines Diversity Managements, aus.

Diese durchaus auch bewusst gewollte Differenzierung und Vielfalt des Karate-Sports zeigt sich auch in den konzipierten breitensportlichen Qualifikationsangeboten auf der 2. Lizenzstufe, wo sechs verschieden profilierte Trainer/innen-B-Ausbildungen angeboten werden, sowie auf der 3. Lizenzstufe dem A-Trainer Breitensport.

Durch das weiterhin bestehende Ausbildungsangebot auf der zweiten Lizenzstufe der breitensportlichen Trainer/innen-Ausbildung zum/zur Karate-Lehrer/in werden besonders die pädagogisch-philosophischen Inhalte des Karate-Do als Kampfkunst vertieft. Die ebenfalls breitensportlich orientierte Trainer/innen-B-Lizenz-Ausbildung mit dem Profil Gewaltprävention soll auch der zunehmenden, gesamtgesellschaftlichen Bedeutung von gewaltpräventiven Aspekten Rechnung getragen.

Die zunehmende Bedeutung des Karate bei der Gesundheitsförderung wird mit der Ausbildung zum/zur Karate-Gesundheitstrainer/in sowie zum Übungsleiter Prävention (Profile „Haltung und Bewegung“, „Herz-Kreislauf-System“, „Stressbewältigung und Entspannung“) mit karatespezifischen Ausbildungsinhalten auf der 2. Lizenzstufe entsprechend berücksichtigt.

Weiterhin können Dojo-Leiter/innen und Vorstandsmitglieder im Rahmen der Vereinsmanagement-C-Lizenz-Ausbildung karatebezogen qualifiziert werden.

In der leistungssportlich orientierten Trainer/innen-Ausbildung des DKV werden alle im DOSB zu absolvierenden Ausbildungsgänge bis hin zur vierten Lizenzstufe, dem/der Diplom-Trainer/in, angeboten.

Ausdrücklich wird hiermit auf die wichtige Bedeutung einer hochwertigen Qualifizierung von Mitarbeiter/innen für die zukünftige Entwicklung des Verbandes hingewiesen:

Erst durch die vielfältigen Qualifizierungsangebote zur Personalentwicklung und Gewinnung weiterer Trainer/innen und/oder Übungsleiter/innen als verbandliche Multiplikatoren ist es letztendlich möglich, ein attraktives Bewegungsangebot zur Mitgliederbindung und –gewinnung in den Karate-Vereinen anzubieten.

Auch das vom DOSB initiierte und zukünftig verstärkt geforderte Qualitätsmanagement (QM) in der verbandlichen Qualifizierung und Bildung mit der Gewährleistung verbindlicher Qualitätsstandards wird im Deutschen Karate-Verband und seinen Landesfachverbänden intensiv umgesetzt.

## II. Didaktisch-methodische Grundsätze

Um ein hohes Maß an Handlungskompetenz der Lehrkräfte als übergeordnetem Leitziel zu erreichen, wird neben der weiterhin notwendigen Entwicklung einer sportartspezifischen Fachkompetenz zukünftig eine Verbesserung der Vermittlungs- und Methodenkompetenz sowie v.a. der sozialen Kompetenz (pädagogisch richtiges Verhalten, Umgang mit Konflikten) für eine qualifizierte Lehrarbeit immer bedeutsamer.

Bei der Gestaltung der Lehrgänge sind folgende didaktisch-methodische Aspekte zu berücksichtigen:

Theoretische Ausbildungsinhalte sollen nicht isoliert wissenschaftliche Erkenntnisse enthalten, sondern immer direkten Bezug zur Praxis haben, ggf. in praktische Übungen integriert werden.

„Praxis“ bedeutet dabei nicht unmittelbar nur die eigene sportartspezifische Bewegungsdemonstrationsfähigkeit des/der Lehrenden, sondern ebenso Handlungsmodelle zur Planung und Vermittlung von Bewegungsangeboten sowie das immer bedeutsamer werdende, sozialkompetente Verhalten in Leitungs- und Betreuungsfunktionen.

Bei der Auswahl der Lehrmethoden sind Grundsätze der Erwachsenenbildung zu berücksichtigen. Informationsdarbietung und –verarbeitung, theoretische und praktische Inhalte sollten in einem angemessenen Verhältnis zueinander stehen und durch einen vielfältigen Medien- und Materialeinsatz unterstützt werden.

Durch eine große Methodenvielfalt sollen bewusst verschiedene Wahrnehmungskanäle angesprochen sowie unterschiedliche Lerntypen berücksichtigt werden.

Die inhaltliche Ausrichtung der Lehrgänge soll sich an den Erfahrungen, Bedürfnissen sowie realen sport- und vereinsbezogenen Situationen der Teilnehmenden orientieren.

Wünsche und Interessen bei der Planung und Gestaltung von Inhalten sind teilnehmerorientiert zu berücksichtigen, soweit konzeptionelle Vorgaben dieses ermöglichen.

Die Ziele, Inhalte und Arbeitsweisen/Methoden der Ausbildung haben für die Teilnehmenden grundsätzlich transparent und nachvollziehbar zu sein.

Eine teilnehmerorientierte Bildungsarbeit schließt den bewussten Umgang mit Vielfalt und Verschiedenheit von Menschen, z. B. in Bezug auf Geschlecht/Gender, Nationalität, ethnische Zugehörigkeit, religiöse Überzeugung, eventuelle Behinderung, sexuelle Orientierung etc. mit ein.

Diese Heterogenität, auch von allgemeinen und sportbezogenen Interessen und Erfahrungen, sollte für eine qualitative Weiterentwicklung der Lehrarbeit nutzbar gemacht und bewusst als Bereicherung empfunden werden.

Übergeordnetes Ziel ist die Schaffung gleichberechtigter Teilhabemöglichkeiten und Bildungschancen für alle Teilnehmenden im Sinne des Gender Mainstreaming- bzw. Diversity Management-Gedankens.

Bei der Auswahl der Lehrmethoden sollen Lernsituationen geschaffen werden, die es den Teilnehmenden ermöglichen, sich die Ausbildungsinhalte selbstständig zu erarbeiten, also beispielsweise kein permanenter Frontalunterricht, sondern vielmehr eine aktive Beteiligung („learning by doing“) und eigenständige Umsetzung von theoretischen Inhalten in die Praxis zulassen.

Grundsätzlich ist im Sinne der Teilnehmerorientierung nicht eine „starre“, dirigistisch festgelegten Abfolge in der Vermittlung von Ausbildungsinhalten vorzunehmen, sondern bezogen auch auf unterschiedliche Interessen und Lerngeschwindigkeiten eine prozessorientierte Lehrmethodik sowie ein teamorientiertes Arbeiten zu bevorzugen.

Weitere Hinweise geben die DOSB-Rahmenrichtlinien (Abschnitt III.3.).

### **III. Zielsetzung der DKV-Richtlinien**

Die "Richtlinien für die Qualifizierung von Übungsleiter/innen, Trainer/-innen und Vereinsmanager/innen im Karate" gewährleisten eine inhaltlich und formal stimmige Struktur der im DKV angebotenen Ausbildungsgänge Übungsleiter/in, Trainer/in sowie Vereinsmanager/in (Karate). Im Einzelnen soll gewährleistet werden:

Gestaltung der DKV-Richtlinien auf der Grundlage der DOSB-Rahmenrichtlinien unter Einbeziehung karatespezifischer Erfordernisse und Bedingungen

- Schaffung verbindlicher und einheitlicher Regelungen für alle Karate Landesfachverbände
- Berücksichtigung von spezifischen Vorgaben der Landesministerien und Landessportbünde
- Gleichwertigkeit und Anerkennungsfähigkeit der Ausbildungsgänge und -stufen untereinander
- Flexibilität und gleichzeitige Verbindlichkeit in zeitlicher und organisatorischer Gestaltung der Ausbildungen
- Horizontale Übereinstimmung und vertikale Abstimmung der Ausbildungsinhalte zu- bzw. aufeinander.

### **IV. DKV-Ausbildungsstruktur**

Im Bereich des Deutschen Karate-Verbandes e.V. können folgende Ausbildungsgänge angeboten werden:

1. Vorstufen-Qualifizierung (Trainerassistent/in), mindestens 30 LE
2. Sportartübergreifende Basisqualifizierung, mindestens 30 LE

#### **1. Lizenzstufe:**

- Trainer/in-C Karate (Breitensport), mindestens 120 LE
- Trainer/in-C Karate (Leistungssport), mindestens 120 LE
- Vereinsmanager/in-C Karate, mindestens 120 LE

#### **2. Lizenzstufe:**

- Trainer/in-B (Breitensport), mindestens 60 LE mit dem
  - Profil: Karate-Lehrer/in
  - Profil: Selbstverteidigung
  - Profil: Karate-Gesundheitstraining
  - Profil: Karate mit Kindern und Jugendlichen
  - Profil: Karate mit „Jukuren“ (Karateka ab dem mittleren Lebensalter)
  - Profil: Gewaltprävention
- Trainer/in-B Karate (Leistungssport), mindestens 60 LE
- Übungsleiter/in-B Prävention (Profil: Haltung und Bewegung; Herz-Kreislauf-System, Stressbewältigung und Entspannung), mindestens 60 LE

#### **3. Lizenzstufe:**

- Trainer/in-A Karate (Leistungssport), mindestens 90 LE
- Trainer/in-A Karate (Breitensport), mindestens 90 LE

#### **4. Lizenzstufe:**

- Diplom-Trainer/in Karate (Spitzensport), 1.300 LE

**Tab. 1 Struktur der Lizenzausbildung im Deutschen Karate-Verband e.V.**

<b>Vorstufen- Qualifikation</b> (30 LE)	<b>Trainerassistent/in</b>	<b>Trainerassistent/in</b>							
<b>1. Lizenzstufe</b> (120 LE)	<b>Trainer/in-C Leistungssport</b>	<b>Trainer/in-C Breitensport</b>							<b>Vereins- manager/in-C</b>
<b>2. Lizenzstufe</b> (60 LE)	<b>Trainer/in-B Leistungssport</b>	<b>Trainer/in-B Breitensport</b>						<b>Übungsleiter/in-B Prävention</b> I. Haltung + Bewegung II. Herz-Kreislauf III. Stressbewältigung und Entspannung	
		Lehrer	GP	SV	Gesund heit	Kinder + Jugend liche	Jukuren		
<b>3. Lizenzstufe</b> (90 LE)	<b>Trainer/in-A Leistungssport</b>	<b>Trainer/in-A Breitensport</b>							
<b>4. Lizenzstufe</b>	<b>Diplom-Trainer/in Leistungssport</b>								

## V. Trägerschaft

Genereller Träger der Ausbildungen für

- Trainer/innen-C/-B/-A Karate Breitensport
- Trainer/innen-C/-B/-A Karate Leistungssport
- Übungsleiter/in-B Prävention
- Vereinsmanager/innen-C Karate

ist der Deutsche Karate-Verband e.V.

Die Durchführung der Ausbildungen auf der ersten (Trainer/in-C, Vereinsmanager/in-C) und zweiten Lizenzstufe (Übungsleiter/in-B, Trainer/in-B) kann an die Landeskarateverbände des DKV delegiert werden.

Träger der Ausbildung zur Übungsleiter/in-B Präventions-Lizenz kann auch ein Landessportbund in Kooperation mit einem Landeskarateverband bzw. dem DKV sein.

Da die Karate-Jugend keine eigenständige verbandliche Organisationsform aufweist, sondern innerhalb des Deutschen Karate Verbandes strukturell integriert ist, tritt der DKV bzw. einer seiner Landeskarateverbände als Träger der Trainer-B-Lizenzausbildung Breitensport mit dem Profil „Kinder und Jugendliche“ auf.

Die Ausbildung zur Trainer/innen-A-Lizenz (dritte Lizenzstufe) obliegt dem DKV.

Trägerin der Diplom-Trainer/innen-Ausbildung ist die Trainerakademie Köln des DOSB.

## VI. Organisationsformen und Durchführung

Über die Organisationsform entscheiden die jeweils durchführenden Verbände. Die Maßnahmen können als Wochenblock-, Wochenend- und/oder Tageslehrgänge durchgeführt werden. Die Angaben in LE bezeichnen Unterrichtseinheiten à 45 Minuten.

Die Ausbildungsgänge Trainer/in-C Karate Breitensport und Trainer/in-C Karate Leistungssport sind strukturell gleichwertige Ausbildungen der ersten Lizenzstufe. Da beide Ausbildungen teilweise identische Lehrinhalte haben, bieten sich folgende möglichen Lehrgangskonzeptionen an:

- a. Getrennte Ausbildungen Trainer/in-C-Lizenz Breitensport und Leistungssport mit jeweils 120 LE;
- b. Getrennte Ausbildungen Trainer/in-C-Lizenz Breitensport und Leistungssport mit jeweils 120 LE (mit gemeinsamer sportartübergreifender Basisqualifizierung mit 30 bis 40 LE);
- c. Ausbildung zur Trainer/in-C-Lizenz Breitensport (120 LE), danach Zusatzlehrgang Trainer/in-C-Lizenz Leistungssport (30 LE).

Die Lizenzausbildung Trainer/in-A (T-A) kann in folgenden Formen angeboten werden:

- a. Lizenzausbildung T-A (90 LE) ohne Profildisziplin;
- b. T-A-Fachausbildung (50 LE), danach wahlweise Disziplinfachteil Kata (40 LE) oder Kumite (40 LE).

Das Studium an der Trainerakademie Köln des DOSB wird als Direktstudium und als Kombinationsstudium angeboten.

## VII. Ausbildungsgänge

### 1. Vorstufenqualifikation (Trainerassistent/in) (30 LE)

Die Gewinnung und Bindung von engagierten Menschen für ehrenamtliche Tätigkeit ist eine zentrale und permanente Aufgabe des organisierten Sports. Vorstufenqualifikationen stellen einen möglichen Einstieg in das Qualifizierungssystem des DKV dar. Sie dienen der Motivierung und Orientierung, Vorbereitung und Heranführung von Personen, die sich für ein Engagement im organisierten Sport interessieren.

Durch persönliche Begleitung, Betreuung, Förderung und Qualifizierung sollen Personen gezielt für die Übernahme von Verantwortung in Verein und/oder Verband gewonnen werden.

Vorstufenqualifikationen sind keine Voraussetzung für die Teilnahme an einem Ausbildungsgang der 1. Lizenzstufe (-C).

Sie können auch eine Maßnahme für Personen sein, die sich lediglich in diesem Umfang qualifizieren und auf eine bestimmte Tätigkeit im Verein/Verband vorbereiten wollen.

Eine absolvierte Vorstufenqualifikation kann auf eine spätere Lizenzausbildung der 1. Stufe (-C) angerechnet werden, da bestimmte Inhalte und Umfänge der Vorstufenqualifikation zugleich Bestandteile der C-Lizenzausbildung im Deutschen Karate-Verband sind.

#### 1.1 Handlungsfelder

Vorstufenqualifikationen dienen der Unterstützung von Übungsleiter/innen und Trainer/innen in den Trainingseinheiten, bei der Betreuung von Gruppen bei Wettkämpfen sowie bei der Mithilfe bei der Planung und Durchführung von nicht-sportpraktischen Vereinsaktivitäten (z.B. Spiel- und Sportfesten, Freizeitaktivitäten, Feiern, usw.).

Nach Erwerb der Vorstufenqualifikation sollen die Trainerassistent/innen aufgrund ihres Wissens vom Aufbau einer Übungseinheit und den Kriterien der Übungsauswahl befähigt sein, unter Berücksichtigung der notwendigen Sicherheitsaspekte eine Gruppe mit zu begleiten und in Ausnahmefällen nach Anweisungen der Leiterin/des Leiters auch über kurze Zeiträume eigenständig zu führen.

Die Tätigkeit des/der Trainerassistent/in umfasst die Anregung zur Betätigung im Karate als Freizeit- / Breitensport sowie unterstützend die Planung, Vorbereitung und Durchführung des breitensportlichen Karate-Übungsbetriebes in den Vereinen des Deutschen Karate-Verbandes.

#### 1.2 Ziele der Vorstufenqualifikation

Diese Einstiegsausbildung dient der Motivierung, Orientierung und Vorbereitung für die Übernahme von Verantwortung und ein Engagement in den Trainingsgruppen der Kinder- und Jugendabteilung bzw. der Erwachsenenabteilung in den Vereinen. Sie gibt einen Überblick über die gängigen Felder der Vereinsarbeit, qualifiziert für eine unterstützende Tätigkeit sowohl im sportpraktischen als auch im überfachlichen Bereich und soll die Teilnehmenden dazu motivieren, Aktivitäten auch selbstständig zu entwickeln und durchzuführen.

Aufbauend auf vorhandenen Kenntnissen und Erfahrungen als Sportler/in und/oder als Betreuer/in wird durch diese Einstiegsausbildung eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt:

##### **Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz:**

- Motivieren der Teilnehmerinnen und Teilnehmer
- Bewusstwerden der Vorbildfunktion und Verantwortung
- Kennen und berücksichtigen von unterschiedlichen Interessen und Erwartungen der Gruppenmitglieder

##### **Fachkompetenz:**

- Grundkenntnisse von Planung, Gestaltung, Durchführung und Organisation von Trainingseinheiten oder anderer Vereinsaktivitäten
- Erwerben eines Basisrepertoires an Spiel- und Übungsformen
- Kenntnisse von Karate-Grundtechniken
- Erklären, analysieren und korrigieren von einfachen Bewegungsabläufen
- Kenntnisse über Grundregeln im Bereich von Sicherheit und Aufsicht

##### **Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

- Kenntnisse einzelner Vermittlungsmethoden und ihre Anwendungsfelder
- Planen und durchführen von einfachen Bewegungseinheiten oder Vereinsaktivitäten

#### 1.3 Inhalte der Ausbildung

Der nachfolgende Themenabschnitt I. ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen vereins- und verbandDOSBbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.1 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

##### I. Organisation / Recht: 3 LE

1.1 Struktur und Aufgaben des Sportvereins (1 LE)\*

1.2 Grundlagen: Vereinsrecht, Aufsichtspflicht und Haftung (2 LE) \*

Der nachfolgende Themenabschnitt II ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.1 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

##### II. Sportpädagogik / Sportpsychologie: 6 LE

2.1 Lehren und Lernen im Karate (2 LE)

2.2 Entwicklungspsychologische Grundlagen (2 LE) \*



## 2.3 Karate mit Kindern (2 LE)

Die nachfolgenden Themenabschnitte III. bis IV. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.1 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

### III. Sportbiologie: 11 LE

3.1 Anatomische Grundlagen (2 LE) \*

3.2 Physiologische Grundlagen (2 LE) \*

3.3 Körperliche Entwicklung, Belastungs- u. Leistungsfähigkeit (1 LE) \*

3.4 Aufwärmtraining (2 LE)\*

3.5 Funktionelle Dehnung und Kräftigung (2 LE) \*

3.6 Konditionelle und koordinative Fähigkeiten am Beispiel ausgewählter Praxisinhalte (2 LE)\*

### IV. Breitensport im Karate: 10 LE

4.1 Aufbau und Inhalte eines Anfängerkurses (2 LE)

4.2 Kriterien des Karate (2 LE)

4.2 Kihon im Breitensport (2 LE)

4.3 Kata im Breitensport (2 LE)

4.4 Kumite im Breitensport (2 LE)

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden. Der Gesamtumfang der Trainerassistent/innen-Ausbildung soll 40 LE nicht überschreiten.

Die mit einem Sternchen gekennzeichneten Themen können auch ganz oder teilweise im Rahmen überfachlicher Lehrgangsteile durch die Landessportbünde angeboten werden. Grundsätzlich wird eine größtmögliche Verknüpfung der Theorie- und Praxisinhalte angestrebt.

## 1.4 Ausbildungsordnung

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainerassistent/innen-Ausbildung sind:

- Vollendung des 14. Lebensjahres
- mindestens der 6. Kyu-Grad
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein

Die Trainerassistent/innen-Ausbildung umfasst mindestens 30 Lerneinheiten. Überfachliche Inhalte können nach Absprache mit bzw. von den jeweiligen Landessportbünden angeboten werden.

Ausgewählte Inhaltsteile des Trainerassistent/innen-Lehrganges können im Umfang von bis zu 30 LE zur Trainer/in-Lizenzausbildung auf der 1. Stufe innerhalb von zwei Jahren anerkannt werden.

## 1.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lernerfolgskontrolle besteht aus:

- einem mündlichen Prüfungsgespräch

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von breitensportlichen Karate-Übungsangeboten.

Die Lernerfolgskontrolle soll unmittelbar im Anschluss an die Ausbildung durchgeführt werden. Das mündliche Prüfungsgespräch soll die Zeitdauer von 20 Minuten nicht überschreiten.

Die Lernerfolgskontrolle wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der durchführende Landeskarateverband benennt. Ihr gehört mindestens ein/e zuständige/r Referent/in an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lernerfolgskontrolle ist ein Protokoll anzufertigen. Die Lernerfolgskontrolle wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Ist die mündliche Prüfung nicht bestanden, kann sie bis zu zweimal wiederholt werden. Wird die Prüfung versäumt, gilt sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Das Prüfungsergebnis ist dem/der Kandidat/in mitzuteilen.

## 1.6 Bescheinigung

Zur Ausstellung der Bescheinigung über die erfolgreiche Teilnahme an der Vorstufenqualifikation (Trainerassistent/innen-Ausbildung) durch den Landeskarateverband müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der mündlichen Prüfung
- Vollendung des 14. Lebensjahres

- mindestens der 6. Kyu-Grad.

Die Trainerassistent/innen-Ausbildung ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes stilartübergreifend vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des vierten Jahres. Eine Verlängerung ist nicht vorgesehen.

## 2. Sportart- und zielgruppenübergreifende Basisqualifizierung

Bei allen Ausbildungen auf der 1. Lizenzstufe (außer Vereinsmanager/in) ist es möglich, die übergreifenden Basisinhalte (mindestens 30 LE) als Einstiegsmodul in die Gesamtausbildung anzubieten. Diese Basisqualifizierung kann also Bestandteil einer Gesamtausbildung oder eigenständiger Lehrgangsabschnitt sein. Im Gegensatz zu der Vorstufenqualifikation (Trainerassistent/in) ist die Basisqualifizierung in jedem Fall Bestandteil der 120 LE umfassenden Ausbildungsgänge auf der 1. Lizenzstufe (Trainer/in-C Karate Breitensport bzw. Leistungssport).

### 2.1 Handlungsfelder

Die Basisqualifizierung stellt einen möglichen Einstieg in die Ausbildung dar. Die in ihrem Rahmen gewählten praktischen Beispiele und Anwendungsformen können sowohl sportart- und zielgruppenübergreifend als auch karatespezifisch sein.

Die Teilnehmenden sollen sensibilisiert und für die weiteren Inhalte motiviert werden, um die Ausbildung zumindest bis zur 1. Lizenzstufe zu vollenden. Welche Richtung nach der Basisqualifizierung eingeschlagen werden soll, ob karatespezifischer Breiten- oder Leistungssport kann auch erst nach Absolvierung der Basisqualifizierung festgelegt werden.

Eine gegenseitige Anerkennung seitens der Sportverbände sichert ab, dass die Ausbildungsgänge, ob nun für die Tätigkeit im Leistungssport oder im Breitensport, sowohl übergreifend als auch fachspezifisch vollendet werden können.

Im Anschluss an die Basisqualifizierung sollen die Absolventen möglichst Praxiserfahrungen mit Gruppen sammeln, ob nun in verantwortlicher oder nur helfender Rolle. Die dabei gewonnenen Erfahrungen sollen dann in den weiteren Ausbildungsgang einfließen.

### 2.2 Ziele der Basisqualifizierung

Aufbauend auf vorhandenen Kenntnissen und Erfahrungen der Teilnehmenden und orientiert am angestrebten Einsatzfeld wird durch die Basisqualifizierung eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt:

#### **Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz:**

- Motivieren der Teilnehmer/innen
- Kenntnisse über wichtige Grundlagen der Kommunikation
- Berücksichtigen von Interessen und Erwartungen der Gruppenmitglieder bei der Stundenplanung
- Umgang mit Verschiedenheit in der Gruppe (Gender Mainstreaming / Diversity Management)

#### **Fachkompetenz:**

- Gestalten von Spiel- und Bewegungsangeboten je nach Zielgruppe und Zielsetzung
- Beobachten und korrigieren von Bewegungsabläufen
- Kenntnisse über aktuelle Trends und Entwicklungen im Freizeit- und Breitensport
- Kenntnisse über das Qualifizierungssystem im Sport

#### **Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

- Kenntnisse von verschiedenen Vermittlungsformen und deren Anwendung
- Kenntnisse über verschiedene Methoden der Beteiligung von Gruppenmitgliedern
- Grundkenntnisse im Einsatz von Sportgeräten
- Sammeln von ersten zu reflektierenden Erfahrungen als Trainer/in (z. B. vor der Gruppe reden; Gruppen anleiten, unterstützen, organisieren)

### 2.3 Inhalte der Ausbildung

Der nachfolgende Themenabschnitt I. ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen vereins- und verbandsbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### I. Organisation / Recht: 3 LE

1.1 Struktur der Lizenzausbildung im DOSB / DKV (2 LE)

1.2 Struktur und Aufgaben der Sportorganisationen (1 LE)

Der nachfolgende Themenabschnitt II ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### II. Sportpädagogik / Sportpsychologie: 10 LE

2.1 Gruppenpädagogik und Rolle des/der Trainer/in (4 LE)

2.2 Allgemeine Vermittlungsmethoden (2 LE)

2.3 Aufsichtspflicht und Haftungsfragen (2 LE)

2.4 Zielgruppenspezifische Vereinsangebote planen, organisieren, durchführen und auswerten (2 LE)

Der nachfolgende Themenabschnitte III. ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

### III. Sportbiologie / Sportpraxis: 17 LE

3.1 Anatomische und physiologische Grundlagen (4 LE)

3.2 Aufwärmtraining (2 LE)

3.3 Funktionelle Dehnung und Kräftigung (2 LE)

3.4 Grundlagen des Bewegungslernens (3 LE)

3.5 Einfache konditionelle und koordinative Trainingsformen in der Praxis (6 LE)

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden. Der Gesamtumfang der sportartübergreifenden Basisqualifizierung soll 40 LE nicht überschreiten. Die Ausbildungsinhalte der sportartübergreifenden Basisqualifizierung können auch ganz oder teilweise im Rahmen überfachlicher Lehrgangsteile durch die Landessportbünde angeboten werden. Grundsätzlich wird eine größtmögliche Verknüpfung der Theorie- und Praxisinhalte angestrebt.

## **2.4 Ausbildungsordnung**

Die Voraussetzungen für die Zulassung zur sportartübergreifenden Basisqualifizierung sind analog zur Trainer/innen-C-Lizenzausbildung Breiten- bzw. Leistungssport:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- mindestens der 4. Kyu-Grad
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein.

Die sportartübergreifende Basisqualifizierung (als ein Teil der Lizenzausbildung der 1. Stufe) umfasst mindestens 30 Lerneinheiten. Die überfachlichen Inhalte können nach Absprache mit bzw. von den jeweiligen Landessportbünden angeboten werden.

## **2.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung**

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Ausbildungsinhalte der sportartübergreifenden Basisqualifizierung (als ein Teil der Lizenzausbildung der 1. Stufe) können entweder separat oder im Rahmen der Lernerfolgskontrolle / Prüfung zur 1. Lizenzstufe mit überprüft werden. Darüber entscheidet im Vorfeld der Ausbildung der zuständige Landeskarateverband.

Die separate Prüfung besteht dann aus einer

- schriftlichen Klausur über die relevanten Ausbildungsinhalte

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die unter Abschnitt VII. 2.3 dargestellten Ausbildungsinhalte der sportart- und zielgruppenübergreifenden Basisqualifizierung. Die schriftliche Klausur soll insgesamt eine Zeitstunde nicht überschreiten und praxisorientiertes Transferwissen fordern. Die Prüfung sollte im Anschluss an den entsprechenden Ausbildungsblock durchgeführt werden.

Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der durchführende Landeskarateverband benennt. Ihr gehört mindestens der/die zuständige/r Referent/in an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen. Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Ist die Prüfung nicht bestanden, kann sie bis zu zweimal wiederholt werden. Wird die Prüfung versäumt, gilt sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Das Prüfungsergebnis ist dem/der Kandidat/in mitzuteilen.

## **2.6 Bescheinigung**

Bei Bestehen der separaten Prüfung über die relevanten Ausbildungsinhalte der sportart- und zielgruppenübergreifenden Basisqualifizierung wird dem/der Kandidat/in eine schriftliche Bescheinigung durch den zuständigen Landeskarateverband ausgestellt.

Diese Bescheinigung ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes stilartübergreifend im Rahmen einer Lizenzausbildung auf der ersten Stufe zwei Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des zweiten Jahres. Eine Verlängerung der Bescheinigung ist nicht vorgesehen.

Zur Ausstellung der Bescheinigung durch den Landeskarateverband müssen folgende Voraussetzungen erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der Prüfung

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- mindestens der 4. Kyu-Grad

### 3. Qualifizierungen für den sportartspezifischen Breitensport

#### 3.1 Trainer/in-C Breitensport (120 LE)

##### 3.1.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-C Breitensport umfasst die Anregung zur Betätigung im Karate als Freizeit- / Breitensport sowie die Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung des breitensportlichen Karate-Übungsbetriebes in den Vereinen des Deutschen Karate-Verbandes. Sie beinhaltet die Mitgliedergewinnung, -förderung und -bindung auf der Basis breitensportlich orientierter Übungs- und Trainingsangebote auf der unteren Ebene.

##### 3.1.2 Ziele der Ausbildung

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:**

- Führen von Gruppen sowie Steuern von gruppendynamischen Prozessen
- Kennen und berücksichtigen entwicklungsgemäßer Besonderheiten bei Kindern/Jugendlichen bzw. Erwachsenen und Älteren
- Kennen und berücksichtigen geschlechtsspezifischer Bewegungs- und Sportinteressen
- Bewusstmachen der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung aller Zielgruppen, besonders von Kindern und Jugendlichen
- Kennen und beachten des DOSB-Ehrenkodex für Trainer/innen

###### **Fachkompetenz:**

- Kenntnisse der Struktur, Funktion und Bedeutung des Karate als Breitensport und deren Umsetzung im Prozess der zielgruppenorientierten Mitgliedergewinnung auf Vereinsebene
- Kenntnisse der Karate-Grundtechniken und deren wettkampfmäßige Anwendung
- Kenntnisse der konditionellen und koordinativen Voraussetzungen für die Ausübung der Sportart Karate und deren spezifische Berücksichtigung in der Trainingsgestaltung
- Grundkenntnisse über aktuelle Wettkampf-Regeln und -Ausrüstung sowie zielgruppenorientierte Sportgeräte
- Schaffen eines attraktiven und freudebetonten Trainingsangebotes für die jeweilige Zielgruppe
- Aufbau, Betreuung und Förderung von Karate- Breitensportgruppen
- Gezielte Motivation von Mitarbeiter/innen

###### **Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

- Pädagogisches Grundwissen von Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Trainingseinheiten
- Grundkenntnisse von Lehr-, Lern- und Trainingsmethoden im Breitensport
- Lehr- und Lernverständnis, das den Teilnehmenden genügend Zeit zur Informationsverarbeitung und Gelegenheit zur Eigeninitiative lässt
- Beherrschen der Grundprinzipien für zielorientiertes und systematisches Lernen im Sport

##### 3.1.3 Inhalte der Ausbildung

Der nachfolgende Themenabschnitt I. ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen vereins- und verbandsbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.1 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

###### I. Organisation / Recht: 11 LE

- 1.1 Struktur der Lizenzausbildung im DOSB / DKV (2 LE) \*
- 1.2 Struktur und Aufgaben der Sportorganisationen (2 LE) \*
- 1.3 Sport und Umwelt (2 LE) \*
- 1.4 Rechtsfragen I: Vereinsrecht, Aufsichts-/Haftpflicht (3 LE) \*
- 1.5 Rechtsfragen II: Notwehrrecht (2 LE)

Der nachfolgende Themenabschnitt II ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.1 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

###### II. Sportpädagogik / Sportpsychologie: 28 LE

- 2.1 Ethische Ansprüche im Karate (2 LE)
- 2.2 Gruppenpädagogik und Führungsstile (4 LE) \*
- 2.2 Allgemeine und karatespezifische Vermittlungsmethodik (8 LE) \*
- 2.3 Lehren und Lernen im Karate (8 LE)
- 2.4 Entwicklungspsychologische Grundlagen (6 LE) \*

Die nachfolgenden Themenabschnitte III. bis VI. sind – mit Ausnahme der Themen 6.6 und 6.7 -dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.1 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

### III. Sportbiologie: 18 LE

- 3.1 Anatomische Grundlagen (3 LE) \*
- 3.2 Physiologische Grundlagen (3 LE) \*
- 3.3 Anpassungsvorgänge des Organismus (2 LE) \*
- 3.4 Sportverletzungen und Sportschäden (3 LE) \*
- 3.5 Körperliche Entwicklung, Belastungs- u. Leistungsfähigkeit (2 LE) \*
- 3.6 Aufwärmtraining (2 LE)\*
- 3.7 Funktionelle Dehnung und Kräftigung (3 LE) \*

### IV. Allgemeine Trainingslehre: 14 LE

- 4.1 Trainingsprinzipien (4 LE) \*
- 4.2 Konditionelle und koordinative Fähigkeiten am Beispiel ausgewählter Praxisinhalte (10 LE) \*

### V. Spezifika des Karate-Do: 16 LE

- 5.1 Geschichte und Philosophie des Karate (3 LE)
- 5.2 Kriterien des Karate (3 LE)
- 5.3 Spektrum der Karate-Grundtechniken (6 LE)
- 5.4 Spezifika verschiedener Stilrichtungen (4 LE)

### VI. Breitensport im Karate: 33 LE

- 6.1 Aufbau und Inhalte eines Anfängerkurses (5 LE)
- 6.2 Kihon im Breitensport (4 LE)
- 6.3 Kata im Breitensport (4 LE)
- 6.4 Kumite im Breitensport (4 LE)
- 6.5 Selbstverteidigung / Gewaltprävention (2 LE)
- 6.6 Karate mit Kindern / Sound-Karate (5 LE)
- 6.7 Karate mit Jukuren (5 LE)
- 6.8 Trainingsplanung im Breitensport (4 LE)

Die vorgenannten Themen 6.6 und 6.7 sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich zuzuordnen.

Die Angaben der Unterrichtsstundenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden. Der Gesamtumfang der Trainer/innen-C-Ausbildung Breitensport soll 150 LE (einschließlich Lizenzprüfung) nicht überschreiten.

Die mit einem Sternchen gekennzeichneten Themen entsprechen inhaltlich der in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen sportartübergreifenden Basisqualifizierung und können auch ganz oder teilweise im Rahmen überfachlicher Lehrgangsteile durch die Landessportbünde angeboten werden. Grundsätzlich wird eine größtmögliche Verknüpfung der Theorie- und Praxisinhalte angestrebt.

## **3.1.4 Ausbildungsordnung**

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen-C-Lizenzausbildung Breitensport sind:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- mindestens der 4. Kyu-Grad
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 120 Lerneinheiten zuzüglich der Lizenzprüfung. Überfachliche Inhalte können nach Absprache mit bzw. von den jeweiligen Landessportbünden angeboten werden. Ausgewählte Inhaltsteile der Trainer/innen-C-Ausbildung Breitensport können im Umfang von 30 bis 40 LE als Trainerassistent/innen-Lehrgang durchgeführt und für eine spätere Lizenzausbildung auf der 1. Stufe innerhalb von zwei Jahren anerkannt werden.

## **3.1.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung**

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der

- schriftlichen Klausur über die relevanten Lehrgangsinhalte

- schriftlichen Vorbereitung eines Unterrichtsentwurfes
- praktischen Durchführung einer Lehrprobe.

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von breitensportlichen Karate-Übungsangeboten.

Die schriftliche Klausur soll insgesamt zwei Zeitstunden nicht überschreiten und praxisorientiertes Transferwissen fordern. Der schriftliche Unterrichtsentwurf ist für eine Übungseinheit von 60 bis 90 Minuten Dauer zu planen. Hieraus wählt die Prüfungskommission einen Ausschnitt von 20 bis 30 Minuten Dauer für die praktische Lehrprobe aus.

Die einzelnen Prüfungsteile sollten jeweils im Anschluss an die entsprechenden Ausbildungsblöcke durchgeführt werden.

Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der durchführende Landeskarateverband benennt. Ihr gehört mindestens der/die zuständige Landeslehrwart/in an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen. Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Die Lizenzprüfung gilt als "bestanden", wenn alle Teile der Lizenzprüfung bestanden wurden. Sind einzelne Prüfungsteile nicht bestanden, können sie bis zu zweimal wiederholt werden. Werden Prüfungsteile versäumt, gelten sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

### 3.1.6 Lizenzierung

Zur Ausstellung der Trainer/innen-C-Lizenz Breitensport des DKV durch den Landeskarateverband müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterricht
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Nachweis eines 16-stündigen Erste-Hilfe-Lehrganges (nicht älter als zwei Jahre)
- mindestens der 3. Kyu-Grad.

Die Trainer/innen-C-Lizenz Breitensport ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes stilartübergreifend vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des vierten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.

## 3.2 Trainer/in-B Breitensport (60 LE)

Die Lizenzausbildung zum/zur Trainer/in-B Breitensport des Deutschen Karate-Verbandes dient der Vertiefung und Differenzierung komplexer Handlungs- und Vermittlungsfelder im breitensport-orientierten Karate-Do. Hierzu können die folgenden, voneinander unabhängigen Profile angeboten werden:

- 3.2.1 Karate-Lehrer/in
- 3.2.2 Selbstverteidigung / Gewaltprävention
- 3.2.3 Karate-Gesundheitstraining
- 3.2.4 Karate mit Kindern und Jugendlichen
- 3.2.5 Karate mit „Jukuren“ (Karateka ab dem mittleren Lebensalter)

### Übergreifende profilunabhängige Ziele für alle Trainer-B-Breitensport-Ausbildungen:

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:

- Aufbau und Entwicklung einer Motivation der Sportler/innen für ein langfristiges Sporttreiben
- Kenntnisse über die Wechselwirkungen von Sozialfaktoren (Elternhaus, Schule/ Ausbildung/ Beruf, Sozialstatus, Verein ...) und sportlichem Engagement sowie deren persönlichkeitsfördernde Beeinflussung
- Kenntnisse über die Bedeutung des Karate für die Gesundheit sowie die Risikofaktoren bei bestimmten Zielgruppen und deren Entgegenwirken in der Sportpraxis
- Kennen und berücksichtigen entwicklungsgemäßer und geschlechtsspezifischer Besonderheiten spezieller Zielgruppen
- Bewusstmachen der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung der Aktiven, besonders von Kindern und Jugendlichen
- Kennen und beachten des DOSB-Ehrenkodex für Trainer/innen
- Selbstständige Planung und Organisation der eigenen Aus-, Fort- und Weiterbildung

#### Fachkompetenz:

- Umfassende Kenntnisse der Struktur, Funktion und Bedeutung des Karate als Breitensport und deren Umsetzung für definierte Zielgruppen
- Umfangreiche Grundlagenkenntnisse zur Spezifik der jeweiligen Zielgruppe und deren Anwendung bei der Umsetzung von Übungseinheiten in die Sportpraxis an
- Zielgruppenorientierte Planung von Training und Wettkampf sowie deren praktische Umsetzung
- Aufbau und die Organisation von Breitensportgruppen, Breitensportkursen und Breitensportunterricht
- Berücksichtigen von speziellen Rechts- und Versicherungsaspekten bei der Durchführung von Trainingseinheiten und Wettkämpfen

- Umfassende Kenntnisse über spezielle Regeln, karatespezifische Trainingsgeräte sowie Sporteinrichtungen
- Schaffen eines attraktiven und motivierenden Sportangebotes für die definierte Zielgruppe

**Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

- Umfassendes pädagogisches Grundwissen zur Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Lern- bzw. Trainingseinheiten
- Umfassende Kenntnisse von Lehr-, Lern- und Trainingsmethoden im Bereich des sportartspezifischen Breitensportprofils
- Ableiten von Individual- und Gruppentrainingsplänen unter Berücksichtigung der jeweiligen Besonderheiten
- Lehr- und Lernverständnis, das den Teilnehmenden genügend Zeit zur Informationsverarbeitung und Gelegenheit zur Eigeninitiative lässt

Die oben angeführten Lernziele werden in den einzelnen Trainer-B-Breitensport-Ausbildungen noch profilspezifisch ergänzt.

## 3.2.1 Trainer-B Breitensport „Karate-Lehrer/in“ (60 LE)

### 3.2.1.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-B Breitensport mit dem Profil „Karate-Lehrer/in“ umfasst die Vermittlung von Karate als Kampfkunst unter Berücksichtigung vertiefter geschichtlicher, philosophischer und pädagogischer Aspekte des Karate und anderer Kampfkünste.

### 3.2.1.2 Profilspezifische Ziele der Ausbildung

- Mit vertieftem philosophisch-geschichtlichen Hintergrundwissen Karate-Übungsangebote gestalten und begründen
- Inhalte des Karate-Do als Kampfkunst auf höherem Fertigkeiteniveau vermitteln
- Zielgruppengerechte Gestaltung von Karate-Breitensportinhalten für Kinder, Jugendliche, Mädchen/Frauen und Jukuren
- Grundprinzipien anderer Kampfkünste kennenlernen, analysieren und begründen.

### 3.2.1.3 Inhalte der Ausbildung

Die nachfolgenden Themenabschnitte I. bis II. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### I. Pädagogisch-psychologische und philosophische Aspekte: 20 LE

- 1.1 Geschichte des Karate (4 LE)
- 1.2 Religiös-philosophische Aspekte im Karate (5 LE)
- 1.3 Philosophie des Kämpfens (5 LE)
- 1.4 Pädagogik des Wettkampfes (2 LE)
- 1.5 Karate und Gesellschaft (4 LE)

#### II. Zielgruppenorientierung: 8 LE

- 2.1 Karate mit Kindern (3 LE)
- 2.2 Karate mit Jukuren (3 LE)
- 2.3 Karate mit Frauen und Mädchen (2 LE)

Die nachfolgenden Themenabschnitte III. bis V. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### III. Biologische Aspekte: 8 LE

- 3.1 Bewegungsapparat und Vitalpunkte (4 LE)
- 3.2 Energielinien, Massage und Shiatsu (2 LE)
- 3.3 Physiologie, Atmung und Atemtechniken (2 LE)

#### IV. Bewegungslernen und Entspannung: 4 LE

- 4.1 Entspannung durch Bewegung: Tai-Chi, Kata (1 LE)
- 4.2 Zazen, Autogenes Training, Muskelentspannung (2 LE)
- 4.3 Atembetontes Stretching (1 LE)

#### V. Sportpraktische Übungsinhalte: 20 LE

- 5.1 Kata-Bunkai (8 LE)
- 5.2 Selbstverteidigung (6 LE)
- 5.3 Andere Kampfkünste (Jiu-Jitsu, Aikido, Kobudo) (6 LE)

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden. Der Gesamtumfang der Trainer/innen-B-Ausbildung Breitensport mit dem Profil „Karate-Lehrer/in“ soll 80 LE (einschließlich Lizenzprüfung) nicht überschreiten.

### 3.2.1.4 Ausbildungsordnung

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen-B-Lizenzausbildung Breitensport mit dem Profil „Karate-Lehrer/in“ sind:

- Besitz einer gültigen Trainer/innen-C-Lizenz Breiten- oder Leistungssport
- Nachweis einer mindestens einjährigen Trainer/innen-C-Tätigkeit im Verein
- Vollendung des 20. Lebensjahres
- mindestens der 1. Dan-Grad
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein.

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 60 Lerneinheiten zuzüglich der Lizenzprüfung.



### 3.2.1.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der

- schriftlichen Vorbereitung eines Unterrichtsentwurfes
- praktischen Durchführung einer Lehrprobe
- ggf. ergänzenden mündlichen Prüfung

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von Karate-Seminaren mit philosophischen Aspekten, budosportlichem Hintergrundwissen und Karatepraxis.

Der schriftliche Unterrichtsentwurf ist für eine Übungseinheit von 60 bis 90 Minuten Dauer zu planen. Hieraus wählt die Prüfungskommission einen Ausschnitt von 20 bis 30 Minuten Dauer für die praktische Lehrprobe aus.

Die eventuelle mündliche Ergänzungsprüfung hat eine maximale Dauer von 20 Minuten.

Die einzelnen Prüfungsteile sollten jeweils im Anschluss an die entsprechenden Ausbildungsblöcke durchgeführt werden.

Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der durchführende DKV bzw. Landeskarateverband benennt. Ihr gehört mindestens der/die Leiter/in des Ausbildungsteams an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen.

Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Wird die Prüfung nicht bestanden, kann sie bis zu zweimal wiederholt werden. Wird die Prüfung versäumt, gilt sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

### 3.2.1.6 Lizenzierung

Zur Ausstellung der Trainer/innen-B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Karate-Lehrer/in“ des DKV durch den DKV bzw. den Landeskarateverband müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 22. Lebensjahres
- mindestens der 2. Dan-Grad

Die Trainer/innen-B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Karate-Lehrer/in“ ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes stilartübergreifend vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des vierten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.

## 3.2.2 Trainer/in - Breitensport „Selbstverteidigung“ (60 LE)

### 3.2.2.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-B Breitensport mit dem Profil „Selbstverteidigung“ umfasst die Vermittlung von Fähigkeiten, Verhaltensweisen, Strategien und Handlungskonzepten in (bzw. zur Vermeidung von) Selbstverteidigungssituationen.

### 3.2.2.2 Profilspezifische Ziele der Ausbildung

- Befähigung zur Planung, Durchführung und Vermittlung von Vereinsangeboten zur Selbstverteidigung
- Sensibilisierung für die psychologische und rechtliche Problematik der Selbst-verteidigung / Gewaltprävention
- Kenntnisse über Hilfs- und Beratungsstellen / rechtliche Fragen

### 3.2.2.3 Inhalte der Ausbildung

#### I. Organisatorische und rechtliche Aspekte: 4 LE

- 1.1 Ehrenkodex und Doping-Prävention (1 LE)
- 1.2 Konzeptionsmodelle im Bereich „Selbstverteidigung“ (1 LE)
- 1.3 Rechtliche Aspekte der Selbstverteidigung (2 LE)

#### II. Pädagogisch-psychologische Aspekte: 4 LE

- 2.1 Kennenlernen und vertraut werden (1 LE)
- 2.2 Psychologische Aspekte der Selbstverteidigung (3 LE)

#### III. Gewaltpräventive Aspekte: 4 LE

- 3.1 Begriffsbestimmung der Prävention (1 LE)
- 3.2 Gewaltprävention - verbale Kommunikation und Körpersprache (2 LE)
- 3.3 Beratungsstellen (1 LE)

#### IV. Methodisch-didaktische Aspekte 6 LE

- 4.1 Selbstverteidigung lernen und lehren (2 LE)
- 4.2 Methodische Fragen bei der Vermittlung (2 LE)
- 4.3 Gestaltung, Durchführung und Auswertung von Unterrichtseinheiten (2 LE)

#### V. Zielgruppenorientierung: 4 LE

- 5.1 Spezielle Angebote für Kinder und Jugendliche (1 LE)
- 5.2 Spezielle Angebote für Mädchen und Frauen (1 LE)
- 5.3 Spezielle Angebote für Jukuren (1 LE)
- 5.4 Spezielle Angebote für Menschen mit Behinderungen (1 LE)

#### VI. Sportpraktische Übungsinhalte: 38 LE

- 6.1 Angriffspunkte und Wirkung von Selbstverteidigungstechniken (2 LE)
- 6.2 Praxis der Selbstverteidigung (32 LE) [u.a. SV-Grundtechniken, Fallschule, Abwehren von Angriffen mit /ohne Waffen]
- 6.3 Selbstbehauptungsübungen, Rollenspiel, Präventionsbeispiele (4 LE)

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themen-bereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß abgewichen werden.

### 3.2.2.4 Ausbildungsordnung

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen - B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Selbstverteidigung“ sind grundsätzlich:

- Besitz einer gültigen Trainer/innen - C-Lizenz Breiten- oder Leistungssport
- Nachweis einer mindestens einjährigen Trainer/innen - C-Tätigkeit im Verein
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- mindestens der 3. Kyu-Grad
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein.

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 60 Lerneinheiten zuzüglich der Lizenzprüfung.

### 3.2.2.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus:

- einer schriftlichen Klausur über die relevanten Lehrgangsinhalte
- der praktischen Durchführung einer Lehrprobe

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von Karate-Vereinsangeboten zur Selbstverteidigung.

Die schriftliche Klausur soll eine Zeitstunde nicht überschreiten und praxisorientiertes Transferwissen fordern.

Die Themen der Lehrprobe werden vom SV-Ausbildungsteam des DKV vor Ort bestimmt und sollen spezifische Anforderungen von SV-Übungseinheiten betreffen.

Die Prüfung wird von Mitgliedern des SV-Ausbildungsteams des DKV durchgeführt.

Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Die Lizenzprüfung gilt als "bestanden", wenn alle Teile der Lizenzprüfung bestanden wurden. Sind einzelne Prüfungsteile nicht bestanden, können sie bis zu zweimal wiederholt werden. Werden Prüfungsteile versäumt, gelten sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

### **3.2.2.6 Lizenzierung**

Zur Ausstellung der Trainer/innen -B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Selbstverteidigung“ durch den DKV müssen folgende Voraussetzungen erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterricht
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- mindestens der 1. Kyu-Grad

Die Trainer/innen - B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Selbstverteidigung“ ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes stilart-übergreifend vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet am 31. Dezember des vierten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.

## **3.2.3 Trainer/in-B Breitensport „Karate-Gesundheitstraining“ (60 LE)**

siehe 5.1 und 5.2

## **3.2.4 Trainer/in-B Breitensport „Kinder und Jugendliche“ (60 LE)**

### **3.2.4.1 Handlungsfelder**

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-B Breitensport mit dem Profil „Kinder und Jugendliche“ umfasst die Gestaltung des breitensportlichen Karate-Übungsbetriebes mit Gruppen unterschiedlicher Leistungsfähigkeit unter Berücksichtigung altersspezifischer Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen.

### **3.2.4.2 Profilspezifische Ziele der Ausbildung**

- Inhalte des Karate-Do unter funktionell-anatomischen und entwicklungs-physiologischen Aspekten analysieren und begründen
- Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten bei der Gestaltung von kind- und jugendgerechten Karate-Breitensportangeboten vertiefen
- Besondere Karate-Breitensportangebote nach den Bedürfnissen der Zielgruppe Kinder und Jugendliche planen und anbieten.

### **3.2.4.3 Inhalte der Ausbildung**

Die nachfolgenden Themenabschnitte I. bis III. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### I. Entwicklung, Lebens- und Bewegungswelt von Kindern und Jugendlichen: 3 LE

- 1.1 Physische, kognitive, emotionale und soziale Entwicklungsprozesse in verschiedenen Altersabschnitten (2 LE)
- 1.2 Motivation, Interessen und Erwartungen von Kindern und Jugendlichen im Sportverein bzw. in der Sportart Karate (1 LE)

#### II. Methodisch-didaktische / pädagogisch-psychologische Aspekte: 18 LE

- 2.1 Vermittlung pädagogischer Werte durch Karate (2 LE)
- 2.2 Gruppenpädagogik / Führung von Kinder- und Jugendgruppen (4 LE)
- 2.3 Aufbau von Kinder- bzw. Jugendgruppen im Karate (2 LE)
- 2.4 Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Übungseinheiten für Kinder und Jugendliche im Karate (3 LE)
- 2.5 Konzeption und Inhalte des Sound-Karate (5 LE)
- 2.6 Besonderheiten bei Karate-Prüfungen von Kindern / Jugendlichen (2 LE)

#### III. Rechtliche Grundlagen: 2 LE

- 3.1 Aufsichtspflicht und Haftungsfragen, Rechts- und Versicherungsaspekte, Sicherheit, Jugendschutzgesetz, Suchtgefahren (2 LE)

Die nachfolgenden Themenabschnitte IV. bis VI. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### IV. Sportbiologie / Trainingslehre: 11 LE

- 4.1 Körperliche Entwicklung, Belastungs- u. Leistungsfähigkeit (2 LE)
- 4.2 Spielerisches Aufwärmen für Kinder / Jugendliche (2 LE)
- 4.3 Funktionelle Dehnung und Kräftigungsübungen für Kinder / Jugendliche (3 LE)
- 4.4 Grundlagen der Trainingslehre im Kinder- und Jugendbereich (4 LE)

#### V. Bewegungslernen: 3 LE

- 5.1 Stufen des motorischen Lernens und didaktisch-methodische Grundsätze beim Erlernen und Festigen von Bewegungsabläufen (3 LE)

#### VI. Sportpraktische Übungsinhalte: 23 LE

- 6.1 Altersgemäßes Training von allgemeinen konditionellen Fähigkeiten (3 LE)
- 6.2 Altersgemäßes Training von allgemeinen koordinativen Fähigkeiten (3 LE)
- 6.3 Kihon-Training mit Kindern / Jugendlichen (3 LE)
- 6.4 Kumite-Trainingsformen für Kinder / Jugendliche (3 LE)
- 6.5 Kata-Training / -Bunkai für Kinder / Jugendliche (3 LE)
- 6.6 Selbstverteidigung für Kinder / Jugendliche (3 LE)
- 6.7 Soundkarate-Trainingsformen (3 LE)

## 6.8 Karate-spezifische und allgemeine sportmotorische Tests / Talentsuche (2 LE)

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden. Der Gesamtumfang der Trainer/innen-B-Ausbildung Breitensport mit dem Profil „Kinder und Jugendliche“ soll 80 LE (einschließlich Lizenzprüfung) nicht überschreiten.

### 3.2.4.4 Ausbildungsordnung

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen-B-Lizenzausbildung Breitensport mit dem Profil „Kinder und Jugendliche“ sind:

- Besitz einer gültigen Trainer/innen-C-Lizenz Breiten- oder Leistungssport
- Nachweis einer mindestens einjährigen Trainer/innen-C-Tätigkeit im Verein
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- mindestens der 1. Kyu-Grad
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein.

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 60 Lerneinheiten zuzüglich der Lizenzprüfung.

### 3.2.4.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der:

- schriftlichen Klausur über die relevanten Lehrgangsinhalte
- schriftlichen Vorbereitung eines Unterrichtsentwurfes
- praktischen Durchführung einer Lehrprobe

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von altersspezifischen, breitensportorientierten Karate-Übungsangeboten für Kinder und Jugendliche.

Die schriftliche Klausur soll insgesamt zwei Zeitstunden nicht überschreiten und praxisorientiertes Transferwissen fordern. Die Lehrprobe ist für eine Übungseinheit von 60 bis 90 Minuten Dauer zu planen. Hieraus wählt die Prüfungskommission einen Ausschnitt von 20 bis 30 Minuten Dauer für die praktische Lehrprobe aus. Die einzelnen Prüfungsteile sollten jeweils im Anschluss an die entsprechenden Ausbildungsblöcke durchgeführt werden. Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der durchführende Landeskarateverband benennt. Ihr gehört mindestens der/die Leiter/in des Ausbildungsteams bzw. der/die zuständige Landeslehrwart/in an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen.

Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Die Lizenzprüfung gilt als "bestanden", wenn alle Teile der Lizenzprüfung bestanden wurden. Sind einzelne Prüfungsteile nicht bestanden, können sie bis zu zweimal wiederholt werden. Werden Prüfungsteile versäumt, gelten sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

### 3.2.4.6 Lizenzierung

Zur Ausstellung der Trainer/innen-B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Kinder und Jugendliche“ durch den DKV bzw. den Landeskarateverband müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- mindestens der 1.Dan-Grad

Die Trainer/innen-B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Kinder und Jugendliche“ ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes stilartübergreifend vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des vierten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.

## **3.2.5 Trainer/in-B Breitensport „Jukuren“ (Karateka ab dem mittleren Lebensalter) (60 LE)**

### **3.2.5.1 Handlungsfelder**

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-B Breitensport mit dem Profil „Jukuren“ umfasst die Gestaltung eines altersspezifischen breitensportlichen Karate-Übungsbetriebes mit Karateka ab dem mittleren Lebensalter mit unterschiedlicher bzw. eingeschränkter Leistungsfähigkeit unter Berücksichtigung gesundheitsorientierter Aspekte.

### **3.2.5.2 Profilspezifische Ziele der Ausbildung**

- Inhalte des Karate-Do unter funktionell-anatomischen sowie altersphysiologischen Aspekten analysieren und begründen
- Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten bei der Gestaltung von gesundheitsorientierten Karate-Breitensportangeboten für Jukuren vertiefen
- Besondere Karate-Gesundheitsportangebote nach den spezifischen Bedürfnissen der Zielgruppe Jukuren planen und anbieten.

### **3.2.5.3 Inhalte der Ausbildung**

Der nachfolgende Themenabschnitt I. ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen vereins- und verbandsbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### I. Demographische Situation: 4 LE

- 1.1 Altersstruktur- und Entwicklung in der Gesellschaft sowie die karatespezifische (Angebots-) Situation in Vereinen und Verbänden (2 LE)
- 1.2 Karate - ein Sport für Späteinsteiger/innen!? (2 LE)

Der nachfolgende Themenabschnitt II ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### II. Methodisch-didaktische / pädagogisch-psychologische Aspekte: 15 LE

- 2.1 Motivation zu breiten- und gesundheitssportlicher Aktivität (3 LE)
- 2.2 Aufbau und Leitung von Jukuren-Gruppen (2 LE)
- 2.3 Didaktisch-methodische Überlegungen zur Vermittlung /Gestaltung von Karate-Übungseinheiten für Jukuren (3 LE)
- 2.4 Karatespezifische Angebote für Jukuren planen (Gruppenarbeit) (5 LE)
- 2.5 Besonderheiten bei Karate-Prüfungen für Jukuren (2 LE)

Die nachfolgenden Themenabschnitte III. bis IV. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### III. Sportbiologie: 7 LE

- 3.1 Funktionelle Anatomie (2 LE)
- 3.2 Physiologische Alterungsvorgänge (3 LE)
- 3.3 Konsequenzen für die Trainingsgestaltung (2 LE)

#### IV. Sportpraktische Übungsinhalte: 34 LE

- 4.1 Funktionelles Aufwärmen und Dehnen (4 LE)
- 4.2 Kihon für Jukuren (4 LE)
- 4.3 Kumite-Formen für Jukuren (4 LE)
- 4.4 Kata / Kata-Bunkai für Jukuren (4 LE)
- 4.5 Selbstverteidigung für Jukuren (4 LE)
- 4.6 Gesundheitsorientierte Bewegungsformen (Tai-Chi / Qi Gong) (4 LE)
- 4.7 Meditation, Körperwahrnehmungs- und Entspannungsübungen (4 LE)
- 4.8 Shiatsu (2 LE)
- 4.9 Kinesiologie (2 LE)

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden. Der Gesamtumfang der Trainer/innen-B-Ausbildung Breitensport mit dem Profil „Jukuren“ soll 80 LE (einschließlich Lizenzprüfung) nicht überschreiten.

### **3.2.5.4 Ausbildungsordnung**

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen-B-Lizenzausbildung Breitensport mit dem Profil „Jukuren“ sind:

- Besitz einer gültigen Trainer/innen-C-Lizenz Breiten- oder Leistungssport
- Nachweis einer mindestens einjährigen Trainer/innen-C-Tätigkeit im Verein
- Vollendung des 30. Lebensjahres

- mindestens der 1. Kyu-Grad
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein.

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 60 Lerneinheiten zuzüglich der Lizenzprüfung.

### **3.2.5.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung**

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der:

- schriftlichen Klausur über die relevanten Lehrgangsinhalte
- schriftlichen Vorbereitung eines Unterrichtsentwurfes
- praktischen Durchführung einer Lehrprobe

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von altersspezifischen, gesundheitssportorientierten Karate-Übungsangeboten für Jukuren.

Die schriftliche Klausur soll insgesamt zwei Zeitstunden nicht überschreiten und praxisorientiertes Transferwissen fordern. Die Lehrprobe ist für eine Übungseinheit von 60 bis 90 Minuten Dauer zu planen. Hieraus wählt die Prüfungskommission einen Ausschnitt von 20 bis 30 Minuten Dauer für die praktische Lehrprobe aus. Die einzelnen Prüfungsteile sollten jeweils im Anschluss an die entsprechenden Ausbildungsblöcke durchgeführt werden. Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der durchführende Landeskarateverband benennt. Ihr gehört mindestens der/die Leiter/in des Ausbildungsteams bzw. der/die zuständige Landeslehrwart/in an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen.

Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Die Lizenzprüfung gilt als "bestanden", wenn alle Teile der Lizenzprüfung bestanden wurden. Sind einzelne Prüfungsteile nicht bestanden, können sie bis zu zweimal wiederholt werden. Werden Prüfungsteile versäumt, gelten sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

### **3.2.5.6 Lizenzierung**

Zur Ausstellung der Trainer/innen-B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Jukuren“ durch den DKV bzw. den Landeskarateverband müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 30. Lebensjahres
- mindestens der 1.Dan-Grad

Die Trainer/innen-B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Jukuren“ ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes stilartübergreifend vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des vierten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.

## 3.2.6 Trainer/in-B Breitensport „Gewaltprävention“ (60 LE)

### 3.2.6.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-B Breitensport mit dem Profil „Gewaltprävention“ umfasst die Vermittlung von Verhaltensweisen, Strategien und Handlungskompetenz zur präventiven Lösung von Selbstverteidigungssituationen in der Vorkampfphase.

### 3.2.6.2 Profilspezifische Ziele der Ausbildung

- Befähigung zur Entwicklung, Planung, Durchführung und Vermittlung von Angeboten mit gewaltpräventivem Inhalt (Synonym: Selbstbehauptung)
- Sensibilisierung für die kriminologischen, psychologischen und rechtlichen Aspekte der Gewaltprävention
- Kenntnisse über Hilfs- und Beratungsstellen

### 3.2.6.3 Inhalte der Ausbildung

Der nachfolgende Themenabschnitt I. ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen vereins- und verbandsbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### I. Organisatorische und rechtliche Aspekte: 7 LE

##### 1.1 Konzeptionelle Voraussetzungen

- Ehrenkodex und Doping-Prävention (1 LE)
- Unterschiede Selbstverteidigung vs. Selbstbehauptung (1 LE)
- Methodenkompetenz entwickeln (1 LE)
- Interaktives Training; was, wann, wer, Vor-/ Nachteile, Risiken (2 LE)

##### 1.2 Rechtliche Fragen: Notwehr, Nothilfe, Notstand, unterlassene Hilfeleistung und Schadensersatz (2 LE)

#### II. Pädagogisch-psychologische Aspekte: 6 LE

##### 2.1 Kennenlernen und Vertraut werden. Methoden zur Steuerung gruppendynamische Prozesse (2 LE)

##### 2.2 Psychologische Aspekte der Vorkampfphase (2 LE)

##### 2.3 Empathietraining (2 LE)

#### III. Kriminologische/Gewaltpräventive Aspekte: 10 LE

##### 3.1 Begriffsbestimmung „Gewalt“ und der Vorstufen (1 LE)

##### 3.2 Bedeutung verbaler, nonverbaler und paraverbaler Kommunikation in der Gewaltprävention (8 LE)

##### 3.3 Beratungsstellen, Gewaltschutzgesetz (1 LE)

#### IV. Methodisch-didaktische Aspekte / Bewegungslehren und -lernen: 6 LE

##### 4.1 Selbstbehauptung lernen und lehren (3 LE)

##### 4.2 Methodische Fragen bei der Vermittlung (1 LE)

##### 4.3 Gestaltung, Durchführung und Auswertung von Unterrichtseinheiten (2 LE)

#### V. Zielgruppenorientierung: 20 LE

##### 5.1 Spezielle Angebote für Kinder und Jugendliche, für Mädchen und für Senioren, etc.

#### VI. Sportpraktische Übungsinhalte: 12 LE

##### 6.1 Selbstbehauptungsübungen, Rollenspiel, Präventionsbeispiele (12 LE)

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden. Der Gesamtumfang der Trainer/innen - B - Ausbildung Breitensport mit dem Profil „Gewaltprävention“ soll 80 LE (einschließlich Lizenzprüfung) nicht überschreiten.

### 3.2.6.4 Ausbildungsordnung

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen - B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Gewaltprävention“ sind:

- Besitz einer gültigen Trainer/innen - C-Lizenz Breiten- oder Leistungssport
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein
- mindestens der 3. Kyu
- Vorlage eines erweiterten Führungszeugnisses (alle 4 Jahre; mit der Lizenzverlängerung)

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 60 Lerneinheiten zuzüglich der Lizenzprüfung.

### 3.2.6.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden



- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der

- schriftlichen Klausur oder Hausarbeit über die relevanten Lehrgangsinhalte
- praktischen Durchführung einer Lehrprobe

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von DKV Karate-Vereinsangeboten zur Gewaltprävention.

Die schriftliche Klausur soll insgesamt zwei Zeitstunden nicht überschreiten und praxisorientiertes Transferwissen fordern. Die Lehrprobe ist für eine Übungseinheit von 60 bis 90 Minuten Dauer zu planen. Hieraus wählt die Prüfungskommission einen Ausschnitt von 20 bis 30 Minuten Dauer für die praktische Lehrprobe aus. Die einzelnen Prüfungsteile sollten jeweils im Anschluss an die entsprechenden Ausbildungsblöcke durchgeführt werden. Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der DKV benennt. Ihr gehört mindestens ein Mitglied des Ausbildungsteams an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen. Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Die Lizenzprüfung gilt als "bestanden", wenn alle Teile der Lizenzprüfung bestanden wurden. Sind einzelne Prüfungsteile nicht bestanden, können sie bis zu zweimal wiederholt werden. Werden Prüfungsteile versäumt, gelten sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

### **3.2.6.6 Lizenzierung**

Zur Ausstellung der Trainer/innen -B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Gewaltprävention“ durch den DKV müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- mindestens der 1.Kyu

Die Trainer/innen - B-Lizenz Breitensport mit dem Profil „Gewaltprävention“ ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes stilartübergreifend vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des vierten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.

## 3.3 A-Trainer Breitensport (90 LE)

### 3.3.1 Handlungsfelder

Die/der Trainer/in-A Breitensport ist die höchste Ausbildungsstufe im Deutschen Karate Verband. Sie baut auf der Ausbildung zum Karate Trainer B des DKV auf. Die Tätigkeit des/der Trainer/in-A Breitensport umfasst die Vermittlung von Karate als Kampfsportart unter Berücksichtigung der Optimierung der Sportart an sich. Dazu gehören Breitensport-, Selbstverteidigungs-, Fitness- und Gesundheitsprogramme, altersgerechtes Karate (Kinder – Senioren), Karate für Menschen mit Behinderungen sowie die Leitung und organisatorische Umsetzung von karatespezifischen Aufgaben im Verein, Verband, in Kursen und Großveranstaltungen. Die/der Trainer/in-A Breitensport berücksichtigt dabei für seine Aufgabengebiete relevante wissenschaftliche Erkenntnisse und unterstützt die Personalgewinnung und -entwicklung für die Strukturen der Landesverbände und des Fachverbandes. Er verfolgt die gesellschaftlichen Entwicklungen und reagiert auf aktuelle Trends.

Das Spektrum möglicher Profile und Schwerpunkte dieser Lizenzstufe für die Spitzenverbände und den Dachverband ist sehr vielfältig. Die Absolventen sollen sich systematisch mit der Weiterentwicklung der Sportart und der Aus- und Fortbildung der Trainer/innen beschäftigen. Um im Hinblick auf künftige Erfordernisse und gesellschaftliche Entwicklungen Flexibilität zu gewährleisten, wird in den Rahmenrichtlinien auf eine detaillierte und festlegende Beschreibung möglicher Profile und Schwerpunktsetzungen verzichtet. Wesentlich für die Konzeptionen der Fachverbände ist, dass sie ein Qualifizierungserfordernis definieren, für das mindestens 90 Lerneinheiten (LE) erforderlich sind.

### 3.3.2 Ausbildungsträger und Zuständigkeiten

Die Ausbildung erfolgt auf Bundesebene unter Aufsicht des DKV und der Leitung des/der Bundeslehrworts/in oder eines erfahrenen Fachlehrers. Der Lehrgang kann als Kompaktkurs und/oder an mehreren Wochenenden (Module) durchgeführt werden.

### 3.3.3 Ziele der Ausbildung

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**

##### **Karate A-Trainer:**

- kennen die Wirkung psychosozialer Faktoren bei der Persönlichkeitsentwicklung verschiedener Zielgruppen und handeln entsprechend, Ausbau und Entwicklung einer Motivation der Sportler/innen für eine langfristige Sportkarriere,
- können auf der Basis erweiterter psychologischer Grundkenntnisse Bedingungen schaffen, um bei der jeweiligen Zielgruppe Motivation zum langfristigen Sporttreiben zu entwickeln und auszubauen,
- haben Kenntnisse über die Wechselwirkungen von Sportmanagement und Sportsponsoring und von Sozialfaktoren (Elternhaus, Schule/ Ausbildung/ Beruf, Sozialstatus, Verein), sowie deren persönlichkeitsfördernde Beeinflussung,
- kennen die Wirkung und Bedeutung der Sportart für die Gesundheit (z.B. das karatespezifische Konzept „Budomotion“), können Programme für vielfältige Zielgruppen entwickeln und beachten mögliche Risikofaktoren,
- kennen und berücksichtigen sozial- und entwicklungspsychologische sowie pädagogische Besonderheiten während des Übergangs vom Jugend- in das Erwachsenenalter,
- sorgen sich um das Bewusstmachen der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen,
- können mit anderen Trainern, Funktionsträgern in Verbänden und weiteren Spezialisten kooperieren und diese effektiv einbinden,
- unterstützen die Lehrtätigkeit in der Aus- und Fortbildung von Trainer/innen innerhalb des Deutschen Karate Verbandes,
- beachten die bildungspolitischen Zielsetzungen des DOSB.

### 3.3.4 Fachkompetenz

##### **Karate A-Trainer:**

- haben Struktur, Funktion und Bedeutung des Karate als Breitensport verinnerlicht,
- sind in der Lage, den Aufbau und die Organisation von Breitensportgruppen, Breitensportkursen und Breitensportveranstaltungen zu planen, zu realisieren und auszuwerten,
- kennen alle wesentlichen Übungs-, Lehr- und Trainingsinhalte, Lehrvermittlungs- und Lernmethoden im Karate und aktuelle Trends,
- können die methodisch-didaktische Vermittlung von Karatetechniken in Handlungssituationen unter Einbeziehung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten und allgemeiner und sportartspezifischer Bewegungsfertigkeiten für bestimmte breitensportliche Zielgruppen durchführen,
- führen vertiefende, zielgruppenorientierte, kurz-, mittel- und langfristige Planungen und Auswertungen von Unterricht unter Freizeit und breitensportlichen Gesichtspunkten durch,
- haben ein Lehr- und Lernverständnis, das Kurs- und Lehrgangsteilnehmern bzw. Organisationsteams genügend Raum zur Eigeninitiative und Selbstreflexion lässt,

- kennen praktikable Formen und Methoden der Diagnostik von Fitness, Gesundheit und Leistung und können sie in verschiedenartigster Form und in Kooperation mit Partnern tangierender Einrichtungen einsetzen,
- kennen sich aus mit Fehleranalysen und Fehlerkorrektur,
- besitzen umfassende Kenntnisse über Karate-Technik, Prüfungskriterien, Sportabzeichen, Fitnessstests und dergleichen,
- schaffen für die definierte Zielgruppe ein attraktives und motivierendes Sportangebot,
- kennen Programme finanzieller Förderung von Gesundheits-, Fitness- und Sportprogrammen auch mit Schulen durch Bund, Länder, Kommunen, Krankenkassen und anderen Einrichtungen und können sie für seinen Verantwortungsbereich erschließen,
- können theoretisch-methodische Beiträge zu den Gesundheits- und Freizeitsportkonzepten seines Spitzenverbandes und dessen Untergliederungen leisten,
- können ihr Wissen und Können im Rahmen der Aus- und Fortbildung sowie Vereinsberatung der Verbandsbasis zur Verfügung stellen.

### 3.3.5 Profilspezifische Ziele der Ausbildung

- Organisation von Karate Breitensportevents und -veranstaltungen
- Vertiefung des methodischen Wissens
- Ausbildungsfähigkeit für die Breitensportausbildungen erlangen
- Methoden- und Sozialkompetenz stärken

### 3.3.6 Inhalte der Ausbildung

Die nachfolgenden Themenabschnitte I. bis II. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.4.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### I. Pädagogisch-psychologische und philosophische Aspekte:

- 1.1 Geschichte des Karate
- 1.2 Geschichte von Budosportarten
- 1.3 Pädagogik des Wettkampfes
- 1.4 Karate im Kontext von Selbstbehauptung
- 1.5 Sportpsychologie

#### II . Zielgruppenorientierung:

- 2.1 Verbandsstrukturen, DOSB
- 2.2 Organisation von Karate Veranstaltungen
- 2.3 Marketing, Management,
- 2.4 Einfluss des Alters (Kinder[Soundkarate], Senioren [Jukuren]) auf Trainingsbedingungen und -möglichkeiten
- 2.5 Wissenschaftliches Arbeiten

#### III . Biologische Aspekte:

- 3.1 Bewegungsapparat und Vitalpunkte
- 3.2 Entspannungstechniken
- 3.3 Physiotherapie
- 3.4 Karate und Gesundheit (z.B. Krankenkassenkurse)

#### IV. Bewegungslernen:

- 4.1 Bewegungskorrekturen
- 4.2 Biomechanik des Karate)

#### V. Sportpraktische Übungsinhalte:

- 5.1 Selbstverteidigung + Gewaltprävention)
- 5.2 Kata + Bunkai

Der Gesamtumfang der Trainer/innen-A-Ausbildung Breitensport soll mindestens 90 LE sein und 120 LE (einschließlich Lizenzprüfung) nicht überschreiten.

### 3.3.7 Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen-A-Lizenzausbildung

#### Breitensport:

- Besitz einer gültigen Trainer/innen-B-Lizenz Breitensport
- Nachweis einer mindestens einjährigen Trainer/innen-B-Tätigkeit im Verein oder Verband
- Vollendung des 20. Lebensjahres
- 1. Dan Karate als technische Mindestqualifikation schriftliche Befürwortung des Vereins und Landesverbandes. Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 90 Lerneinheiten exklusive der Lizenzprüfung.

### 3.3.8 Lernerfolgskontrolle

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme, des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der:

- aktive Mitarbeit während der gesamten Ausbildung
- Darstellung von Gruppenarbeitsergebnissen in Theorie und Praxis
- Lehrproben zum Nachweis der Lehrbefähigung
- schriftlichen Klausur über die relevanten Lehrgangsinhalte
- Hausarbeit über ein relevantes Karatethema
- mündlichen Prüfung

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von Breitensportorientierten Karate-Trainingsangeboten.

Die schriftliche Klausur soll insgesamt zwei Zeitstunden nicht überschreiten. Der schriftliche Unterrichtsentwurf ist für eine Übungseinheit von 60 bis 90 Minuten Dauer zu planen. Hieraus wählt die Prüfungskommission einen Ausschnitt von 20 bis 30 Minuten Dauer für die praktische Lehrprobe aus.

Die Lizenzprüfung besteht aus der Erstellung einer konzeptionellen Arbeit über Karate nach Wahl des Prüfers in Zusammenarbeit mit dem Prüfling (gegebenenfalls mit Präsentation der Ergebnisse) und einer mündlichen Prüfung. Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf alle bis dahin absolvierten Lerninhalte.

Die Lernerfolgskontrolle wird vom/von dem/der Bundeslehrwart/in durchgeführt. Idealerweise sitzen ein bis zwei Person des Lehrteams der Prüfung bei. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen.

Die Prüfung wird mit „bestanden“ oder „nicht bestanden“ gewertet. Wird die Prüfung nicht bestanden, kann sie bis zu zweimal wiederholt werden. Wird die Prüfung versäumt, gilt sie als „nicht bestanden“, wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/ in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

### **3.3.9 Wiederholung der Ausbildung**

Bei nicht erfolgreicher Teilnahme kann der Erfolg der Ausbildung nach erneutem Besuch von mindestens 45 LE festgestellt werden. Bleibt auch hiernach die Ausbildung ohne Erfolg, ist eine Wiederholung der gesamten Ausbildung notwendig.

### **3.3.10 Hospitation**

Um die Ausbildung mit der Trainings- und Verbandsrealität zu verbinden, ist zur Erlangung der Trainer/innen-A-Lizenz Breitensport eine Hospitation von mindestens 10 LE (= 4-5h) angesetzt.

Über die hospitierten Trainingseinheiten erstellt der/die Kandidat/in einen Bericht, der von dem/der Veranstalter abzuzeichnen ist und dem/der Bundeslehrwart/in vorgelegt wird. Zur Hospitation eignen sich Krankenkassenkurse, DOSB + LSB Veranstaltungen, Karatesportevents, Kreis-, Landes- oder Deutsche Meisterschaften, Karatedemos, Verbandstage der Länder und des Bundes sowie nach Absprache mit dem Bundeslehrwart auch andere Veranstaltungen. Nicht geeignet sind Events die lediglich auf Vereinsebene stattfinden.

### **3.3.11 Lizenzierung**

Zur Ausstellung der Trainer/innen-A-Lizenz Breitensport müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der Lernerfolgskontrollen
- Vollendung des 22. Lebensjahres
- mindestens der 2. Dan-Grad

Die Trainer/innen-A-Lizenz Breitensport ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate Verbandes zwei Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des zweiten Jahres.

### **3.3.12 Anerkennung**

Ausbildungsteile können ganz oder auch teilweise durch sportwissenschaftliche Einrichtungen (Universitäten, Trainerakademie, etc.) angeboten und anerkannt werden. Dies bedarf aber der vorherigen Prüfung durch den/die Bundeslehrwart/in. Grundsätzlich wird eine größtmögliche Verknüpfung der Theorie- und Praxis-Inhalte angestrebt. Beispielsweise können die Lehrinhalte zum Erreichen des/der Trainer/innen-A-Lizenz Breitensport auch durch die Deutsche Dan Akademie vermittelt werden. Der Abschluss Karate Lehrer II ist in Umfang und Inhalt den Erfordernissen eines/einer Trainer/innen-A-Lizenz Breitensport gleich zu setzen.

### **3.4 A-Trainer Breitensport SV/PG (90 LE)**

## 4. Qualifizierungen für den sportartspezifischen Leistungssport

### 4.1 Trainer/in-C Leistungssport (120 LE)

#### 4.1.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-C (Karate) Leistungssport umfasst die Hinführung zur leistungs- und wettkampforientierten Betätigung in den Disziplinen Kata und Kumite sowie die Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des wettkampforientierten Karate-Grundlagentrainings in den Vereinen des Deutschen Karate-Verbandes.

Grundlage hierfür ist die „DKV-Rahmentrainingskonzeption für Kinder und Jugendliche im Leistungssport“.

Weiterer Schwerpunkt ist die Talentsichtung, -förderung und -bindung auf Vereins-ebene.

#### 4.1.2 Ziele der Ausbildung

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:**

- Führen von Gruppen sowie steuern von gruppenspezifischen Prozessen
- Kennen und berücksichtigen entwicklungsangemessener Besonderheiten speziell bei Kindern und Jugendlichen
- Kennen und berücksichtigen geschlechtsspezifischer Bewegungs- und Sportinteressen
- Bewusstmachen der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen
- Kennen und beachten des DOSB-Ehrenkodex für Trainer/innen

##### **Fachkompetenz:**

- Kenntnisse der Struktur, Funktion und Bedeutung des Karate als Leistungssport und deren Umsetzung im Prozess der Talenterkennung und -förderung auf Vereinsebene
- Umsetzung der „DKV-Rahmentrainingskonzeption für Kinder und Jugendliche im Leistungssport“ für das Grundlagentraining
- Organisieren eines leistungsorientierten Trainings und von sportartspezifischen Wettkämpfen sowie anleiten, vorbereiten und betreuen der Sportler innerhalb ihrer Trainingsgruppen
- Kenntnisse der Karate-Grundtechniken und deren wettkampfmäßige Anwendung
- Kenntnisse der konditionellen und koordinativen Voraussetzungen für die jeweilige Disziplin und deren spezifische Berücksichtigung in der Trainingsgestaltung
- Grundkenntnisse über aktuelle Wettkampf-Regeln und -Ausrüstung
- Realisieren eines attraktiven und motivierenden Trainingsangebotes für die definierte Zielgruppe

##### **Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

- Pädagogisches Grundwissen von Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Trainingseinheiten
- Grundkenntnisse von Lehr-, Lern- und Trainingsmethoden im Grundlagentraining
- Lehr- und Lernverständnis, das den Teilnehmenden genügend Zeit zur Informationsverarbeitung und Gelegenheit zur Eigeninitiative lässt
- Beherrschen der Grundprinzipien für zielorientiertes und systematisches Lernen im Sport

#### 4.1.3 Inhalte der Ausbildung

Der nachfolgende Themenabschnitt I. ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen vereins- und verbandsbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V. 5.1 der DOSB-RRRL) zuzuordnen:

##### I. Sportpolitik / Organisation: 13 LE

- 1.1 Struktur der Lizenzausbildung im DOSB / DKV (2 LE) \*
- 1.2 Struktur und Aufgaben der Sportorganisationen (2 LE) \*
- 1.3 Sport und Umwelt (2 LE) \*
- 1.4 Rechtsfragen I: Vereinsrecht, Aufsichts-/Haftpflicht (3 LE) \*
- 1.5 Rechtsfragen II: Notwehrrecht (2 LE)
- 1.6 Antidopingrichtlinien / DOSB-Ehrenkodex für Trainer/innen (2 LE)

Der nachfolgende Themenabschnitt II ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.5.1 der DOSB-RRRL) zuzuordnen:

##### II. Sportpädagogik / Sportpsychologie: 28 LE

- 2.1 Ethische Ansprüche im Karate (2 LE) \*
- 2.2 Gruppenpädagogik und Führungsstile (4 LE) \*
- 2.3 Allgemeine und karatespezifische Vermittlungsmethodik (8 LE) \*
- 2.4 Lehren und Lernen im Karate (8 LE) \*
- 2.5 Entwicklungspsychologische Grundlagen (6 LE) \*

Die nachfolgenden Themenabschnitte III. bis VI. sind – mit Ausnahme des Themas 6.4 - dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sport-praxis-bezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.5.1 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

### III. Sportbiologie: 18 LE

- 3.1 Anatomische Grundlagen (3 LE) \*
- 3.2 Physiologische Grundlagen (3 LE) \*
- 3.3 Anpassungsvorgänge des Organismus (2 LE) \*
- 3.4 Sportverletzungen und Sportschäden (3 LE) \*
- 3.5 Körperliche Entwicklung, Belastungs- u. Leistungsfähigkeit (2 LE) \*
- 3.6 Aufwärmtraining (2 LE) \*
- 3.7 Funktionelle Dehnung und Kräftigung (3 LE) \*

### IV. Allgemeine Trainingslehre: 14 LE

- 4.1 Trainingsprinzipien (4 LE) \*
- 4.2 Konditionelle und koordinative Fähigkeiten am Beispiel ausgewählter Praxisinhalte (10 LE) \*

### V. Spezifika des Karate-Do: 17 LE

- 5.1 Geschichte und Philosophie des Karate (3 LE)
- 5.2 Kriterien des Karate (4 LE)
- 5.3 Spektrum der Karate-Grundtechniken (6 LE)
- 5.4 Spezifika verschiedener Stilrichtungen (4 LE)

### VI. Wettkampfsport im Karate: 30 LE

- 6.1 Wettkampfglement des DKV (6 LE)
- 6.2 Kata im Grundlagentraining (6 LE)
- 6.3 Kumite im Grundlagentraining (6 LE)
- 6.4 Wettkampf-Karate mit Kindern und Jugendlichen (6 LE)
- 6.5 Trainingsplanung im Leistungssport (6 LE)

Das vorgenannte Thema 6.4 ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich zuzuordnen.

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden. Der Gesamtumfang der Trainer/innen-C-Ausbildung Leistungssport soll 150 LE (einschließlich Lizenzprüfung) nicht überschreiten.

Die mit einem Sternchen gekennzeichneten Themen können auch ganz oder teilweise im Rahmen überfachlicher Lehrgangsteile (z.B. sportart- und zielgruppenübergreifende Basisqualifizierung) durch die Landessportbünde angeboten werden.

Grundsätzlich wird eine größtmögliche Verknüpfung der Theorie- und Praxis-Inhalte angestrebt

## **4.1.4 Ausbildungsordnung**

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen-C-Lizenzausbildung Leistungssport sind:

- Vollendung des 16. Lebensjahres,
- mindestens der 4. Kyu-Grad,
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein.

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 120 Lerneinheiten zuzüglich der Lizenzprüfung. Überfachliche Inhalte können nach Absprache mit bzw. von den jeweiligen Landessportbünden angeboten werden.

Ausgewählte Inhaltsteile der Trainer/innen-C-Ausbildung können im Umfang von 30 bis 40 LE als Trainerassistent/innen-Lehrgang durchgeführt und für eine spätere Lizenzausbildung auf der ersten Stufe innerhalb von zwei Jahren anerkannt werden.

Inhaber/innen einer gültigen Trainer/innen-C/-B-Lizenz Breitensport können zur Trainer/innen-C-Lizenzprüfung Leistungssport nach Absolvierung einer 30 LE um-fassenden Sonderausbildung zugelassen werden.

## **4.1.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung**

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der

- schriftlichen Klausur über die relevanten Lehrgangsinhalte

- schriftlichen Vorbereitung eines Unterrichtsentwurfes
- praktischer Durchführung einer Lehrprobe.

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von wettkampforientierten Karate-Trainingsangeboten.

Die schriftliche Klausur soll insgesamt zwei Zeitstunden nicht überschreiten und praxis-orientiertes Transferwissen fordern. Der schriftliche Unterrichtsentwurf ist für eine Übungseinheit von 60 bis 90 Minuten Dauer zu planen. Hieraus wählt die Prüfungskommission einen Ausschnitt von 20 bis 30 Minuten Dauer für die praktische Lehrprobe aus.

Die einzelnen Prüfungsteile sollten jeweils im Anschluss an die entsprechenden Ausbildungsblöcke durchgeführt werden.

Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der durchführende Landeskarateverband benennt. Ihr gehört mindestens der/die zuständige Landeslehrwart/in an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen. Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Die Lizenzprüfung gilt als "bestanden", wenn alle Teile der Lizenzprüfung bestanden wurden. Sind einzelne Prüfungsteile nicht bestanden, können sie bis zu zweimal wiederholt werden. Werden Prüfungsteile versäumt, gelten sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

#### **4.1.6 Lizenzierung**

Zur Ausstellung der Trainer/innen-C-Lizenz Leistungssport des DKV durch den Landeskarateverband müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Nachweis eines 16-stündigen Erste-Hilfe-Lehrganges (nicht älter als zwei Jahre)
- mindestens der 3. Kyu-Grad

Die Trainer/innen-C-Lizenz Leistungssport ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes stilartübergreifend vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des vierten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.



## 4.2 Trainer/in-B Leistungssport (60 LE)

### 4.2.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-B (Karate) Leistungssport umfasst die Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des systematischen Karate-Leistungstrainings in den Vereinen und Landesverbänden des Deutschen Karate-Verbandes. Sie beinhaltet die Weiterführung der leistungsorientierten Grundausbildung ins Aufbautraining bis hin zum Anschlusstraining im Wettkampf-Karate.

Weiterer Schwerpunkt ist die disziplinspezifische Talentsichtung, -auswahl und -förderung auf Vereins- und Landesverbandsebene.

Verbindliche Grundlagen hierfür sind die „DKV-Rahmentrainingskonzeption für Kinder und Jugendliche im Leistungssport“ sowie konzeptionelle Vorgaben des entsprechenden Landesverbandes.

### 4.2.2 Ziele der Ausbildung

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:**

- Aufbau und Entwicklung einer Motivation der Sportler/innen für eine langfristige Sportkarriere
- Kenntnisse über die Wechselwirkungen von Sozialfaktoren (Elternhaus, Schule/ Ausbildung/ Beruf, Sozialstatus, Verein ...) und sportlichem Engagement sowie deren persönlichkeitsfördernde Beeinflussung
- Kenntnisse über die Bedeutung des Karate für die Gesundheit sowie die Risikofaktoren im sportartspezifischen Leistungssport und deren Entgegenwirken in der Sportpraxis
- Kennen und berücksichtigen entwicklungsgemäßer und geschlechtsspezifischer Besonderheiten spezieller Leistungsgruppen
- Bewusstmachen der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen
- Kennen und beachten des DOSB-Ehrenkodex für Trainer/innen
- Selbstständige Planung und Organisation der eigenen Aus-, Fort- und Weiterbildung

#### **Fachkompetenz:**

- Umfassende Kenntnisse der Struktur, Funktion und Bedeutung des Karate als Leistungssport und deren Umsetzung im Prozess der Talentförderung im Nachwuchs- bzw. Perspektivkaderbereich
- Umsetzung der „DKV-Rahmentrainingskonzeption für Kinder und Jugendliche im Leistungssport“ für das Aufbautraining bis hin zum Anschlusstraining
- Organisieren und auswerten eines leistungsorientierten Trainings und von sportartspezifischen Wettkämpfen sowie anleiten, vorbereiten und betreuen der Sportler/innen
- Vertieftes Wissen über das Grundlagentraining sowie das technische Leitbild durch Erfahrungen aus der Praxis
- Vertiefte Kenntnisse der Psychologie und Trainingslehre
- Umfassende Kenntnisse über aktuelle Wettkampfregele und -ausrüstung sowie über regionale und nationale Leistungssporteinrichtungen
- Kenntnisse über die Möglichkeiten nachwuchsspezifischer Fördersysteme und deren Nutzbarmachung für seine Sportler/innen
- Realisieren eines attraktiven und motivierenden Trainingsangebotes für die definierte Zielgruppe

#### **Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

- Umfassendes pädagogisches Grundwissen zur Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Lern- bzw. Trainingseinheiten
- Umfassende Kenntnisse von Lehr-, Lern- und Trainingsmethoden im Bereich des Grundlagen-, Aufbau- und Anschlusstrainings
- Ableiten von Individual- und Gruppentrainingsplänen aus den Rahmentrainingsplänen des DKV bzw. der Landesverbände
- Lehr- und Lernverständnis, das den Teilnehmenden genügend Zeit zur Informationsverarbeitung und Gelegenheit zur Eigeninitiative lässt

### 4.2.3 Inhalte der Ausbildung

Der nachfolgende Themenabschnitt I. ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen vereins- und verbandsbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.5.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### I. Sportpolitik / Organisation: 2 LE

1.1 Leistungssportförderung auf Landesebene (2 LE)

Der nachfolgende Themenabschnitt II ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.5.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### II. Sportpädagogik / Sportpsychologie: 12 LE

2.1 Rolle und Funktion des/der Trainer/in (2 LE)

- 2.2 Maßnahmen zur Regulation psychischer Beanspruchung (4 LE)
- 2.3 Entspannungsverfahren im Wettkampf-Karate (4 LE)
- 2.4 Pädagogische und psychologische Betreuung im Kinder-/Jugendtraining (2 LE)

Die nachfolgenden Themenabschnitte III. bis V. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.5.2 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

### III. Sportbiologie: 14 LE

- 3.1 Sportmedizinische Betreuung (4 LE)
- 3.2 Physiotherapeutische Maßnahmen (4 LE)
- 3.3 Wettkampfgerechte Ernährung (2 LE)
- 3.4 Ethische und medizinische Fragen des Doping (2 LE)
- 3.5 Verletzungen im Karate-Leistungssport (2 LE)

### IV. Allgemeine Trainingslehre: 14 LE

- 4.1 Training der motorischen Grundeigenschaften (6 LE)
- 4.2 Trainingsplanung im Leistungssport (4 LE)
- 4.3 Biomechanische Grundlagen im Karate (4 LE)

### V. Leistungssport im Karate: 18 LE

- 5.1 Kata- und Kumite-Wettkampftaktik (3 LE)
- 5.2 Kumite-Methodik im Aufbautraining (6 LE)
- 5.3 Kata-Methodik im Aufbautraining (6 LE)
- 5.4 Talentsichtung und -auswahl (3 LE)

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden.

Grundsätzlich wird eine größtmögliche Verknüpfung der Theorie- und Praxis-Inhalte angestrebt.

## **4.2.4 Ausbildungsordnung**

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen-B-Lizenzausbildung Leistungssport sind:

- Besitz einer gültigen Trainer/innen-C-Lizenz Leistungssport
- Nachweis einer mindestens einjährigen Trainer/innen-C-Tätigkeit im Verein
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- mindestens der 1. Kyu-Grad
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 60 Lerneinheiten zuzüglich der Lizenzprüfung. Überfachliche Inhalte können nach Absprache mit bzw. von den jeweiligen Landessportbünden angeboten werden.

## **4.2.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung**

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der

- schriftlichen Klausur über die relevanten Lehrgangsinhalte
- schriftlichen Vorbereitung eines Unterrichtsentwurfes
- praktischen Durchführung einer Lehrprobe
- ggf. ergänzenden mündlichen Prüfung

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von leistungsorientierten Karate-Trainingsangeboten.

Die schriftliche Klausur soll zweieinhalb Zeitstunden nicht überschreiten und praxisorientiertes Transferwissen sowie trainingswissenschaftliche Grundlagen fordern.

Der schriftliche Unterrichtsentwurf ist für eine Übungseinheit von 60 bis 90 Minuten Dauer zu planen. Hieraus wählt die Prüfungskommission einen Ausschnitt von 20 bis 30 Minuten Dauer für die praktische Lehrprobe aus.

Die eventuelle mündliche Ergänzungsprüfung hat eine maximale Dauer von 20 Minuten.

Die einzelnen Prüfungsteile sollten jeweils im Anschluss an die entsprechenden Ausbildungsblöcke durchgeführt werden.

Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der durchführende Landeskarateverband benennt. Ihr gehört mindestens der/die zuständige Landeslehrwart/in sowie ein/e weitere/r Referent/in an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen. Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Die Lizenzprüfung gilt als "bestanden", wenn alle Teile der Lizenzprüfung bestanden wurden. Sind einzelne Prüfungsteile nicht bestanden, können sie bis zu zweimal wiederholt werden. Werden Prüfungsteile versäumt, gelten sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

#### **4.2.6 Lizenzierung**

Zur Ausstellung der Trainer/innen-B-Lizenz Leistungssport des DKV durch den Landeskarateverband müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- mindestens der 1. Dan-Grad

Die Trainer/innen-B-Lizenz Leistungssport ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes stilartübergreifend vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des vierten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.

## 4.3 Trainer/in-A Leistungssport (90 LE)

### 4.3.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-A (Karate) Leistungssport umfasst die Gestaltung eines systematischen Karate-Leistungstrainings bis zur individuellen Höchstleistung auf der Ebene von Landes- und Bundes (Nachwuchskaderathlet/innen) des Deutschen Karate Verbandes.

Schwerpunkte sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des Anschluss- bzw. Hochleistungstrainings.

Verbindliche Grundlagen hierfür sind die „DKV-Rahmentrainingskonzeption für Kinder und Jugendliche im Leistungssport“, die Jahrestrainingspläne der Bundeskader sowie konzeptionelle Vorgaben des entsprechenden Landesverbandes.

Die Tätigkeit des/der Trainer/in-A (Karate) Leistungssport schließt die Talentauswahl und Talentförderung in den Landeskarateverbänden bzw. im Deutschen Karate Verband sowie die Lehrtätigkeit in der Aus- und Fortbildung von Trainer/innen-C/-B Breiten- und Leistungssport ein.

### 4.3.2 Ziele der Ausbildung

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:**

- Ausbau und Entwicklung einer Motivation der Sportler/innen für eine langfristige Sportkarriere bis hin zum Hochleistungsbereich
- Kenntnisse über die Wechselwirkungen von Sozialfaktoren (Elternhaus, Schule/ Ausbildung/ Beruf, Sozialstatus, Verein), leistungssportlichem Engagement, Sportmanagement und Sportsponsoring sowie deren persönlichkeitsfördernde Beeinflussung
- Kenntnisse über die Bedeutung des Karate für die Gesundheit sowie die Risikofaktoren im sportartspezifischen (Hoch-)Leistungssport und deren Entgegenwirken in der Sportpraxis
- Kennen und berücksichtigen von sozial- und entwicklungspsychologischen sowie pädagogischen Besonderheiten während des Übergangs vom Jugend- in das Erwachsenenalter
- Kooperieren mit anderen Trainern, Wissenschaftlern, Sportmedizinern, Funktionären sowie weiteren Spezialisten und deren Einbindung in den Prozess der Leistungsentwicklung
- Lehrtätigkeit in der Aus- und Fortbildung von Trainer/innen innerhalb des Deutschen Karate Verbandes
- Bewusstmachen der Verantwortung für die sportliche und allgemeine Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen
- Kennen und beachten des DOSB-Ehrenkodex für Trainer/innen
- Selbstständige Planung und Organisation der eigenen Aus-, Fort- und Weiterbildung

#### **Fachkompetenz:**

- Umfassende Kenntnisse der Struktur, Funktion und Bedeutung des Karate als Leistungssport und deren Umsetzung im Prozess der Trainings- und Wettkampfoptimierung im Hochleistungsbereich
- Umsetzung der DKV-Jahres-Rahmentrainingskonzeptionen für das Anschluss- und Hochleistungstraining
- Systematisches Planen und organisieren sowie individuelles Variieren, aus-werten und steuern des (hoch-)leistungsorientierten Trainings und von Wett-kämpfen
- Kenntnisse über praktikable und aktuelle Formen der Leistungsdiagnostik sowie deren Integration in die Trainingssteuerung
- Konzeptionelle Mitarbeit an den Rahmentrainingsplänen der Spitzen- und Landesverbände
- Umfassende Kenntnisse über aktuelle nationale und internationale Entwicklungen innerhalb des Karate-Wettkampfsports
- Kenntnisse der Fördersysteme im Spitzensport und deren Nutzbarmachung für seine Sportler/innen
- Schaffen eines individuell attraktiven und motivierenden Spitzensportangebotes

#### **Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

- Umfassende Kenntnisse aller wesentlichen Trainingsinhalte, -methoden und -mittel der Wettkampfsportart Karate innerhalb des langfristigen Leistungsaufbaus
- zielgerichteter und systematischer Einsatz sowie individuelle Variation der Trainingsinhalte, -methoden und -mittel
- Ableiten von Individual- und Gruppentrainingsplänen aus den Rahmentrainingsplänen des DKV
- Lehr- und Lernverständnis, das den Athlet/innen genügend Zeit zur Informationsverarbeitung lässt und sie in den Prozess der Leistungsoptimierung mitverantwortlich einbezieht

### 4.3.3 Inhalte der Ausbildung

Der nachfolgende Themenabschnitt I. ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen vereins- und verbandsbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.5.3 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### I. Sportpolitik / Organisation: 2 LE

##### 1.1 Leistungssportförderung auf Bundesebene (2 LE) \*

Der nachfolgende Themenabschnitt II ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.5.3 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

## II. Sportpädagogik / Sportpsychologie: 14 LE

- 2.1 Führungsverhalten und -methoden (4 LE) \*
- 2.2 Stressmanagement (5 LE) \*
- 2.3 Mentales Training (5 LE) \*

Die nachfolgenden Themenabschnitte III. bis V. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.5.3 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

## III. Sportbiologie: 12 LE

- 3.1 Physiologische Parameter der Leistungssteuerung (4 LE) \*
- 3.2 Funktionell-anatomische Bewegungsanalyse (4 LE)
- 3.3 Sportschadens- und -verletzungsprophylaxe (4 LE) \*

## IV. Allgemeine Trainingslehre: 32 LE

- 4.1 Konditionelle Fähigkeiten im Leistungstraining (6 LE) \*
- 4.2 Koordinative Fähigkeiten im Leistungstraining (6 LE) \*
- 4.3 Biomechanische Bewegungsanalyse (6 LE)
- 4.4 Allgemeine und karatespezifische Leistungsdiagnostik (4 LE)
- 4.5 Periodisierung und Trainingsplanung (8 LE) \*
- 4.6 Wettkampfsteuerung (2 LE)

## V. Leistungssport im Karate: 30 LE

- 5.1 Kata-Methodik im Leistungstraining (6 LE)
- 5.2 Kumite-Methodik im Leistungstraining (6 LE)
- 5.3 Erstellung von Rahmentrainingsplänen Kata (4 LE)
- 5.4 Erstellung von Rahmentrainingsplänen Kumite (4 LE)
- 5.5 Taktik und Strategie im Leistungs-Karate (6 LE)
- 5.6 Talentförderung (4 LE)

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden.

Die mit einem Sternchen gekennzeichneten Themen können auch ganz oder teilweise durch sportwissenschaftliche Einrichtungen angeboten werden. Grundsätzlich wird eine größtmögliche Verknüpfung der Theorie- und Praxis-Inhalte angestrebt.

Wird eine Trainer/innen-A-Lizenzausbildung in einem der Disziplinprofile durchgeführt, so sind die Ausbildungsinhalte (insbesondere in den Abschnitten IV. und V.) an der gewählten Disziplin (Kata oder Kumite) auszurichten.

Mindestens zwölf Lerneinheiten sind zusätzlich beim Training der Landes- bzw. Bundeskader zu hospitieren.

### **4.3.4 Ausbildungsordnung**

Voraussetzungen für die Zulassung zur Trainer/innen-A-Lizenzausbildung Leistungssport sind:

- Besitz einer gültigen Trainer/innen-B-Lizenz
- Nachweis einer mindestens einjährigen Trainer/innen-B-Tätigkeit im Verein
- Vollendung des 20. Lebensjahres
- mindestens der 1. Dan-Grad
- Schriftliche Anmeldung und Befürwortung durch einen DKV-Landesverband

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 90 Lerneinheiten zuzüglich der Hospitation sowie der Lizenzprüfung. Überfachliche Inhalte können nach Absprache mit bzw. von dem Deutschen Olympischen Sportbund bzw. sportwissenschaftlichen Instituten angeboten werden.

### **4.3.5 Hospitation**

Um die Ausbildung mit der Trainingsrealität zu verbinden, wird zur Erlangung der Trainer/innen-A-Lizenz Leistungssport eine Hospitation von mindestens sechs Trainingseinheiten (ca. 12 LE) im Landes- oder Bundeskadertraining vorgeschrieben. Der Beginn der Hospitation sollte nicht vor der ersten Ausbildungshälfte (45 LE) liegen. Über die hospitierten Trainingseinheiten erstellt der/die Kandidat/in einen Bericht, der von dem/der Landes-/Bundestrainer/in abzuzeichnen ist und dem/der Bundeslehrwart/in vorgelegt wird.

### **4.3.6 Lernerfolgskontrolle / Prüfung**

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets

- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der

- schriftlichen Klausur über die relevanten Lehrgangsinhalte
- schriftlichen Vorbereitung eines Unterrichtsentwurfes
- praktischen Durchführung einer Lehrprobe
- mündlichen Besprechung des Hospitationsberichtes
- ggf. ergänzenden mündlichen Prüfung

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von leistungsorientierten Karate-Trainingsangeboten.

Die schriftliche Klausur soll insgesamt drei Zeitstunden nicht überschreiten und praxisorientiertes Transferwissen sowie spezielle trainingswissenschaftliche Kenntnisse fordern.

Der schriftliche Unterrichtsentwurf ist für eine Übungseinheit von 60 bis 90 Minuten Dauer zu planen. Hieraus wählt die Prüfungskommission einen Ausschnitt von 20 bis 30 Minuten Dauer für die praktische Lehrprobe aus.

Die mündliche Besprechung des Hospitationsberichtes bezieht sich auf die Auswertung der hospitierten Trainingseinheiten und erstreckt sich auf 15 bis 20 Minuten. Die eventuelle mündliche Ergänzungsprüfung hat eine maximale Dauer von 20 Minuten. Die einzelnen Prüfungsteile sollten jeweils im Anschluss an die entsprechenden Ausbildungsblöcke durchgeführt werden.

Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der Deutsche Karate-Verband benennt. Ihr gehört mindestens der/die zuständige DKV-Lehrwart/in sowie ein/e weitere/r Referent/in an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokollanzufertigen.

Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Die Lizenzprüfung gilt als "bestanden", wenn alle Teile der Lizenzprüfung bestanden wurden. Sind einzelne Prüfungsteile nicht bestanden, können sie bis zu zweimal wiederholt werden. Werden Prüfungsteile versäumt, gelten sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

#### **4.3.7 Lizenzierung**

Zur Ausstellung der Trainer/innen-A-Lizenz Leistungssport des DKV müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- Nachweis der Hospitation
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 20. Lebensjahres
- mindestens der 2. Dan-Grad

Die Trainer/innen-A-Lizenz ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes stilartübergreifend zwei Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des zweiten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.

## **4.4 Diplom-Trainer/in Karate (1.300 LE)**

### **4.4.1 Handlungsfelder**

Die Tätigkeit des/der Diplom-Trainer/in (Karate) umfasst die Planung, Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung des systematischen Karate-Leistungstrainings bis zur individuellen Höchstleistung auf der Ebene von Bundeskaderathlet/innen des Deutschen Karate-Verbandes sowie die Erstellung von Rahmentrainingsplänen für Bundesnachwuchskader- und Landes- bzw. Bundeskaderathlet/innen. Sie schließt die Lehrtätigkeit in der Aus- und Fortbildung von Trainer/innen-B/-A mit ein.

### **4.4.2 Ziele der Ausbildung**

Die Ziele der Ausbildung sind durch die Studien- und Prüfungsordnung für die Trainerakademie Köln festgelegt.

Die im Rahmen des Studiums weiterzuentwickelnden Kompetenzbereiche werden im

„Curriculum der Trainerakademie Köln des Deutschen Sportbundes e. V.“ (Köln, 2004, 61 S.) für die einzelnen Ausbildungsbereiche und Lehrgebiete differenziert beschrieben.

### **4.4.3 Inhalte der Ausbildung**

Die Inhalte der Ausbildung sind im Curriculum für das Studium an der Trainerakademie Köln festgelegt.

#### **4.4.4 Ausbildungsordnung**

Die Dauer der Ausbildung sowie die Zulassungsmodalitäten sind durch die Studien- und Prüfungsordnung für die Trainerakademie Köln festgelegt.

#### **4.4.5 Prüfung und Lizenzierung**

Die Prüfungs- und Lizenzierungsmodalitäten sind durch die Studien- und Prüfungsordnung für die Trainerakademie Köln festgelegt.

## 5. Qualifizierungen für den sportartübergreifenden Breitensport

### 5.1 Gesundheitstrainer/Übungsleiter/in-B Prävention (Haltung und Bewegung) (60 LE)

#### 5.1.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des/der Übungsleiter/in-B Prävention (Haltung und Bewegung) umfasst die Gestaltung eines breitensportlichen (Karate-)Übungsbetriebes mit Erwachsenen unterschiedlicher bzw. eingeschränkter Leistungsfähigkeit unter Berücksichtigung spezieller gesundheitlicher Aspekte.

Um die spezifischen Bedürfnisse der Zielgruppe und die inhaltlichen Anforderungen der Ausbildung angemessen berücksichtigen zu können, wird in diesem Ausbildungsgang folgende Profilbildung (analog den DOSB-RRL, Abschnitt V.3.3) vorgenommen:

- Gesundheitstraining für Erwachsene / Ältere sowie
- Profil: Haltungs- und Bewegungssystem

#### 5.1.2 Ziele der Ausbildung

Übergeordnetes Ziel der Ausbildung ist die Qualifizierung von Übungsleiter/innen für die Durchführung qualitativ abgesicherter, präventiv gesundheitsorientierter Bewegungsangebote, in denen Menschen Hilfestellung erhalten, mit den Mitteln des Sports einen gesunden Lebensstil zu entwickeln bzw. zu erhalten.\*

Im Einzelnen geht es um folgende Kernziele:

- Stärkung physischer Gesundheitsressourcen
- Stärkung psychosozialer Gesundheitsressourcen
- Verminderung von Risikofaktoren
- Bewältigung von Beschwerden und Missbefinden
- Bindung an gesundheitssportliche Aktivität
- Verbesserung der Bewegungsverhältnisse

Aufbauend auf den vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen der Teilnehmenden wird mit diesem Ausbildungsgang eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt:

#### **Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz:**

Der/die Übungsleiter/in:

- vermag bei der Durchführung von gesundheitsorientierten Bewegungsangeboten sein/ihr Rollenverständnis zu reflektieren
- hat die Fähigkeit zur Reflexion des eigenen Sport- und Gesundheitsverständnisses, um den Teilnehmenden ein umfassendes Sport- und Gesundheitsverständnis vermitteln zu können
- kann sich bei der Wissensvermittlung in der Leitungsfunktion zurücknehmen und das erforderliche Fachwissen zielgruppengerecht beratend einbringen
- kennt die Bedeutung von Gesprächs- und Reflexionsphasen und kann diese initiieren, gestalten und moderieren
- kann die Teilnehmenden motivieren, das Sportangebot regelmäßig zu besuchen und/oder Sport und Bewegung zum festen Alltagsbestandteil zu machen
- kann sich auf Verschiedenheiten innerhalb der Gruppe einstellen (Gender Mainstreaming / Diversity Management)

\*Um diese präventiv-gesundheitsfördernde Angebote der Sportvereine besonders zu kennzeichnen, hat der Deutsche Sportbund in Zusammenarbeit mit der Bundesärztekammer das Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“ entwickelt, mit dem sich der organisierte Sport verpflichtet, die hohe Qualität seiner gesundheitsorientierten Bewegungs- und Sportprogramme in den Sportvereinen nach gemeinsamen und verbindlichen Qualitätsstandards sicherzustellen.

#### **Fachkompetenz:**

Der/die Übungsleiter/in:

- kennt den ganzheitlichen Ansatz von Gesundheit und den möglichen Beitrag des (Karate-)Sports in Bezug auf gesundheitsorientierte Bewegungsangebote
- kennt die Besonderheiten eines gesundheitsorientierten Bewegungsangebots in Bezug auf zielgerechte Inhaltsauswahl, Gestaltung und sein/ihr Verhalten als Übungsleiter/in
- hat vertiefte Kenntnisse von Anatomie und Physiologie des beanspruchten Organsystems
- kennt die Bedeutung von Sport und Bewegung für den Alltag und die Gesundheitsförderung in Bezug auf das beanspruchte Körper-/Organsystem
- kennt ergänzende Inhalte zum gesundheitsorientierten Bewegungsangebot und weiß um die Notwendigkeit ihrer Integration in die Angebote
- kennt aktuelle Ziele, Inhalte und Rahmenbedingungen für gesundheitsorientierte Bewegungsangebote



- kennt Möglichkeiten zur Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit bei den Teilnehmenden und hat grundlegende Kenntnisse über Bewegungslernen in gesundheitsorientierten Bewegungsangeboten (Anleitung, Korrektur)
- kennt die Strukturen in der Sportselbstverwaltung und kann die gesundheitsorientierten Angebote entsprechend einordnen
- ist in der Lage, ein neues Angebot aufzubauen, und kann die notwendigen organisatorischen und qualitätssichernden Rahmenbedingungen für die Leitung gewährleisten

#### **Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

Der/die Übungsleiter/in:

- kann die wesentlichen Prinzipien der Planung und Durchführung gesundheitsorientierter Bewegungsangebote anwenden
- kann vielfältige Möglichkeiten von präventiven, gesundheitsfördernden Sport- und Bewegungsangeboten inhaltlich analysieren, planen begründen und auswerten sowie den Teilnehmenden angebotsspezifisch vermitteln
- hat die Fähigkeit zur Differenzierung
- kann die Teilnehmenden dabei unterstützen, sich ihres individuellen Gesundheits- und Bewegungsverhaltens bewusst zu werden, Verhaltensalternativen zu suchen, zu erproben und in den eigenen Alltag zu integrieren

### **5.1.3 Inhalte der Ausbildung**

Die Übungsleiter/innen sollen präventiv-gesundheitsfördernde Angebote in den Sportvereinen unter dem Aspekt eines umfassenden Gesundheitsbegriffs zielgruppengerecht und themenspezifisch umsetzen. Dieses bezieht sich insbesondere auf die Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit. Daher müssen sich die Angebotsinhalte auch auf Themen des alltäglichen Lebens beziehen und die reale Situation der Teilnehmer/innen in den Mittelpunkt stellen.

Um die unter Abschnitt VII. 5.1.2 genannten Ziele zu erreichen, können von dem/der Übungsleiter/in sowohl sportartübergreifende wie auch karatespezifische Bewegungsangebote vermittelt werden.

Der nachfolgende Themenabschnitt I. ist dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen vereins- und verbandsbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.3.3 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### I. Verbandsbezogene Zielsetzungen / strukturelle Grundlagen: 2 LE

1.1 Ziele und Kriterien des Qualitätssiegels SPORT PRO GESUNDHEIT (1 LE)

1.2 Einordnung von präventiv-gesundheitsförderlichen Sport- und Bewegungsangeboten in die Zielsetzungen und Aufgaben / Maßnahmen des organisierten Sports; Einordnung der Lizenz „Übungsleiter/in Prävention“ in das DOSB-Lizenzsystem (1 LE)

Die nachfolgenden Themenabschnitte II. bis IV. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen personen- und gruppenbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.3.3 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### II. Gesundheitliche / pädagogisch-psychologische Aspekte: 9 LE

2.1 Moderne Gesundheitstheorien (Ganzheitlichkeit) (2 LE)

2.2 Beiträge des Sports zur Gesundheit -

Erhaltung und Verbesserung der individuellen physischen, psychischen und sozialen Leistungsfähigkeit / gesundheitlichen Ressourcen (2 LE)

2.3 Wahrnehmung gesundheitsgefährdender und gesundheitsfördernder Verhaltensmuster / Verbesserung des Bewegungsverhaltens in Alltagssituationen (2 LE)

2.4 Motivation zu langfristiger gesundheitssportlicher Aktivität (1 LE)

2.5 Definition von Prävention / Gesundheitsförderung in Abgrenzung zu Rehabilitation sowie Breitensport-, Fitness- und Wellness-Angeboten (1 LE)

2.6 Umgang mit gesundheitlichen Einschränkungen / Grenzen von präventions-sportlichen Bewegungsangeboten (1 LE)

#### III. Methodisch-didaktische/ planerische Aspekte: 3 LE

3.1 Planung und Durchführung von präventiven / gesundheitsfördernden Sport- und Bewegungsangeboten im Bereich „Haltung und Bewegung“ (3 LE)

#### IV. Zielgruppenorientierung: 2 LE

4.1 Karate mit Erwachsenen / Älteren (2 LE)

Die nachfolgenden Themenabschnitte V. bis VI. sind dem in den DOSB-Rahmenrichtlinien ausgewiesenen bewegungs- und sportpraxisbezogenen Inhaltsbereich (vgl. 1.1.1 sowie V.3.3 der DOSB-RRL) zuzuordnen:

#### V. Biologisch-medizinische/ trainings- und bewegungswissenschaftliche Aspekte: 14 LE

5.1 Aufbau und Funktion des Haltungs- und Bewegungssystems (4 LE)

[Anatomie und Physiologie ; Aufbau und Funktion von verschiedenen Gelenken, der Wirbelsäule und der sie stabilisierenden Muskulatur]

5.2 Definition und Grundlagen der Haltung (1 LE)

5.3 Ursachen und Diagnose von Haltungsschwächen (2 LE)

5.4 Theorie und Diagnose von muskulären Dysbalancen (1 LE)

- 5.5 Theoretische Grundlagen eines präventiv-gesundheitsorientierten Trainings (2 LE)
- 5.6 Anpassungserscheinungen des Körpers auf Training (2 LE)
- 5.7 Grundlagen und Methoden der Bewegungskorrektur (2 LE)

#### VI. Sportpraktische Übungsinhalte: 30 LE

- 6.1 Funktionelle Dehnung / Mobilisation (3 LE)
- 6.2 Funktionelle Kräftigung / Stabilisation (3 LE)  
[Präventives Krafttraining mit Klein- und Großgeräten / eigenem Körper]
- 6.3 Präventive Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule (2 LE)
- 6.4 Testverfahren (Muskelfunktions-, Dehnungstests) (2 LE)
- 6.5 Körperwahrnehmungs- / Entspannungsübungen (2 LE)
- 6.6 Bewegungsangebote für den Lebensalltag  
[Angebotsformen für den Arbeitsplatz/für zu Hause in Bezug auf Gehen, Stehen, Sitzen, Liegen, Tragen, Heben] (5 LE)
- 6.7 Karatespezifische Umsetzung von präventiven Bewegungsangeboten (8 LE)
- 6.8 Durchführung von exemplarischen Sportstunden mit zielgruppenspezifischer Inhaltsauswahl, Gestaltung und reflektiertem Übungsleiter/innenverhalten (5 LE)

Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind themenbereichsweise verbindlich. Die Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden.

Grundsätzlich wird eine größtmögliche Verknüpfung der Theorie- und Praxis-Inhalte angestrebt. Der Gesamtumfang der Übungsleiter/innen-B-Ausbildung Prävention (Haltung und Bewegung) soll 80 LE (einschließlich Lizenzprüfung) nicht überschreiten.

### **5.1.4 Ausbildungsordnung**

Voraussetzungen für die Zulassung zur Übungsleiter/innen-B-Lizenzausbildung Prävention (Haltung und Bewegung) sind:

- Besitz einer gültigen Übungsleiter/innen-C-Lizenz bzw. Trainer/innen-C-Lizenz Breiten- oder Leistungssport
- Nachweis einer mindestens einjährigen Übungsleiter/innen- bzw. Trainer/innen-C-Tätigkeit im Verein
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- mindestens der 1. Kyu-Grad
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 60 Lerneinheiten zuzüglich der Lizenzprüfung.

### **5.1.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung**

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der:

- schriftlichen Klausur über die relevanten Lehrgangsinhalte
- schriftlichen Vorbereitung eines Unterrichtsentwurfes
- praktischen Durchführung einer Lehrprobe

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Rahmenbedingungen, Planung und Durchführung von präventiv-gesundheitsorientierten (Karate-)Übungsangeboten für Erwachsene im Profil „Haltung und Bewegung“.

Die schriftliche Klausur soll insgesamt zwei Zeitstunden nicht überschreiten und praxisorientiertes Transferwissen fordern. Die Lehrprobe ist für eine Übungseinheit von 60 bis 90 Minuten Dauer zu planen. Hieraus wählt die Prüfungskommission einen Ausschnitt von 20 bis 30 Minuten Dauer für die praktische Lehrprobe aus. Die einzelnen Prüfungsteile sollten jeweils im Anschluss an die entsprechenden Ausbildungsblöcke durchgeführt werden. Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der durchführende Landeskarateverband benennt. Ihr gehört mindestens der/die Leiter/in des Ausbildungsteams bzw. der/die zuständige Landeslehrwart/in an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen.

Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Die Lizenzprüfung gilt als "bestanden", wenn alle Teile der Lizenzprüfung bestanden wurden. Sind einzelne Prüfungsteile nicht bestanden, können sie bis zu zweimal wiederholt werden. Werden Prüfungsteile versäumt, gelten sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in, insbesondere bezüglich der praktischen Lehrprobe, mitzuteilen.

### **5.1.6 Lizenzierung**

Zur Ausstellung der Übungsleiter/innen-B-Lizenz Prävention mit dem Profil „Haltung und Bewegung“ durch den DKV bzw. den Landeskarateverband müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- mindestens der 1.Dan-Grad

Die Übungsleiter/innen-B-Lizenz Prävention mit dem Profil „Haltung und Bewegung“ ist im Gesamtbereich des Deutschen Olympischen Sportbundes sportartübergreifend vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des vierten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.

Der Erwerb der Übungsleiter/innen-B-Lizenz „Sport in der Prävention“ ermöglicht dem/der Übungsleiter/in beziehungsweise seinem/ihrer Verein die Beantragung des Qualitätssiegels SPORT PRO GESUNDHEIT für besonders qualifiziert durchgeführte Gesundheitsprogramme.

## 5.2 Gesundheitstrainer/Übungsleiter Prävention - Profil: Herz-Kreislauf-System

In dieser Darstellung soll unter anderem die Gleichstellung von Frau und Mann zum Ausdruck kommen. Wegen der Lesbarkeit wurde die männliche Sprachform gewählt.

### 5.2.1 Präambel

"Gäbe es ein Medikament, das nur annähernd ähnliche segensreiche Wirkungen wie ein regelmäßiges Ausdauertraining auf alle Risikofaktoren degenerativer Herz-Kreislauf-Erkrankungen hätte, man könnte es wohl kaum bezahlen" (J. Weineck).

Das weitere Fortschreiten von Zivilisationskrankheiten in der Gesellschaft- insbesondere Herz- Kreislaufbeschwerden durch Fehlverhalten, falsche Ernährung und Bewegungsmangel- begründet die Notwendigkeit, verstärkt gesundheitsorientierte Sport-, Spiel- und Bewegungsangebote in die Vereinsarbeit zu integrieren.

Der menschliche Organismus ist auf Bewegung angelegt. Bewegungsmangel ist der Risikofaktor Nr.1 für die Entwicklung degenerativer Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Seit 1992 wird er, ebenso wie das Übergewicht, zu den primären Risikofaktoren gezählt. Ein nicht bewegter bzw. trainierter Körper ist daher durch eine geringere organische bzw. körperliche Leistungsfähigkeit gekennzeichnet. Es kommt zu Inaktivitätsatrophien und Funktionseinbußen, oft verbunden mit Regulationsstörungen, im Alter schließlich treten dann klinisch manifeste Krankheitssymptome auf.

Die Übungsleiter B Präventionsausbildung im Spezialkurs Herz-Kreislaufsystem des Deutschen Karate Verbandes beinhaltet daher Bewegungsprogramme mit präventivem Charakter. Der zentrale Aufgabenbereich der Übungsleiter ist dabei die Planung und Durchführung von regelmäßigen Bewegungsangeboten. In 30 Lehreinheiten (Grundkurs Prävention ist Voraussetzung) werden vielfältige Sportprogramme kennen gelernt, ebenso die theoretischen Grundkenntnisse für ein gesundes Herz- und Kreislauftraining.

Die Gesundheitssportangebote des organisierten Sports verfolgen ganzheitliche Ziele und basieren auf einem modernen Verständnis von Gesundheitsförderung (New Public Health). Die Angebote wollen nicht nur Prävention, d. h. Erkrankungen oder Störungen im Vorfeld verhindern helfen, sondern sie konzentrieren sich auch besonders darauf, die Gesundheitskompetenz des einzelnen Nutzers auszubilden und zu stärken, sowohl in physischer, psychischer als auch sozialer Gesundheit.

Um einen hohen Standard mit hohen Qualitätskriterien zu gewährleisten, wurde vom Deutschen Olympischen Sportbund in Zusammenarbeit mit der Bundesärztekammer das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT entwickelt und seit dem Jahr 2000 bundesweit erfolgreich in zahlreichen Vereinen flächendeckend in Deutschland umgesetzt. Dafür gelten folgende Qualitätskriterien. Zum ersten ist das Angebot zielgruppengerecht ausgerichtet, was ein Rahmenkonzept und eine Angebotsprofil beinhaltet. Die Übungsleiter, die Gesundheitssportprogramme im Verein umsetzen, sind wesentliche Garanten für die Qualität dieser Programme. Die Ausbildungsrichtlinien des Deutschen Olympischen Sportbundes bilden die erforderliche Grundlage zur Qualifikation von Leitern gesundheitsorientierter Sportangebote. Des Weiteren wird durch eine einheitliche Organisationsstruktur mit einer maximalen Teilnehmerzahl von 20 Personen und durch eine dauerhafte Bindung (Einstiegskurs, Aufbaukurs etc.) und einem präventiven Gesundheits-Check die Qualität im Sinne des Sporttreibenden gefördert. Selbstverständlich arbeiten die Sportorganisationen mit wirksamen Bewegungsprogrammen um die Kernziele (siehe Abschnitt 3- Ziele des Ausbildung) zu erreichen. Zusätzlich steht der Sportverein als Gesundheitspartner mit allen Kooperationen und Vernetzungen zur Seite.

### 5.2.2 Handlungsfelder

Der Übungsleiter soll gesundheitsorientierte Sport- und Bewegungsangebote im Verein auf der Basis eines umfassenden Gesundheitsverständnisses zielgruppengerecht und themenspezifisch umsetzen. Dies bezieht sich insbesondere auf die Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit. Daher müssen sich die Angebotsinhalte auch auf Themen des täglichen Lebens beziehen und die Situation der Teilnehmenden in den Mittelpunkt stellen.

Körperliche Fitness ist ein entscheidender Faktor in der Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Nicht nur ältere Menschen und so genannte Risikogruppen sollten auf ihre körperliche Fitness achten. Wer unter chronischen oder akuten Krankheiten leidet, denkt nicht gleichzeitig an Sport. Richtig ist aber, dass Bewegung auch bei vorhandenen Leiden gut für den Körper sein kann. So müssen beispielsweise Asthmatiker nicht auf Sport verzichten. Aber auch junge, gesunde Menschen können so Herzerkrankungen wirksam vorbeugen. Somit wird der Übungsleiter mit verschiedenen Altersgruppen in Berührung kommen. Die Umsetzung im Sportverein muss dementsprechend zielgruppenspezifisch passieren.

Mit einem effektiven Herz- und Kreislauftraining werden nicht nur zusätzliche Kalorien verbrannt und somit ein Weg zur Reduzierung des Körpergewichts eröffnet, sondern dies hat auch Auswirkungen auf das gesamte Körper- und Organsystems. Beispielhaft wird die Atmung ökonomischer und kräftiger, die Muskeldurchblutung verbessert sich, der Blutdruck und der Ruhepuls sinken, während das Herzschlagvolumen erhöht wird und die Fließeigenschaften des Blutes werden optimiert. Der Übungsleiter lernt die Anatomie und Physiologie mit Schwerpunkt Herz - Kreislaufsystem kennen, um diese Effekte an seine Trainierenden zu vermitteln. Dabei wird die Trainingsmethodik entsprechend angepasst. Des Weiteren ist der Übungsleiter in der Lage, individuell vorhandene Ressourcen in Richtung „sportliche Aktivität als gesundheitsfördernde Maßnahme“ zu ermitteln und zu verstärken.

Um den Ansprüchen und Erwartungen der verschiedenen Zielgruppen gerecht zu werden und um die Übungsleiter zielgerichtet auf ihre Aufgabe vorzubereiten, wird in diesem Ausbildungsgang folgende Profilbildung vorgenommen:

- Gesundheitstraining im Herz-Kreislaufsystem.

### **5.2.3 Ziele der Ausbildung**

Das übergeordnete Ziel der Ausbildung ist die Qualifizierung von Übungsleitern für die Durchführung qualitativ abgesicherter gesundheitsorientierter Bewegungsangebote, in denen Menschen Hilfestellung erhalten, mit den Mitteln des Sports einen gesunden Lebensstil zu entwickeln. Dabei soll an die realen individuellen Lebensbezüge der Teilnehmenden angeknüpft und zu einer bewussten Auseinandersetzung mit der jeweiligen Lebensalltagssituation ermutigt werden, um so individuelle Ressourcen zu stärken. Sport kann vielfältige gesundheitsfördernde Beiträge leisten. Die Zielrichtung der Angebote betrifft nicht nur die Primärprävention, das heißt, die Vorbeugung gegen das Auftreten von Erkrankungen, sondern konzentriert sich darüber hinaus auf die Herausbildung einer dauerhaften Gesundheitskompetenz durch Kenntnis physischer, psychischer und sozialer Schutzfaktoren.

Im Einzelnen geht es um folgende Kernziele:

- Stärkung physischer Gesundheitsressourcen
- Stärkung psychosozialer Gesundheitsressourcen
- Verminderung von Risikofaktoren
- Bewältigung von Beschwerden und körperlichen Problemen
- Bindung an gesundheitssportliche Aktivität
- Verbesserung der Bewegungsverhältnisse

Aufbauend auf den vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen der Teilnehmenden wird mit diesem Ausbildungsgang eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt.

#### **Fachkompetenz**

Der Übungsleiter:

- kennt den ganzheitlichen Ansatz von Gesundheit und den möglichen Beitrag des Sports in Bezug auf gesundheitsorientierte Bewegungsangebote
- kennt die Besonderheiten eines gesundheitsorientierten Bewegungsangebots in Bezug auf zielgerechte Inhaltsauswahl, Gestaltung und sein Verhalten als Übungsleiter
- hat vertiefte Kenntnisse von Anatomie und Physiologie des beanspruchten Organsystems
- hat Kenntnisse von ausgewogener Ernährung
- kennt die Bedeutung von Sport und Bewegung für den Alltag und die Gesundheitsförderung in Bezug auf das beanspruchte Körper-/Organsystem
- verfügt über pädagogische und sportfachliche Grundkenntnisse
- kennt ergänzende Inhalte zum gesundheitsorientierten Bewegungsangebot und weiß um die Notwendigkeit ihrer Integration in die Angebote
- kennt aktuelle Ziele, Inhalte und Rahmenbedingungen für gesundheitsorientierte Bewegungsangebote
- kennt Möglichkeiten zur Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit bei den Teilnehmenden und hat grundlegende Kenntnisse über Bewegungslernen in gesundheitsorientierten Bewegungsangeboten (Anleitung, Korrektur)
- kennt die Strukturen in der Sportselbstverwaltung und kann die gesundheitsorientierten Angebote entsprechend einordnen
- ist in der Lage, ein neues Angebot aufzubauen, und kann die notwendigen organisatorischen und qualitätssichernden Rahmenbedingungen für die Leitung gewährleisten

#### **Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz:**

Der Übungsleiter:

- vermag bei der Durchführung von gesundheitsorientierten Bewegungsangeboten sein Rollenverständnis zu reflektieren
- hat die Fähigkeit zur Reflexion des eigenen Sport- und Gesundheitsverständnisses, um den Teilnehmenden ein umfassendes Sport- und Gesundheitsverständnis zu vermitteln
- kann sich bei der Wissensvermittlung in der Leitungsfunktion zurücknehmen und das erforderliche Fachwissen zielgruppengerecht beratend einbringen
- kennt die Bedeutung von Gesprächs- und Reflexionsphasen und kann diese initiieren, gestalten und moderieren
- kann die Teilnehmenden motivieren, das Sportangebot regelmäßig zu besuchen und/oder Sport und Bewegung zum festen Alltagsbestandteil zu machen
- kann sich auf Verschiedenheiten innerhalb der Gruppe einstellen (Gender Mainstreaming / Diversity Management)

#### **Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

Der Übungsleiter:

- kann die wesentlichen Prinzipien der Planung und Durchführung gesundheitsorientierter Bewegungsangebote anwenden

- kann vielfältige Möglichkeiten von präventiven, gesundheitsfördernden Sport- und Bewegungsangeboten inhaltlich analysieren, planen begründen und auswerten sowie den Teilnehmenden angebotsspezifisch vermitteln
- hat die Fähigkeit zur Differenzierung
- kennt verschiedene Methoden zur Beteiligung von Gruppenmitgliedern und weiß zu motivieren
- kann die Teilnehmenden dabei unterstützen, sich ihres individuellen Gesundheits- und Bewegungsverhaltens bewusst zu werden, Verhaltensalternativen zu suchen, zu erproben und in den eigenen Alltag zu integrieren

### 5.2.4 Berücksichtigung didaktisch/methodischer Grundsätze auf der Ebene der Konzeption

Die Auswahl der Themen und Vermittlungsmethoden orientiert sich an den Interessen, Bedürfnissen, Kenntnissen, Kompetenzen und Erfahrungen der Teilnehmenden.

Die inhaltliche Schwerpunktsetzung erfolgt mit ihnen punktuell gemeinsam.

Teilnehmerorientierte Bildungsarbeit schließt den bewussten Umgang mit Vielfalt und Verschiedenheit von Menschen z.B. in Bezug auf Geschlecht/Gender, Nationalität, ethnische Zugehörigkeit, religiöse Überzeugung, Behinderung, sexuelle Orientierung etc. mit ein.

Übergeordnetes Ziel ist die Schaffung gleichberechtigter Teilhabemöglichkeiten und Bildungschancen für alle Teilnehmenden.

### Ein enger Bezug zur realen Situation soll eine möglichst unmittelbare Umsetzung des Gelernten in die Praxis, d.h. im Sportverein ermöglichen.

Es gilt im Rahmen der Ausbildung regelmäßig Situationen zu schaffen, in denen die Teilnehmenden möglichst viel selbst gestalten und ausprobieren können. Der Praxisbezug spielt dabei eine wichtige und zweckdienliche Rolle.

Ein Lehr-Team leitet die gesamte Ausbildung kooperativ und gleichberechtigt.

Eine kontinuierliche Lehrgangsleitung hat Vorbildfunktion und ist sowohl als Prinzip für gleichberechtigte Kooperation und kollegialen Austausch als auch als Modell für eine moderne, teamorientierte Arbeit im Verein zu verstehen.

### 5.2.5 Ausbildungsinhalte

In **30 Lehreinheiten** (eine Lehreinheit sind 45 Minuten) lernen die Teilnehmer u. a.

Inhaltliche Schwerpunkte in der Ausbildung sind:

- Anatomie und Physiologie beanspruchter Organsysteme
- Leistungsdiagnostik / Ergometrie / Testverfahren
- Funktionelles Üben mit und an Geräten
- Aufbau von Fitness- und Kursprogrammen
- Aerobe Belastungsformen
- Ernährungslehre
- Entspannungstechniken
- Qualitätsmanagement im Präventionssport

Alle Teilnehmer absolvieren den

- Grundkurs Prävention von 30 Lehreinheiten und den
- Spezialkurs im Profil „**Herz- Kreislaufsystem**“ von 30 Lehreinheiten

Erforderlich ist der Nachweis einer Übungsleiter C-Lizenz-Breitensport des DOSB.

Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab und qualifiziert für die Leitung von Angeboten u. a. im Gebiet von Bewegungsangeboten Herz- und Kreislaufbereich.

Diese Lizenz wird als Qualifikation für das Qualitätssiegel "SPORT PRO GESUNDHEIT" anerkannt.

#### Personen- und gruppenbezogene Inhalte

- |   |      |
|---|------|
| • Herz-Kreislauf-Erkrankungen und ihre gesellschaftliche Dimension  | 8 LE |
| • Anatomie und Physiologie des Herz-Kreislauf-Systems               | 1 LE |
| • Anatomie und Physiologie des Atmungs-Systems                      | 2 LE |
| • Anatomie und Physiologie des Stoffwechsel-Systems                 | 2 LE |
| • Anpassungserscheinungen an Herz-Kreislauf-Training                | 1 LE |
| Indikation und Kontraindikation zum Betreiben bestimmter Sportarten |      |

#### Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte

- |   |      |      |
|---|------|------|
| • Trainingsmethodik zur Ausdauerentwicklung, Steuerung der Belastung  | 2 LE |      |
| • Leistungsdiagnostik Pulskontrolle, Belastungsfaktoren, Borg-Skala (eigene Pulsuhren mitbringen) Tests (Eingangs-, Verlaufs- und Endkontrolle) | 2 LE |      |
| • Aerobic / Stepp-Aerobic   |      | 2 LE |
| • Aquafitness, Aquajogging, Schwimmen   |      | 2 LE |
| • Kreistraining (Kraftausdauer), Cardio - Fitness mit Kleingeräten  | 2 LE |      |
| • Walking/ Nordic Walking (Jogging)   |      | 2 LE |
| • Cardio - Fitness an Geräten (Laufband, Fahrradergometer, Stepper)   | 2 LE |      |

• Atmung / Atemtechnik / Entspannung	2 LE
<b>Vereins- und Verbandsbezogene Inhalte</b>	<b>2 LE</b>
• Kurskonzept	2 LE
• Erarbeitung von 12 Stundenbildern (Hausarbeit, Gruppenarbeit)	
<b>Prüfung</b>	<b>4 LE</b>
• schriftliche Prüfung	1 LE
• Lehrprobe	2 LE
• Auswertungsgespräch	1 LE

## 5.2.6 Kooperationsmodell

Der organisierte Sport im Deutschen Karate Verband sieht seine gesellschaftliche Aufgabe in der Bereitstellung von Bewegung, Spiel und „Sport für alle“ Altersgruppen. Ziel ist die Ausprägung eines aktiven Lebensstils bis ins hohe Alter. Ältere stellen auf Grund ihrer zunehmenden Anzahl eine besondere Zielgruppe für die Sportorganisationen dar. Zentrales gesellschaftliches Anliegen ist „Altern mit Kompetenz“ (geistiger, sozialer, emotionaler und körperlicher).

Da die Menschen immer älter werden und die sozialen Sicherungssysteme mit dieser Entwicklung nicht Schritt halten können, stehen wir vor einer enormen gesundheits- und sozialpolitischen Herausforderung. Der organisierte Sport nimmt diese Herausforderung an und sieht in der Gewinnung von neuen Mitgliedern die älter als 50 Jahre sind eine besondere Aufgabe und Chance. Denn durch regelmäßige körperliche Aktivität können ältere Menschen ihre Gesundheit erhalten, Zivilisationskrankheiten vorbeugen und selbstbestimmt Altern.

Der DKV koordiniert alle Fragen und Aufgaben in der verbandlichen Aus- und Fortbildung auf der Grundlage der „Rahmenrichtlinien für Qualifizierung im Bereich des DOSB“.

Er sorgt in seiner Führungsfunktion dafür, dass

- Vorgaben durch Richtlinien und Beschlüsse im Bereich des DOSB eingehalten werden,
- Qualitätsstandards entwickelt und gewährleistet werden,
- einheitliche Lizenzen erteilt werden,
- möglichst einheitliche Lehrmaterialien zur Verfügung stehen.

Dadurch sollen folgende Ziele erreicht werden:

- die gegenseitige Anerkennung der erteilten Lizenzen unter den Landessportbünden und Sportfachverbänden auf der Grundlage von inhaltlichen Standards
- die einheitliche Umsetzung eines Qualitätssicherungsverfahrens

## 5.2.7 Ausbildungsrichtlinie

Der Deutsche Karate Verband e. V. (ff. DKV) gestaltet die Aus- und Fortbildung seiner Mitglieder auf der Grundlage der Rahmenrichtlinien für die Ausbildung im Bereich des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB).

Die Rahmenrichtlinien für die Ausbildung im Bereich des DOSB bieten inhaltlich und formal eine übersichtliche Konzeption für die unterschiedlichen Ausbildungsgänge der verschiedenen Funktionsträger im Sport.

Mit der gestuften Lizenzierung wird den Bedürfnissen und Anforderungen der Praxis entsprochen.

### Allgemeine Hinweise:

- eine Lehreinheit dauert 45 Minuten
- pro Tag sollten nicht mehr als 12 Lehreinheiten absolviert werden

### Teilnehmerzahl:

- Die Mindestteilnehmerzahl für Aus- und Fortbildungsveranstaltungen beträgt mindestens 8 Personen.
- Die Teilnehmerzahl von 25 Personen ist bei Ausbildungsveranstaltungen im Sinne der Einhaltung der Qualität nicht zu überschreiten.

### Dauer der Ausbildung:

Die Ausbildungsmaßnahmen müssen innerhalb von 2 Jahren für den Erwerb der Lizenz abgeschlossen werden.

### Zulassung zur Ausbildung:

An den Ausbildungen können Vereinsmitglieder mit Vorlage der Vereinsmitgliedschaft, aber auch Nichtvereinsmitglieder teilnehmen.

- Vollendung des 18. Lebensjahres
- eine gültige erste Lizenzstufe (Breitensport)
- Nachweis eines 16-stündigen „Erste-Hilfe-Kurses“
- Nachweis der Tätigkeit als Übungsleiter in einem Sportverein und Befürwortung durch einen Sportverein

## 5.2.8 Prüfungsrichtlinie

### Grundsätzliches:

Prüfungen sind grundsätzlich in der Lizenzausbildung anzuwenden.

Zu Beginn der Ausbildung wird die Form der Lernerfolgskontrolle mitgeteilt und dargelegt.

Das Bestehen der Prüfung ist Grundlage für die Lizenzerteilung.

Prüfungen sind zu dokumentieren.

Die erforderliche Zeit für eine Prüfung ist im jeweiligen Ausbildungsumfang enthalten.

Die Form der Prüfung für den Übungsleiter in der Prävention im Profil Herz- und Kreislaufsystem besteht aus einer praxisorientierten Lernerfolgskontrolle, die während des Lehrganges, aber spätestens zum Abschluss des Ausbildungsganges nachgewiesen wird. Diese besteht aus

- einer Lehrprobe bis zum Abschluss der Ausbildung  
Nachweis der praktischen Demonstrationsfähigkeit in Planung, Durchführung und Reflexion einer Übungsstunde mit anschließendem Auswertungsgespräch über das Abhalten der Lehrproben der anderen Teilnehmer
- einer schriftlichen Prüfung am Ende der Ausbildung  
über die komplexen Themen der vermittelten Lehreinheiten
- einem 12 Stunden Kurskonzept im Profil Herz-Kreislaufsystem

### Ziele:

Durch eine Lernerfolgskontrolle wird nachgewiesen, ob das Lernziel erreicht worden ist.

Es können Wissenslücken aufgedeckt und deshalb behoben werden.

Der angehende Übungsleiter erhält dadurch ein Feedback seiner eigenen Kompetenz und einen Nachweis seiner Befähigung zur Übernahme als Übungsleiter in der Prävention im Profil „Herz-Kreislaufsystem“.

### Prüfungskommission:

Die Beurteilung der Prüfung erfolgt durch eine Prüfungskommission. Sie besteht maximal aus dem Vorsitzenden und zwei Referenten.

### Prüfungsergebnis:

Das Prüfungsergebnis wird mit „bestanden“ oder „nicht bestanden“ gewertet.

Eine Prüfung ist „**nicht bestanden**“,

- wenn der Prüfling einen Prüfungsteil nicht bestanden hat und dies nicht durch ein Auswertungsgespräch korrigiert oder
  - von der Prüfung von vornherein ausgeschlossen wurde oder
  - einen Prüfungstermin nicht wahrgenommen hat oder
  - einen Prüfungsteil ohne Begründung abgebrochen hat
  - wenn ein ordnungswidriges Verhalten vorliegt
- (Über das ordnungswidrige Verhalten und über die Entscheidung ist eine Niederschrift anzufertigen und von der Prüfungskommission zu unterzeichnen).

### Erkrankung, Versäumnis:

Ein Teilnehmer der Prüfung, der sich krank fühlt und deswegen eine Prüfung nicht wahrnehmen kann, muss dies unmittelbar vor Beginn der jeweiligen Prüfung erklären.

Er hat innerhalb von drei Tagen ein ärztliches Attest vorzulegen.

Ein Prüfling, der aus anderen Gründen diese nicht wahrnimmt, muss nachweisen, dass er das Versäumnis nicht zu vertreten hat.

Die Prüfungskommission legt neue Termine im Falle objektiver Gründe für die Nichtwahrnehmung bzw. Unterbrechung der Prüfung fest.

### Wiederholung der Prüfung:

Ist die Prüfung nicht bestanden, kann sie einmal wiederholt werden.

Termin, Ort und Umfang der Wiederholung bestimmt die Prüfungskommission.

Eine weitere Wiederholung bedarf der Genehmigung des jeweiligen Lehrgangleiters.

## 5.2.9 Lizenzrichtlinie

### Lizenzierung:

Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung erhält der Teilnehmer die Übungsleiter-Präventionslizenz im Profil „Herz-Kreislaufsystem“ des DOSB ausgestellt.

### Gültigkeit von Lizenzen:

DOSB - Lizenzen sind im gesamten Bereich des DOSB gültig.

Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des letzten Jahres des Gültigkeitsdatums.

Die Ausstellung erfolgt mit dem Datum des Abschlusses der Ausbildung.

### Diese Lizenzstufe besitzt eine Gültigkeit von vier Jahren.

Die Fortbildung hat in der vom Teilnehmer erlangten höchsten Lizenzstufe zu erfolgen.



Der Erwerb einer höheren Lizenzstufe verlängert automatisch die niedrigere Lizenzstufe.  
Eine Fortbildung von mind. 15 LE muss wahrgenommen werden: 2. Lizenzstufe innerhalb von 4 Jahren

**Bei Überschreitung der Gültigkeit ist wie folgt zu verfahren:**

- **Fortbildung im 1. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:**  
die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung mit mindestens 15 LE um drei Jahre verlängert.
- **Fortbildung im 2. und 3. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:**  
die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung mit 30 LE um vier Jahre verlängert.
- **Überschreitung der Gültigkeitsdauer um vier und fünf Jahre:**  
Die Gültigkeitsdauer der Lizenz ist nach Besuch einer Fortbildungsveranstaltung von 45 LE um weitere vier Jahre verlängert.  
Alternativ ist im Einzelfall die Notwendigkeit einer Wiederholung der gesamten Ausbildung in Erwägung zu ziehen.
- **Überschreiten der Gültigkeitsdauer um mehr als fünf Jahre:**  
Die gesamte Ausbildung ist zu wiederholen.

### 5.2.10 Qualifikation der Lehrkräfte

Bei der Umsetzung der qualitätsorientierten Bildungsarbeit haben die Lehrkräfte eine Schlüsselfunktion inne. Daher kommt ihrer Auswahl, Betreuung und Qualifizierung eine besondere Bedeutung zu.

Der Deutsche Karate Verband e.V. beruft Lehrkräfte in das „Lehr-Team des DKV e.V.“ oder benennt Referenten.

Die Berufung erfolgt durch das Präsidium.

In das Lehr-Team können Lehrkräfte berufen werden, die den im Anschluss aufgeführten Anforderungen gerecht werden:

- Nachweis eines 16-stündigen „Erste-Hilfe-Kurses“.
- Eine abgeschlossene Ausbildung als Fachlehrer für Sport, Diplomtrainer oder
- Sport- und Ernährungswissenschaftler.
- Ein qualifizierter Übungsleiter B “Sport in der Prävention“ oder lizenzierte Trainer (mit Zusatzqualifikation).
- Nachweis spezifischer Fachkenntnisse über thematische Inhalte der Ausbildungskonzeptionen.
- Nachweis einer mindestens zweijährigen Berufserfahrung.

### 5.2.11 Qualitätsmanagement

Ein wichtiger Aspekt der Sicherung der Qualität der Lehr- und Lernprozesse innerhalb der Umsetzung der Ausbildungskonzeptionen sind:

1. Einrichtungsqualität
2. Programmqualität
3. Durchführungsqualität
4. Erfolgsqualität

#### 1. Einrichtungsqualität

- Räumlichkeiten, d.h. Sportstätten und Seminarräume sind bedarfsgerecht vorhanden und ausgestattet
- Durchführung von teilnehmernahen und auch dezentralen Ausbildungsmaßnahmen
- Finanzierung und Kostenstruktur wird transparent gestaltet und nach den Maßgaben des Deutschen Karate Verbandes geregelt

#### 2. Programmqualität

- Umsetzung der Ausbildungskonzeption
- Erstellung von Lehrmaterialien
- Bildungsjahresplanung mit Aus- und Fortbildungsangeboten im Bildungsprogramm des DKV
- Einhaltung der Ausbildungs- Prüfungs- und Lizenzrichtlinie Selbstevaluation
- Fremdevaluation

#### 3. Durchführungsqualität

- Berufung eines Lehrteams oder geeigneten Referenten
- qualitätsgerechter Einsatz der Lehrreferenten
- Qualifizierung der Lehrreferenten
- Durchführung von Konferenzen zur Kompetenzerweiterung der Lehrreferenten
- Benennung eines Lehrgangleiters je Ausbildungsgang
- Zielorientiertes Zeitmanagement

- Durchführung von Lehrteamschulungen zur Abstimmung von Ausbildungsinhalten im Ausbildungsgang
- Selbstevaluation
- Fremdevaluation

#### **4. Erfolgsqualität**

- Berufung einer Prüfungskommission je Ausbildungsgang
- Erfassung und Bewertung der Leistung der Teilnehmer entsprechend der Prüfungsrichtlinie des Deutschen Karate Verbandes
- Verankerung des Qualitätsverständnisses im Ausbildungsgang
- Qualitätserfassungsbögen in Bezug auf die Lehrreferenten, Qualitätserfassungsbögen in Bezug auf den Ausbildungsgang

### **5.3 Übungsleiter Prävention - Profil: Stressbewältigung und Entspannung**

In dieser Darstellung soll unter anderem die Gleichstellung von Frau und Mann zum Ausdruck kommen. Wegen der Lesbarkeit wurde die männliche Sprachform gewählt.

#### **5.3.1 Präambel**

Stress gilt als ein zentrales Thema der heutigen Gesellschaft. Stress ist eine natürliche Reaktion des Körpers auf Druck, Spannung oder Veränderung. Eine gewisse Dosis an Stress kann das Leben interessanter und weniger langweilig machen. Der Organismus braucht den Wechsel zwischen Spannung und Entspannung. Positiver Stress („Eustress“) kann sogar anregen. Zu viel Stress jedoch kann schädlich sein und zu psychosomatischen Beschwerden bis hin zu massiven Gesundheitsproblemen führen. Typische Signale des negativen Stress („Disstress“) sind unter anderem Gereiztheit, innere Unruhe, Erschöpfung und angespannte Muskeln. Es ist wichtig, Stresssymptome erkennen zu können, um wenn nötig Schritte gegen schädlichen Stress unternehmen zu können. Dazu sind Techniken bekannt. Die Vereine können in diesem Bereich ihr Knowhow einbringen, um belastenden Stress gezielt begegnen zu können.

Die Übungsleiter B, Präventionsausbildung im Profil Stressbewältigung und Entspannung des Deutschen Karate Verbandes beinhaltet daher Bewegungsprogramme mit präventivem Charakter. Der zentrale Aufgabenbereich der Übungsleiter ist dabei die Planung und Durchführung von regelmäßigen Entspannungsangeboten. In 30 Lehreinheiten (Grundkurs Prävention ist Voraussetzung) werden vielfältige Programme kennen gelernt, ebenso die theoretischen Grundkenntnisse für ein stressreduziertes bzw. stressfreies Leben.

Die Gesundheitssportangebote des organisierten Sports verfolgen ganzheitliche Ziele und basieren auf einem modernen Verständnis von Gesundheitsförderung. Die Angebote wollen nicht nur Prävention, d. h. Erkrankungen oder Störungen im Vorfeld verhindern helfen. Sie konzentrieren sich auch besonders darauf, die Gesundheitskompetenz des einzelnen Nutzers auszubilden und zu stärken, sowohl in physischer, psychischer als auch sozialer Gesundheit.

Um einen hohen Standard mit hohen Qualitätskriterien zu gewährleisten, wurde vom Deutschen Olympischen Sportbund in Zusammenarbeit mit der Bundesärztekammer das Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDHEIT“ entwickelt und seit dem Jahr 2000 bundesweit erfolgreich in zahlreichen Vereinen flächendeckend in Deutschland umgesetzt. Dafür gelten folgende Qualitätskriterien. Zum ersten ist das Angebot zielgruppengerecht ausgerichtet, was ein Rahmenkonzept und eine Angebotsprofil beinhaltet. Die Übungsleiter, die Gesundheitssportprogramme im Verein umsetzen, sind wesentliche Garanten für die Qualität dieser Programme. Die Ausbildungsrichtlinien des Deutschen Olympischen Sportbundes bilden die erforderliche Grundlage zur Qualifikation von Leitern gesundheitsorientierter Sportangebote. Des Weiteren wird durch eine einheitliche Organisationsstruktur mit einer maximalen Teilnehmerzahl von 20 Personen und durch eine dauerhafte Bindung (Einstiegskurs, Aufbaukurs etc.) und einem präventiven Gesundheits-Check die Qualität im Sinne des Sporttreibenden gefördert. Selbstverständlich arbeiten die Sportorganisationen mit wirksamen Bewegungsprogrammen um die Kernziele (siehe Abschnitt 3, Ziele des Ausbildung) zu erreichen. Zusätzlich steht der Sportverein als Gesundheitspartner mit allen Kooperationen und Vernetzungen zur Seite.

#### **5.3.2 Handlungsfelder**

Wann immer wir etwas als bedrohlich bewerten, wird unser Körper alarmiert. Er macht sich bereit zu Kampf, Flucht oder dem Verharren in der Situation, bis die Gefahr vorüber ist. Adrenalin wird ausgeschüttet, Muskeln und Gehirn werden aktiviert, Blutdruck, Puls und Herzfrequenz steigen und die Verdauungsfunktionen werden eingeschränkt. Unsere Stressreaktion soll uns dabei helfen, mit den auf uns zukommenden Gefahren fertig zu werden. Schwierig wird es, wenn wir eine Situation dauerhaft als gefährlich bewerten und es zu einer chronischen Stressreaktion kommt. Nieren, Blutgefäße und Bindegewebe können sich dadurch krankhaft verändern, das Immunsystem gerät aus den Fugen. Diese Reaktionen muss der Übungsleiter kennen und zu deuten wissen, um die psychosoziale und körperliche Leistungsfähigkeit zu fördern und die psychosozialen Gesundheitsressourcen zu stärken.

Nur wenige Themen sind im Laufe der letzten Jahre auf so großes Interesse gestoßen wie die Auswirkungen und Reduzierung von Stress auf unser tägliches Leben. Viele von uns haben die Auswirkungen kennen gelernt, die die falsche Art von Stress sowohl körperlich als auch seelisch in uns hervorruft.

So haben sich zur Stressbewältigung verschiedene Programme etabliert. Entsprechende Stressbewältigungstechniken dämpfen die Stressreaktionen, bekämpfen sogenannte Stressoren, bzw. versuchen, diese erst gar nicht entstehen zu lassen. Nur durch körperliche Betätigung können Stresshormone vom Körper schneller abgebaut werden. Beispielfhaft können

benannt werden: Sport, Autogenes Training und Progressive Muskelrelaxation (PMR). Die Besonderheit einer aktiven Entspannung bei Stress und Belastungen ist, dass man systematisch und geplant positive Aktivitäten einsetzt, um dem Organismus bei einem erhöhten Stressniveau bzw. Anspannung einen Ausgleich und Erholung zu verschaffen. Diese Art Stress abzubauen ist langfristig wirkungsvoller, erfordert aber ein gewisses Üben und Trainieren im Vorfeld der Belastungen.

Der Übungsleiter soll die Entspannungs- und Stressbewältigungstechniken im Verein auf der Basis eines umfassenden Gesundheitsverständnisses zielgruppengerecht und themenspezifisch umsetzen. Dies bezieht sich insbesondere auf die Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit. Daher müssen sich die Angebotsinhalte auch auf Themen des täglichen Lebens beziehen und die Situation der Teilnehmenden in den Mittelpunkt stellen.

Um Ansprüchen und Erwartungen der verschiedenen Zielgruppen gerecht zu werden und um die Übungsleiter zielgerichtet auf ihre Aufgabe vorzubereiten, wird in diesem Ausbildungsgang folgende Profilbildung vorgenommen:

- Gesundheitstraining in der Stressbewältigung und Entspannung

### **5.3.3 Ziele der Ausbildung**

Das übergeordnete Ziel der Ausbildung ist die Qualifizierung von Übungsleitern für die Durchführung qualitativ abgesicherter gesundheitsorientierter Bewegungsangebote, in denen Menschen Hilfestellung erhalten, mit den Mitteln des Sports einen gesunden Lebensstil zu entwickeln. Dabei soll an die realen individuellen Lebensbezüge der Teilnehmenden angeknüpft und zu einer bewussten Auseinandersetzung mit der jeweiligen Lebensalltagssituation ermutigt werden, um so individuelle Ressourcen zu stärken. Sport kann vielfältige gesundheitsfördernde Beiträge leisten. Die Zielrichtung der Angebote betrifft nicht nur die Primärprävention, das heißt, die Vorbeugung gegen das Auftreten von Erkrankungen, sondern konzentriert sich darüber hinaus auf die Herausbildung einer dauerhaften Gesundheitskompetenz durch Kenntnis physischer, psychischer und sozialer Schutzfaktoren.

Im Einzelnen geht es um folgende Kernziele:

- Stärkung physischer Gesundheitsressourcen
- Stärkung psychosozialer Gesundheitsressourcen
- Verminderung von Risikofaktoren
- Bewältigung von Beschwerden und Missbefinden
- Bindung an gesundheitssportliche Aktivität
- Verbesserung der Bewegungsverhältnisse

Aufbauend auf den vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen der Teilnehmenden wird mit diesem Ausbildungsgang eine Weiterentwicklung der folgenden Kompetenzen angestrebt.

#### **Fachkompetenz**

Der Übungsleiter:

- kennt den ganzheitlichen Ansatz von Gesundheit und den möglichen Beitrag des Sports in Bezug auf gesundheitsorientierte Bewegungsangebote mit dem Ziel der Stressbewältigung
- kennt die Besonderheiten eines gesundheitsorientierten Bewegungsangebots in Bezug auf zielgerechte Inhaltsauswahl, Gestaltung und das Verhalten als Übungsleiter
- hat vertiefte Kenntnisse von Physiologie des beanspruchten Organsystems
- hat Kenntnisse von ausgewogener Ernährung
- kennt die Bedeutung von Sport und Bewegung für den Alltag und die Gesundheitsförderung in Bezug auf das beanspruchte Körper-/Organsystem
- verfügt über pädagogische und sportfachliche Grundkenntnisse
- kennt ergänzende Inhalte zum gesundheitsorientierten Bewegungsangebot und weiß um die Notwendigkeit ihrer Integration in die Angebote
- kennt aktuelle Ziele, Inhalte und Rahmenbedingungen für gesundheitsorientierte Bewegungs- und Entspannungsangebote
- kennt Möglichkeiten zur Förderung der individuellen Gestaltungsfähigkeit bei den Teilnehmenden und hat grundlegende Kenntnisse über Bewegungslernen in gesundheitsorientierten Bewegungsangeboten (Anleitung, Korrektur)
- kennt die Strukturen in der Sportselbstverwaltung und kann die gesundheitsorientierten Angebote entsprechend einordnen
- ist in der Lage, ein neues Angebot aufzubauen, und kann die notwendigen organisatorischen und qualitätssichernden Rahmenbedingungen für die Leitung gewährleisten

#### **Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz:**

Der Übungsleiter:

- vermag bei der Durchführung von gesundheitsorientierten Bewegungsangeboten sein Rollenverständnis zu reflektieren
- hat die Fähigkeit zur Reflexion des eigenen Sport- und Gesundheitsverständnisses, um den Teilnehmenden ein umfassendes Sport- und Gesundheitsverständnis vermitteln zu können
- kann sich bei der Wissensvermittlung in der Leitungsfunktion zurücknehmen und das erforderliche Fachwissen zielgruppengerecht beratend einbringen
- kennt die Bedeutung von Gesprächs- und Reflexionsphasen und kann diese initiieren, gestalten und moderieren
- erkennt die verschiedenen Stresssymptome

- kann die Entspannungszustände mitempfinden
- kann die Teilnehmenden motivieren, das Sportangebot regelmäßig zu besuchen und/oder Sport und Bewegung zum festen Alltagsbestandteil zu machen
- kann sich auf Verschiedenheiten innerhalb der Gruppe einstellen (Gender Mainstreaming / Diversity Management)

#### **Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

Der Übungsleiter:

- kann die wesentlichen Prinzipien der Planung und Durchführung gesundheitsorientierter Bewegungsangebote anwenden
- kann vielfältige Möglichkeiten von präventiven, gesundheitsfördernden Sport- und Bewegungsangeboten inhaltlich analysieren, planen begründen und auswerten sowie den Teilnehmenden angebotsspezifisch vermitteln
- hat die Fähigkeit zur Differenzierung
- kann die Teilnehmenden dabei unterstützen, sich ihres individuellen Gesundheits- und Bewegungsverhaltens bewusst zu werden, Verhaltensalternativen zu suchen, zu erproben und in den eigenen Alltag zu integrieren
- kann einschätzen, welche Probleme bei ausgewählten Entspannungsformen/-techniken auftreten können und mit welchen Interventionsmöglichkeiten er angemessen reagieren kann

### **5.3.4 Berücksichtigung didaktisch/methodischer Grundsätze auf der Ebene der Konzeption**

Die Auswahl der Themen und Vermittlungsmethoden orientiert sich an den Interessen, Bedürfnissen, Kenntnissen, Kompetenzen und Erfahrungen der Teilnehmenden.

Die inhaltliche Schwerpunktsetzung erfolgt mit ihnen gemeinsam.

Teilnehmerorientierte Bildungsarbeit schließt den bewussten Umgang mit Vielfalt und Verschiedenheit von Menschen z.B. in Bezug auf Geschlecht / Gender, Nationalität, ethnische Zugehörigkeit, religiöse Überzeugung, Behinderung, sexuelle Orientierung etc. mit ein.

Übergeordnetes Ziel ist die Schaffung gleichberechtigter Teilhabemöglichkeiten und Bildungschancen für alle Teilnehmenden.

Ein enger Bezug zur realen Situation soll eine möglichst unmittelbare Umsetzung des Gelernten in die Praxis, d.h. im Sportverein ermöglichen.

Es gilt im Rahmen der Ausbildung regelmäßig Situationen zu schaffen, in denen die Teilnehmenden möglichst viel selbst gestalten und ausprobieren können. Der Praxisbezug spielt dabei eine wichtige und zweckdienliche Rolle.

Ein Lehrteam – wenn kein Einzelreferent – leitet die gesamte Ausbildung kooperativ und gleichberechtigt.

Eine kontinuierliche Lehrgangsführung hat Vorbildfunktion und ist sowohl als Prinzip für gleichberechtigte Kooperation und kollegialen Austausch als auch als Modell für eine moderne, teamorientierte Arbeit im Verein zu verstehen.

### **5.3.5 Ausbildungsinhalte**

Die sehr praxisnahe Ausbildung vermittelt umfassende theoretische und praktische Kenntnisse und Fertigkeiten im Bereich der Stressbewältigung und Entspannungspädagogik.

Inhalte sind Entspannungsverfahren wie

- Autogenes Training,
- Progressive Muskelentspannung,
- Yoga,
- Meditation,
- Fantasiereisen,
- Massage u. a.

Die Entstehung, Prävention und Bewältigung von Stress, sowie die Konzeption und Bewerbung von Kursen, der Spaß am Kennenlernen unterschiedlicher Entspannungsmethoden, der Austausch in der Gruppe und die persönliche Weiterentwicklung bestimmen den Ausbildungsverlauf.

Unsere Teilnehmer können sich mit dieser Ausbildung den Bereich der Entspannungspädagogik erschließen und/oder das Gelernte in ihrem Sportverein integrieren.

Alle Teilnehmer absolvieren den:

- Grundkurs Prävention von 30 Lehreinheiten und den
- Spezialkurs im Profil „Stressbewältigung und Entspannung“ von 30 Lehreinheiten.

Erforderlich ist der Nachweis einer Übungsleiter C-Lizenz-Breitensport des DOSB.

Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab.

Diese Lizenz wird als Qualifikation für das Qualitätssiegel "Sport pro Gesundheit" anerkannt.

#### **Personen- und gruppenbezogene Inhalte**

- Ursachen, Auswirkungen und Umgang mit Stress
  - Umgang mit Stressoren
  - Zeitmanagement/Selbstmanagement als tragende Säule des Stressmanagements

**6 LE**

4 LE

• Anatomie und Physiologie des Nervensystems	2 LE	
<b>Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte</b>	<b>18 LE</b>	
• Körperwahrnehmung		2 LE
• Progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen	4 LE	
• Stressabbau durch Bewegung		4 LE
○ Kleine Spiele		
○ Meditativer Tanz/ Tanztherapie		
○ Einsatz von Musik		
• Massageformen (Partnermassage/ Selbstmassage / Eutonie)	2 LE	
• Atementspannung/ Atemtechniken		2 LE
• Einführung in ausgewählte Entspannungsformen Qigong, Tai Chi, Yoga	4 LE	
<b>Vereins- und Verbandsbezogene Inhalte</b>	<b>2 LE</b>	
• Kurskonzept		2 LE
Erarbeitung von 12 Stundenbildern (Hausarbeit, Gruppenarbeit)		
<b>Prüfung</b>	<b>4 LE</b>	
• schriftliche Prüfung		1 LE
• Lehrprobe		2 LE
• Auswertungsgespräch	1 LE	

### 5.3.6 Kooperationsmodell

Der organisierte Sport im Deutschen Karate Verband sieht seine gesellschaftliche Aufgabe in der Bereitstellung von Bewegung, Spiel und „Sport für alle“ Altersgruppen. Ziel ist die Ausprägung eines aktiven Lebensstils bis ins hohe Alter. Ältere stellen auf Grund ihrer zunehmenden Anzahl eine besondere Zielgruppe für die Sportorganisationen im Deutschen Karate Verband dar. Zentrales gesellschaftliches Anliegen ist „Altern mit Kompetenz“ (geistiger, sozialer, emotionaler und körperlicher).

In Kooperation mit dem Deutschen Olympischen Sportbund und der Bundesärztekammer wurde das Qualitätssiegel „SPORT PRO GESUNDEHEIT“ entwickelt. Dies ermöglicht einen sehr hohen qualitativen Anspruch bundesweit in den Vereinen zu etablieren und die Übungsleiter auf höchstem Niveau zu schulen. Dabei wird ein ganzheitlicher Ansatz verfolgt, um nicht nur Prävention, d.h. Auftreten von Erkrankungen oder Störungen zu verhindern, sondern darüber hinaus auf die Ausbildung und Stärkung einer aktiv wahrgenommenen, dauerhaften und individuellen Gesundheitskompetenz im Sinne physischer, psychischer und sozialer Gesundheitsressourcen. Die Erfahrungen aus dem Bereich Entspannung und Stressbewältigung werden dabei in allen Bereichen des Präventionssports angewandt, insbesondere die Körperwahrnehmung spielt dabei eine entscheidende Rolle.

Deutlichen Nachholbedarf sieht der Deutsche Karate Verband in der Vereinsberatung. Aktivitäten sind vorrangig auf den Ausbau von Wettspielbetrieben für immer höhere Altersklassen begrenzt und müssen sich stärker an Strategien zur Bindung von aktiven Älteren auch ohne Wettkampfteilnahme und Gewinnung neuer Mitglieder orientieren.

Der Deutsche Karate Verband koordiniert alle Fragen und Aufgaben in der verbandlichen Aus- und Fortbildung auf der Grundlage der „Rahmenrichtlinien für Qualifizierung im Bereich des DOSB“.

Er sorgt in seiner Führungsfunktion dafür, dass

- Vorgaben durch Richtlinien und Beschlüsse im Bereich des DOSB eingehalten werden,
- Qualitätsstandards entwickelt und gewährleistet werden,
- einheitliche Lizenzen erteilt werden,
- möglichst einheitliche Lehrmaterialien zur Verfügung stehen.

Dadurch sollen folgende Ziele erreicht werden:

- die gegenseitige Anerkennung der erteilten Lizenzen unter den Landessportbünden und der Sportfachverbände auf der Grundlage von inhaltlichen Standards
- die einheitliche Umsetzung eines Qualitätssicherungsverfahrens

### 5.3.7 Ausbildungsrichtlinie

Der Deutsche Karate Verband e. V. (ff DKV) gestaltet die Aus- und Fortbildung seiner Mitglieder auf der Grundlage der Rahmenrichtlinien für die Ausbildung im Bereich des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB).

Die Rahmenrichtlinien für die Ausbildung im Bereich des DOSB bieten inhaltlich und formal eine übersichtliche Konzeption für die unterschiedlichen Ausbildungsgänge der verschiedenen Funktionsträger im Sport.

Mit der gestuften Lizenzierung wird den Bedürfnissen und Anforderungen der Praxis entsprochen.

#### Allgemeine Hinweise:

- eine Lehreinheit dauert 45 Minuten
- pro Tag sollten nicht mehr als 12 Lehreinheiten absolviert werden

#### Teilnehmerzahl:

- Die Mindestteilnehmerzahl für Aus- und Fortbildungsveranstaltungen beträgt mindestens 8 Personen.
- Die Teilnehmerzahl von 25 Personen ist bei Ausbildungsveranstaltungen im Sinne der Einhaltung der Qualität nicht zu überschreiten.

#### **Dauer der Ausbildung:**

Die Ausbildungsmaßnahmen müssen innerhalb von zwei Jahren für den Erwerb der Lizenz abgeschlossen werden.

#### **Zulassung zur Ausbildung:**

An den Ausbildungen können Vereinsmitglieder mit Vorlage der Vereinsmitgliedschaft, aber auch Nichtvereinsmitglieder teilnehmen.

- Vollendung des 18. Lebensjahres
- eine gültige erste Lizenzstufe
- Nachweis eines 16-stündigen „Erste-Hilfe-Kurses“
- Nachweis der Tätigkeit als Übungsleiter in einem Sportverein und Befürwortung durch einen Sportverein

### **5.3.8 Prüfungsrichtlinie**

#### **Grundsätzliches:**

Prüfungen sind grundsätzlich in der Lizenzausbildung anzuwenden.

Zu Beginn der Ausbildung wird die Form der Lernerfolgskontrolle mitgeteilt und dargelegt.

Das Bestehen der Prüfung ist Grundlage für die Lizenzerteilung.

Prüfungen sind zu dokumentieren.

Die erforderliche Zeit für eine Prüfung ist im jeweiligen Ausbildungsumfang enthalten.

Die Form der Prüfung für den Übungsleiter in der Prävention Profil „Stressbewältigung und Entspannung“ besteht aus einer praxisorientierten Prüfung, die während des Lehrganges, aber spätestens zum Abschluss des Ausbildungsganges nachgewiesen wird.

Diese besteht aus

- einer Lehrprobe bis zum Abschluss der Ausbildung  
Nachweis der praktischen Demonstrationsfähigkeit in Planung, Durchführung und Reflexion einer Übungsstunde mit einem anschließenden Auswertungsgespräch über das Abhalten der Lehrproben der anderen Teilnehmer
- einer schriftlichen Prüfung am Ende der Ausbildung über die komplexen Themen der ermittelten Lehreinheiten

#### **Ziele:**

Durch eine Lernerfolgskontrolle wird nachgewiesen, ob das Lernziel erreicht worden ist.

Es können Wissenslücken aufgedeckt und deshalb behoben werden.

Der angehende Übungsleiter erhält dadurch ein Feedback seiner eigenen Kompetenz und einen Nachweis seiner Befähigung zur Übernahme als Übungsleiter für Prävention im Profil „Stressbewältigung und Entspannung“.

#### **Prüfungskommission:**

Die Beurteilung der Prüfung erfolgt durch eine Prüfungskommission. Sie besteht maximal aus dem Vorsitzenden und zwei Referenten.

#### **Prüfungsergebnis:**

Das Prüfungsergebnis wird mit „bestanden“ oder „nicht bestanden“ gewertet.

Eine Prüfung ist „nicht bestanden“,

- wenn der Prüfling einen Prüfungsteil nicht bestanden hat und dies nicht durch ein Auswertungsgespräch korrigiert oder
- von der Prüfung von vornherein ausgeschlossen wurde oder
- einen Prüfungstermin nicht wahrgenommen hat oder
- einen Prüfungsteil ohne Begründung abgebrochen hat
- wenn ein ordnungswidriges Verhalten vorliegt

(Über das ordnungswidrige Verhalten und über die Entscheidung ist eine Niederschrift anzufertigen und von der Prüfungskommission zu unterzeichnen).

#### **Erkrankung, Versäumnis:**

Ein Teilnehmer der Prüfung, der sich krank fühlt und deswegen eine Prüfung nicht wahrnehmen kann, muss dies unmittelbar vor Beginn der jeweiligen Prüfung erklären.

Er hat innerhalb von drei Tagen ein ärztliches Attest vorzulegen.

Ein Prüfling, der aus anderen Gründen diese nicht wahrnimmt, muss nachweisen, dass er das Versäumnis nicht zu vertreten hat.

Die Prüfungskommission legt neue Termine im Falle objektiver Gründe für die Nichtwahrnehmung bzw. Unterbrechung der Prüfung fest.

#### **Wiederholung der Prüfung:**

Ist die Prüfung nicht bestanden, kann sie einmal wiederholt werden.

Termin, Ort und Umfang der Wiederholung bestimmt die Prüfungskommission.

Eine weitere Wiederholung bedarf der Genehmigung des jeweiligen Lehrgangleiters.

### 5.3.9 Lizenzrichtlinie

#### Lizenzierung:

Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung erhält der Teilnehmer die Übungsleiter-Präventionslizenz im Profil „Stressbewältigung und Entspannung“ des DOSB ausgestellt.

#### Gültigkeit von Lizenzen:

DOSB-Lizenzen sind im gesamten Bereich des DOSB gültig.

Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des letzten Jahres des Gültigkeitsdatums.

Die Ausstellung erfolgt mit dem Datum des Abschlusses der Ausbildung.

#### Diese Lizenzstufe besitzt eine Gültigkeit von vier Jahren.

Die Fortbildung hat in der vom Teilnehmer erlangten höchsten Lizenzstufe zu erfolgen.

Der Erwerb einer höheren Lizenzstufe verlängert automatisch die niedrigere Lizenzstufe.

Eine Fortbildung von mind. 15 LE muss wahrgenommen werden: 2. Lizenzstufe innerhalb von 4 Jahren

#### Bei Überschreitung der Gültigkeit ist wie folgt zu verfahren:

- **Fortbildung im 1. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:**  
die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung mit mindestens 15 LE um drei Jahre verlängert.
- **Fortbildung im 2. und 3. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:**  
die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung mit 30 LE um vier Jahre verlängert.
- **Überschreitung der Gültigkeitsdauer um vier und fünf Jahre:**  
Die Gültigkeitsdauer der Lizenz ist nach Besuch einer Fortbildungsveranstaltung von 45 LE um weitere vier Jahre verlängert.  
Alternativ ist im Einzelfall die Notwendigkeit einer Wiederholung der gesamten Ausbildung in Erwägung zu ziehen.
- **Überschreiten der Gültigkeitsdauer um mehr als fünf Jahre:**  
Die gesamte Ausbildung ist zu wiederholen.

### 5.3.10 Qualifikation der Lehrkräfte

Bei der Umsetzung der qualitätsorientierten Bildungsarbeit haben die Lehrkräfte eine Schlüsselfunktion inne. Daher kommt ihrer Auswahl, Betreuung und Qualifizierung eine besondere Bedeutung zu.

Der Deutsche Karate Verband e.V. beruft Lehrkräfte in das „Lehr-Team des Deutschen Karate Verbandes e.V.“.

Die Berufung erfolgt durch das Präsidium.

In das Lehr-Team können Lehrkräfte berufen werden, die den im Anschluss aufgeführten Anforderungen gerecht werden:

- Nachweis eines 16-stündigen „Erste-Hilfe-Kurses“.
- Eine abgeschlossene Ausbildung als Fachlehrer für Sport, Diplomtrainer oder
- Sport- und Ernährungswissenschaftler.
- Ein qualifizierter Übungsleiter B „Sport in der Prävention“ oder lizenzierte Trainer (mit Zusatzqualifikation).
- Nachweis spezifischer Fachkenntnisse über thematische Inhalte der Ausbildungskonzeptionen.
- Nachweis einer mindestens zweijährigen Berufserfahrung.

### 5.3.11 Qualitätsmanagement

Ein wichtiger Aspekt der Sicherung der Qualität der Lehr- und Lernprozesse innerhalb der Umsetzung der Ausbildungskonzeptionen sind:

1. Einrichtungsqualität
2. Programmqualität
3. Durchführungsqualität
4. Erfolgsqualität

#### 1. Einrichtungsqualität

- Räumlichkeiten, d.h. Sportstätten und Seminarräume sind bedarfsgerecht vorhanden und ausgestattet
- Durchführung von teilnehmernahen und auch dezentralen Ausbildungsmaßnahmen
- Finanzierung und Kostenstruktur wird transparent gestaltet und nach den Maßgaben des Deutschen Karate Verbandes geregelt

#### 2. Programmqualität

- Umsetzung der Ausbildungskonzeption
- Erstellung von Lehrmaterialien
- Bildungsjahresplanung mit Aus- und Fortbildungsangeboten

- Einhaltung der Ausbildungs-, Prüfungs- und Lizenzrichtlinie
- Selbstevaluation
- Fremdevaluation

### 3. **Durchführungsqualität**

- Berufung eines Referenten oder Lehrteams
- qualitätsgerechter Einsatz der Lehrreferenten
- Qualifizierung der Lehrreferenten
- Durchführung von Konferenzen zur Kompetenzerweiterung der Lehrreferenten
- Benennung eines Lehrgangleiters je Ausbildungsgang
- Zielorientiertes Zeitmanagement
- Durchführung von Referenten-/Lehrteamschulungen zur Abstimmung von Ausbildungsinhalten im Ausbildungsgang
- Selbstevaluation
- Fremdevaluation

### 4. **Erfolgsqualität**

- Berufung einer Prüfungskommission je Ausbildungsgang
- Erfassung und Bewertung der Leistung der Teilnehmer entsprechend der Prüfungsrichtlinie
- Verankerung des Qualitätsverständnisses im Ausbildungsgang
- Qualitätserfassungsbögen in Bezug auf die Lehrreferenten
- Qualitätserfassungsbögen in Bezug auf den Ausbildungsgang



## 6. Qualifizierungen für das Vereinsmanagement

### 6.1 Vereinsmanager/in-C Karate (120 LE)

#### 6.1.1 Handlungsfelder

Die Tätigkeit des/der Vereinsmanagers/in-C umfasst die Ausübung leitender und verwaltender Funktionen in Vereinen und Verbänden des Deutschen Karate-Verbandes in den Aufgabenfeldern Sportentwicklung, Führung, Recht, Finanzen, EDV, Organisation und Marketing.

Aufgrund der Heterogenität der Sportvereine und -verbände (Größe, Struktur, Ausrichtung, usw.) sind nur generelle Beschreibungen von Tätigkeits- und Handlungsfeldern möglich.

Die Qualifizierungen müssen deshalb das mit den verschiedenen Kompetenzen verbundene Wissen, Können und Verhalten umfassend vermitteln.

Daraus ergeben sich die Zielsetzungen:

- die Vereine als Organisation zur Bewältigung ihrer Aufgaben zu befähigen und
- die Personen (Mitarbeiter/innen, Mitglieder der Vereine) für Führungs- bzw. Verwaltungstätigkeit zu befähigen.

Folgende Aufgaben sind im Bereich des Vereinsmanagements zu bewältigen:

- allgemeine Verwaltung
- Mitgliederverwaltung/ -betreuung
- sportbetriebs-Management
- Sportstätten-Management
- Haushaltswesen
- Finanzen/Steuern
- Recht/Versicherung
- Öffentlichkeitsarbeit
- EDV/Neue Medien
- Marketing/Sponsoring
- Veranstaltungen-/Projektmanagement
- Kommunikation intern, extern
- Organisationsentwicklung
- Personalmanagement
- zielgruppenspezifische Arbeit
- Gremien-Management

#### 6.1.2 Ziele der Ausbildung

Es ist Ziel der Qualifizierung, den Teilnehmenden die Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten zu vermitteln, die zur Bewältigung ihrer Aufgaben im Bereich Führung, Organisation und Verwaltung erforderlich sind.

Aufbauend auf den bereits vorhandenen Qualifikationen und Erfahrungen der Teilnehmenden wird durch diese Ausbildung eine Weiterentwicklung der nachfolgenden Kompetenzen angestrebt:

##### **Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz:**

- Kenntnisse und Anwendung von Strategien zur Problemlösung
- Entwickeln von Teamfähigkeit
- Kenntnisse über die Grundlagen der Kommunikation und deren Anwendung in Konfliktsituationen
- Entwickeln von Kritikfähigkeit
- Kenntnisse über Gender Mainstreaming/Diversity Management-Ansätze

##### **Fachkompetenz:**

- Kenntnisse von verschiedenen Verwaltungs- und Organisationsformen
- Kenntnisse über die Strukturen des Sports
- Kenntnisse über Grundlagen der Vereinsentwicklung (Organisationsentwicklung) und deren Anwendung

##### **Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

- Kenntnisse und Anwendung von Methoden zur Organisation und Bearbeitung von komplexen Aufgaben
- Fähigkeit zum Selbstmanagement
- Moderation von Gruppen
- Präsentation von Inhalten

##### **Strategische Kompetenz:**

- Fähigkeit zur Lösung von Problemen
- Fähigkeit zur Analyse von Sachverhalten
- Fähigkeit zur selbstständigen Entscheidungsfindung

### 6.1.3 Inhalte der Ausbildung

Die in einem Verein zu bewältigenden Aufgaben lassen sich in vier Themenbereiche / Aufgabenfelder unterteilen:

- A. Organisations- und Personalentwicklung, Gremienarbeit
- B. Mitgliederverwaltung, Sportanlagen, Sportbetriebs-Management
- C. Finanzen, Steuern, Recht und Versicherungen
- D. Marketing, Kommunikation, Veranstaltungen, Neue Medien

Zum Erwerb der Vereinsmanager/in-C- Lizenz müssen aus diesen vier Themenbereichen jeweils 15 LE absolviert werden (insgesamt 60 LE). Die weiteren 60 LE werden aus den o. a. vier Themenbereichen frei gewählt:

**Tab. 2 Inhalte und Struktur der Vereinsmanager/in-C-Ausbildung**

Themenbereiche	Vereinsmanager/in-C	
	Pflicht- LE	Wahl- LE
<b>A</b>	<b>15</b>	<b>60</b>
<b>B</b>	<b>15</b>	
<b>C</b>	<b>15</b>	
<b>D</b>	<b>15</b>	

#### A. Organisations- und Personalentwicklung, Gremienarbeit

- a.1 Organisation und Verwaltung im DOSB / DKV (4 LE)
- a.2 Aktuelle Entwicklungen im Karate / DKV (3 LE)
- a.3 Strategieentwicklung im Verein/Verband (3 LE)
- a.4 Qualitätsmanagement im Verein / Verband (3LE)
- a.5 Organisation von Vereinsstrukturen (6 LE)
- a.6 EDV-gestützte Planung und Organisation (4 LE)
- a.7 EDV-gestützte Vereinsführung (4 LE)
- a.8 Personalmanagement [Personalplanung, -gewinnung, -entwicklung, -betreuung, -führung, -verwaltung] (6 LE)
- a.9 Auftreten und Verhalten als Führungskraft (4 LE)
- a.10 Kommunikation für Führungskräfte (4 LE)
- a.11 Sitzungs- und Versammlungstechniken (4 LE)
- a.12 Präsentationstechniken (2 LE)
- a.13 Durchführung der Mitgliederversammlung (4 LE)

#### B. Mitgliederverwaltung, Sportanlagen, Sportbetriebs-Management

- b.1 Allgemeine Verwaltung (2 LE)
- b.2 Mitgliederverwaltung (4 LE)
- b.3 Datenschutzrechtliche Bestimmungen (2 LE)
- b.4 Sportbetriebs-Management (10 LE)  
[u.a. Zeit- und Raumplanung, Trainings-/Wettkampfbetrieb, Sportgeräte-Inventarisierung/Kontrolle/Instandhaltung/Logistik, Finanzierung]

#### C. Finanzen, Steuern, Recht und Versicherungen

- c.1 Grundlagen des Vereinsrechts (4 LE)
- c.2 Satzung und Ordnungen des Vereins / DKV (4 LE)
- c.3 Der Verein / Verband als Arbeitgeber (3 LE)
- c.4 Arbeitsrechtliche Fragen (3 LE)
- c.5 Aufsichtspflicht und Haftung (4 LE)
- c.6 Finanzverwaltung (4 LE)
- c.7 Haushaltsführung (4 LE)
- c.8 Rechnungswesen und Controlling (4 LE)
- c.9 Sportrelevante Steuerarten (4 LE)
- c.10 Gemeinnützigkeit (4 LE)
- c.11 Sportförderung (4 LE)

#### D. Marketing, Kommunikation, Veranstaltungen, Neue Medien

- d.1 Öffentlichkeitsarbeit / PR (4 LE)
- d.2 Pressearbeit / Vereinszeitung (4 LE)
- d.3 Marketing im Verein (4 LE)
- d.4 Sponsoring (4 LE)
- d.5 Event- und Veranstaltungsmanagement (12 LE)
- d.6 Internet-Technologie / Homepage (4 LE)
- d.7 Multimedia-Anwendungen (3 LE)

Die aufgeführten Ausbildungsinhalte sollen sportübergreifende Aspekte mit der konkreten Praxis in Vereinen und Verbänden verbinden. Die Angaben der Lerneinheitenzahl (LE) sind als Mindestumfänge themenbereichsweise verbindlich. Die

Angaben in Klammern hinter den einzelnen Themen dienen dagegen lediglich als Empfehlung. Hiervon kann in sinnvollem Maß nach oben abgewichen werden. Der Gesamtumfang der Vereinsmanager/innen-C-Ausbildung soll 150 LE (einschließlich Lizenzprüfung) nicht überschreiten.

### **6.1.4 Ausbildungsordnung**

Voraussetzungen für die Zulassung zur Vereinsmanager/innen-C-Lizenzausbildung sind

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Schriftliche Anmeldung durch einen DKV-Mitgliedsverein

Die Lizenzausbildung umfasst mindestens 120 Lerneinheiten zuzüglich der Lizenzprüfung.

Überfachliche Inhalte können nach Absprache mit bzw. von den jeweiligen Landessportbünden angeboten werden.

Ausgewählte Inhaltsteile einer Vereinsmanager/innen-C-Ausbildung können im Umfang von 30 bis 40 LE als Vereinsassistent/innen-Lehrgang durchgeführt und zur Lizenzausbildung innerhalb von zwei Jahren anerkannt werden.

### **6.1.5 Lernerfolgskontrolle / Prüfung**

Ziele der Lernerfolgskontrolle:

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/innen

Die Lizenzprüfung besteht aus der

- Bearbeitung einer praxisorientierten Projektaufgabe mit Inhalten aus allen Themenfeldern
- ggf. ergänzenden mündlichen Prüfung

Die Prüfungsinhalte beziehen sich auf die Aufgaben- und Tätigkeitsfelder in Management und Verwaltung von Vereinen und Verbänden.

Die Praxisaufgaben beschreiben realistische Vereins-/Verbandssituationen, die in Kleingruppen zu bearbeiten (Bearbeitungszeit ca. zwei bis drei Zeitstunden) und anschließend der Prüfungskommission und der Lehrgangsguppe zu präsentieren sind (Präsentationszeit ca. 30 Minuten). Beurteilungskriterien sind inhaltlich-fachliche Qualität und die Art der Präsentation.

Die eventuelle mündliche Ergänzungsprüfung hat eine maximale Dauer von 20 Minuten.

Die Prüfung wird vor einer Prüfungskommission abgelegt, die der Deutsche Karate Verband benennt. Ihr gehört mindestens ein/e verantwortliche/r Vertreter des DKV sowie ein/e Referent/in aus einem der Themenfelder an. Über den Verlauf und die Ergebnisse der Lizenzprüfung ist ein Protokoll anzufertigen.

Die Prüfung wird mit "bestanden" oder "nicht bestanden" gewertet. Die Lizenzprüfung gilt als "bestanden", wenn alle Teile der Lizenzprüfung bestanden wurden. Sind einzelne Prüfungsteile nicht bestanden, können sie bis zu zweimal wiederholt werden. Werden Prüfungsteile versäumt, gelten sie als "nicht bestanden", wenn nicht der/die Kandidat/in unverzüglich nachweisen kann, dass er/sie das Versäumnis nicht zu vertreten hat. Die Prüfungsergebnisse sind dem/der Kandidat/in mitzuteilen.

### **6.1.6 Lizenzierung**

Zur Ausstellung der Vereinsmanager/innen-C-Lizenz durch den DKV müssen folgende Voraussetzungen innerhalb einer Gesamtausbildungszeit von maximal zwei Jahren erfüllt sein:

- aktive Teilnahme an allen Lehrgangsunterrichten
- erfolgreicher Abschluss der Lizenzprüfung
- Vollendung des 16. Lebensjahres

Die Vereinsmanager/innen-C-Lizenz ist im Gesamtbereich des Deutschen Karate-Verbandes vier Jahre lang gültig. Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet jeweils am 31. Dezember des vierten Jahres. Die Lizenzverlängerung wird durch Abschnitt IX.4 geregelt.

## VIII. Qualitätsmanagement und Personalentwicklung

### 1. Strukturqualität

Analog den Vorgaben der DOSB-Rahmenrichtlinien (vgl. Abschnitt VI. 1.1.1 der DOSB-RRL) wurden die einzelnen Ausbildungsgänge des Deutschen Karate-Verbandes nach den dort beschriebenen Kriterien konzipiert, um verpflichtend deren fachliche Qualität und Überprüfbarkeit zu gewährleisten.

### 2. Qualifikation der Lehrkräfte

Grundsätzlich sollten Lehrkräfte, die Lizenz-Ausbildungen leiten, über umfassendes Wissen und umfassende Erfahrungen in ihrem Spezialgebiet, aber auch Kenntnisse über konzeptionell-strukturelle Aspekte der Ausbildungsinhalte auf den verschiedenen Lizenzstufen verfügen.

Dieses ist deswegen von sehr großer Bedeutung, weil zum Beispiel abgesichert werden muss, dass in der 2.Lizenzstufe aufbauende Inhalte vermittelt werden und Wiederholung von Inhalten der 1.Lizenzstufe vermieden werden müssen, da hierfür keine zeitlichen Ressourcen vorhanden sind.

Die Lehrkräfte sollten darüber hinaus (je nach thematischem Spezialgebiet) über folgende berufliche Voraussetzungen (o.ä.) verfügen:

- Abgeschlossenes (Diplom-)Sportlehrerstudium bzw. Sportwissenschaft
- Diplom- bzw. A-Trainer/in-Lizenz im sportartspezifischen Bereich
- (Hochschul-)Berufsabschluss im medizinischen Bereich
- (Hochschul-)Berufsabschluss im pädagogischen Bereich
- (Hochschul-)Berufsabschluss im juristischen Bereich

Des Weiteren müssen sie über folgende Erfahrungen und Kenntnisse verfügen:

#### Fachliche und strukturelle Kompetenzen:

- Intensive fachliche Kenntnisse der jeweiligen Ausbildungsinhalte der Profile
- Intensive Kenntnis der vom Träger beschlossenen Konzeption im Qualifizierungsfeld
- Aktueller Informationsstand über Tendenzen, Entwicklungen und wissenschaftliche Erkenntnisse im jeweiligen Bereich
- Aktueller Informationsstand über bereichsspezifische Trends sowie Fähigkeit zu einer Einschätzung und Gewichtung
- Kenntnis der Qualifizierungsmöglichkeiten der Sportorganisation/en und über die Einordnung der Ausbildungsgänge

#### Praxiserfahrungen:

- Erfahrungen in der Durchführung von Angeboten in Sportverein /-verbänden
- Erfahrungen in der Lehrtätigkeit

#### Didaktisch-methodische Kompetenzen:

- Fähigkeit zur Gestaltung von Lernprozessen
- Fähigkeit zur Umsetzung von Ansprüchen moderner Erwachsenenbildung
- Fähigkeit zur Moderation von Gruppenprozessen
- Fähigkeit zum variierenden Material- und Medieneinsatz

### 3. Fortbildung der Lehrkräfte / Personalentwicklung

Der Deutsche Karate-Verband sowie seine Landesfachverbände sind in der Verpflichtung für ausreichende Fortbildungsmöglichkeiten der Lehrkräfte / Lehrgangsleitungen zu sorgen, um die fachliche, methodische und soziale Kompetenzen der Lehrkräfte zu fördern, damit diese die notwendigen Maßnahmen der Personalentwicklung bei ihrer Lehrtätigkeit umsetzen können.

Daher sollte auch die Teilnahme an Fortbildungsveranstaltungen externer Träger (wie z.B. der Landessportbünde oder des DOSB) unterstützt werden, da die gewonnenen Erkenntnisse qualitativ verbessernd auch in die sportartspezifische Lehrarbeit einfließen.

Für diese weitere Qualifizierung hat u.a. der DOSB eine spezielle „Rahmenkonzeption für die Fortbildung von Lehrkräften“ erstellt. Sie enthält didaktisch-methodische, sozial-kommunikative und fachlich-inhaltliche Fortbildungsmodulare für eine bedarfsgerechte Multiplikatorenentwicklung.

Auch die formalen und strukturellen Neuerungen in diesen DKV-Richtlinien wie die Etablierung der Vorstufenqualifikationen, die mögliche Kombination von Ausbildungsgängen und die Herabsetzung der Altersgrenzen für die erstmalige Erteilung von Lizenzen sind konkrete Maßnahmen einer systematischen Personalentwicklung zur Gewinnung und Bindung junger Menschen und neuer Zielgruppen an den organisierten Sport.

Weitere Hinweise zur Personalentwicklung geben die DOSB-Rahmenrichtlinien unter Abschnitt VI.2.

### 4. Qualität der Gestaltung der Lehr- und Lernprozesse

Die Grundprinzipien für die Gestaltung von Qualifizierungsmaßnahmen wie Teilnehmer/innen-, Handlungs- und Prozessorientierung, Umgang mit Verschiedenheit etc., die in diesen Qualifizierungsrichtlinien des DKV unter Abschnitt II. beschrieben und festgelegt wurden, sind in der konkreten Lernsituation umzusetzen.

Wesentliche Voraussetzungen für die Sicherstellung eines systematischen Ablaufs der Lernsituationen werden im DKV gewährleistet durch die:

- Erstellung und Einsatz von aufeinander abgestimmten Lehr-/Lernmaterialien für Teilnehmende und Lehrkräfte
- Durchführung der Lehrgangsmaßnahmen unter qualitativ angemessenen Rahmenbedingungen (geeignete Seminarstätten, Unterrichtsräume, mediale Ausstattung, Übernachtungs- sowie Verpflegungsmöglichkeiten u. ä.)
- Absicherung eines angemessenen Methoden- und Medieneinsatzes durch die Qualifikation der Lehrkräfte
- systematische Evaluierung des Unterrichts auf Landes- und Bundesebene, um lernprozessbegleitend inhaltliche und mittelfristig strukturelle Verbesserungen vornehmen zu können.

## **5. Qualitätsstandards für die Umsetzung / Qualitätsbeauftragte**

Die jeweiligen Landeslehrwart/innen bzw. der/die Bundeslehrwart/in fungieren gleich-zeitig auch als Qualitätsbeauftragte auf Landesfachverbands- bzw. DKV-Ebene.

Sie sind neben der Qualitätssicherung der aktuell durchzuführenden Ausbildungsgänge sowie der damit verbundenen umfassenden Beratung und Unterstützung der Lehrkräfte auch für die Auswertung der Evaluierung und die systematische Umsetzung der daraus resultierenden Verbesserungspotenziale zuständig.

Neben der Evaluierungsauswertung werden zur weiteren Sicherung einheitlicher Qualitätsstandards weitere Maßnahmen bei den Lehrwarte-Treffen der Landeslehrwarte aufgrund der gesammelten Erfahrungen mit den neuen DKV-Qualifizierungsrichtlinien erarbeitet.

Auch die dazugehörige Erarbeitung bzw. Optimierung von geeigneten Lehr- und Lernmaterialien zur Umsetzung der in diesen Richtlinien beschriebenen Ausbildungsgänge soll in einem von den Landesfachverbänden mitgetragenen, konzertierten Prozess unter der Führung des DKV durchgeführt werden.

## **6. Evaluierung**

Zur systematischen Erhebung der Teilnehmer/innen-Erwartungen sowie deren Grades der Zufriedenheit mit den Leistungen der Bildungsträger wird innerhalb des Deutschen Karate-Verbandes und seiner Landesfachverbände für jeden Ausbildungsgang eine Evaluierung mittels eines standardisierten Bewertungsbogens verbindlich durchgeführt.

Auch die Wirksamkeit der Qualifizierungsmaßnahmen, der Teilnehmer-Nutzen sowie die praktische Anwendbarkeit des Gelernten werden so regelmäßig dokumentiert und überprüft.

Für die Umsetzung der daraus resultierenden Verbesserungspotenziale sind die Qualitätsbeauftragten zuständig.

## IX. Lizenzordnung und weitere Bestimmungen

### 1. Anerkennung anderer Ausbildungsabschlüsse

Die Anerkennung von inhaltsgleichen Teilen der Ausbildung ist bis zu einem Drittel auf Antrag möglich. Die Antragsprüfung obliegt dem/der durchführenden Lehrwart/in. Überfachliche Ausbildungsinhalte, die außerhalb des DOSB-Ausbildungssystems erworben wurden, wie z. B. sportwissenschaftliche, (sozial-)pädagogische oder ähnliche Abschlüsse, können von den Landessportbünden sowie von den Landesverbänden des DKVs und dem DKV selbst anerkannt werden angerechnet werden.

Karatespezifische Inhalte werden nur von den Landesverbänden des Deutschen Karate-Verbandes und dem DKV, bzw. ab der dritten Lizenzstufe ausschließlich vom DKV selber anerkannt.

Für die Vereinsmanager/in-C-Lizenz-Ausbildung können auch Nachweise anerkannt werden, die in Kurzschulungen (z.B. bei LSB –Seminaren) erworben wurden. Dafür gelten folgende Kriterien:

- Mindestumfang solcher Kurzschulungen: 4 LE
- mehr als 20 LE werden nicht angerechnet
- zum Zeitpunkt der Anerkennung darf die Qualifizierungsmaßnahme nicht länger als zwei Jahre zurückliegen.

Die Ausbildung zur/zum Trainer-Assistent/in wird als Vorstufenqualifikation auf eine spätere Ausbildung auf der 1. Lizenzstufe zur/zum Trainer/in-C Breiten- oder Leistungssport anerkannt.

### 2. Zusammenarbeit mit Landessportbünden

Die durchführenden Landeskarateverbände können die Ausbildungen der ersten und zweiten Lizenzstufe in Zusammenarbeit mit den jeweiligen Landessportbünden anbieten.

Träger der Ausbildung zur Übungsleiter/in-B Präventions-Lizenz kann auch ein Landessportbund in Kooperation mit einem Landeskarateverband bzw. dem DKV sein.

Werden dabei diesen Richtlinien entgegenstehende Bestimmungen angewandt, bedürfen diese der Zustimmung des DKV.

### 3. Gültigkeit von erstmalig erworbenen Lizenzen

Eine bei einem DOSB-Mitgliedsverband erworbene Lizenz ist im Gesamtbereich des Deutschen Olympischen Sportbundes gültig.

Die 1. Lizenzstufe (entspricht der C-Lizenz) ist Voraussetzung für die öffentliche und/oder verbandliche Bezuschussung der Tätigkeit in Sportvereinen und -verbänden. Die Gültigkeitsdauer beginnt mit dem Ausstellungsdatum der Lizenz.

Die im DOSB / DKV erworbenen Lizenzen sind für folgende Zeiträume gültig:

- nach Erwerb der 1. Lizenzstufe: vier Jahre
- nach Erwerb der 2. Lizenzstufe: vier Jahre
- nach Erwerb der 3. Lizenzstufe: zwei Jahre
- nach Erwerb der 4. Lizenzstufe: zeitlich unbegrenzt

Mit dem Abschluss einer Ausbildung auf der jeweiligen Lizenzstufe wird zunächst eine Grundqualifikation erreicht. Die zeitliche und inhaltliche Begrenzung dieser Ausbildungsgänge macht jedoch eine weitergehende Fortbildung im Karate auf allen Lizenzebenen notwendig.

### 4. Verlängerung gültiger Lizenzen

Die Fort- und Weiterbildungsveranstaltungen werden von den jeweiligen Trägern der Ausbildungsmaßnahmen angeboten.

Die Fortbildung hat in der vom Teilnehmer jeweils höchsten erlangten Lizenzstufe zu erfolgen.

Der Erwerb einer höheren Lizenzstufe verlängert automatisch die niedrigere Lizenzstufe.

Eine Fortbildung von mindestens 15 LE für gültige Lizenzen muss wahrgenommen werden:

- nach Erwerb der 1. Lizenzstufe innerhalb von **vier** Jahren
- nach Erwerb der 2. Lizenzstufe innerhalb von **vier** Jahren
- nach Erwerb der 3. Lizenzstufe innerhalb von **zwei** Jahren

Die Verlängerung von Lizenzen der ersten und zweiten Lizenzstufe kann durch den ausstellenden Landeskarateverband oder den DKV vorgenommen. Bei einem Vereinswechsel des/der Lizenzinhaber/in wird der gegebenenfalls neue Landesverband für die Lizenzverlängerung zuständig. Die Verlängerung von Lizenzen der dritten Lizenzstufe wird grundsätzlich nur durch den Deutschen Karate-Verband vorgenommen.

Für Diplom-Trainer/innen bietet die DOSB-Trainerakademie eigene Fortbildungsveranstaltungen an.

Der Erwerb einer höheren Lizenzstufe verlängert automatisch die Gültigkeitsdauer der niedrigeren Lizenzstufe mit. Dieses gilt nur für die Lizenzstufen C, B und A.

## 5. Verlängerung ungültig gewordener Lizenzen

Bei Überschreitung der Gültigkeitsdauer von Lizenzen wird wie folgt verfahren:

### Für die 1. und 2. Lizenzstufe:

- Fortbildung im 1. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:  
die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung mit mindestens 15 LE um drei Jahre verlängert.
- Fortbildung im 2. und 3. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:  
die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung mit 30 LE um vier Jahre verlängert.
- Überschreitung der Gültigkeitsdauer um vier und fünf Jahre:  
die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch von Fortbildungsveranstaltungen mit insgesamt 45 LE um vier Jahre verlängert.
- Überschreiten der Gültigkeitsdauer um mehr als fünf Jahre:  
Die gesamte Ausbildung ist neu zu absolvieren.

### Für die 3. Lizenzstufe:

- Fortbildung im 1.- 3. Jahr nach Ablauf der Gültigkeit:  
die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch einer Fortbildungsveranstaltung mit 30 LE um zwei Jahre verlängert.
- Überschreitung der Gültigkeitsdauer um vier und fünf Jahre:  
die Gültigkeitsdauer der Lizenz wird nach dem erfolgreichen Besuch von Fortbildungsveranstaltungen mit insgesamt 45 LE um zwei Jahre verlängert.
- Überschreiten der Gültigkeitsdauer um mehr als fünf Jahre:  
Die gesamte Ausbildung ist neu zu absolvieren.

Die Verlängerung von Lizenzen der ersten und zweiten Lizenzstufe wird grundsätzlich durch den ausstellenden Landeskarateverband vorgenommen. Bei einem Vereinswechsel des/der Lizenzinhaber/in wird der gegebenenfalls neue Landesverband für die Lizenzverlängerung zuständig.

Die Verlängerung von Lizenzen der dritten Lizenzstufe wird grundsätzlich nur durch den Deutschen Karate-Verband vorgenommen

## 6. Anerkennung von überfachlichen Fortbildungen

Über eine Anerkennung überfachlicher Fortbildungen, (z.B. durch die Landessportbünde oder den Deutschen Olympischen Sportbund), zur Lizenzverlängerung entscheiden die jeweils zuständigen Landeskarateverbände bzw. der Deutsche Karate-Verband.

Fortbildungen für Vereinsmanager/innen-C werden durch den Deutschen Karate-Verband bzw. durch die Landeskarateverbände durchgeführt.

Auf Antrag können vertiefende Vereins-Management-Angebote der DOSB-Führungsakademie Köln und/oder der Landessportbünde anerkannt werden.

## 7. Erfassung von DKV-Lizenzen

Der Deutsche Karate-Verband erfasst alle Inhaber/innen von Übungsleiter/innen-, Trainer/innen- und Vereinsmanager/innen-Lizenzen mit Namen, Anschrift, Geburtsdatum und Lizenznummer über seine Landeskarateverbände. Die Angaben werden im Sinne des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) vertraulich behandelt. Einmal jährlich melden die Landeskarateverbände dem DKV zur Weitergabe an den DOSB die Zahl neu erteilter und im DKV gültiger Lizenzen.

## 8. Lizenzentzug

Der Deutsche Karate-Verband hat das Recht, bei schwerwiegendem Verstoß gegen die DKV-Satzung oder ethisch-moralische Grundsätze (s. DOSB-Ehrenkodex für Trainer/-innen) Übungsleiter/innen-, Trainer/innen- bzw. Vereinsmanager/innen-Lizenzen zu entziehen.

Dieses gilt ebenfalls für Tätigkeiten bzw. Mitgliedschaften in konkurrierenden (Karate-) Verbänden.

## 9. Lernerfolgskontrollen / Prüfungen

Das Bestehen der Lernerfolgskontrollen ist Grundlage für die Lizenzerteilung. Die Lernerfolgskontrollen sind zu dokumentieren. Die bestandenen Lernerfolgskontrollen sind der Nachweis dafür, mit der im jeweiligen Ausbildungsgang erworbenen Qualifikation im entsprechenden Einsatzgebiet tätig werden zu dürfen. Die für eine Lernerfolgskontrolle erforderliche Zeit ist in den einzelnen Ausbildungsgängen vorgegeben.

**Grundsätze:**

- eine Lernerfolgskontrolle darf nur solche Inhalte umfassen, die auch in der Ausbildung vermittelt wurden
- eine Lernerfolgskontrolle kann punktuell, im Rahmen des Unterrichts oder prozessbegleitend, z. B. am Ende von Ausbildungsblöcken, stattfinden
- die Kriterien für das Bestehen der Lernerfolgskontrolle/Erlangen der Lizenz sind Zu Beginn der Ausbildung offen zu legen
- Elemente der Lernerfolgskontrolle werden im Lehrgang vorgestellt und erprobt

#### **Ziele der Lernerfolgskontrolle:**

- Nachweis des Erreichens der Lernziele
- Aufzeigen von Wissenslücken
- Feedback für die Lernenden
- Nachweis der Befähigung zur Übernahme des Aufgabengebiets
- Feedback für die Ausbilder/Ausbilderinnen

#### **Formen der Lernerfolgskontrolle:**

Folgende Formen der Lernerfolgskontrollen werden innerhalb der DKV-Richtlinien in den verschiedenen Ausbildungsgängen eingesetzt:

- aktive Mitarbeit während der gesamten Ausbildung
- Nachweis der praktischen Demonstrationsfähigkeit
- Darstellung von Gruppenarbeitsergebnissen in Theorie und Praxis
- Schriftliche Ausarbeitung / Vorbereitung einer Lehrprobe
- Planung, Durchführung und Reflexion einer Lehrprobe (Übungsstunde)
- Hospitationen in Vereinsgruppen mit Beobachtungsprotokoll (Auswertungsgespräch über beobachtete Aspekte der Unterrichtsgestaltung und -inhalte)
- Schriftliche Klausur über relevante Ausbildungsinhalte
- Mündliches Prüfungsgespräch

Die jeweiligen Formen der eingesetzten Lernerfolgskontrollen werden innerhalb der einzelnen DKV-Ausbildungsgänge detailliert beschrieben.

Für den Lizenzerwerb muss in allen Ausbildungsgängen (außer VM-Ausbildungen) mindestens eine praxis-orientierte Lernerfolgskontrolle absolviert werden, in der die Lehrbefähigung nachgewiesen wird (vgl. Abschnitt VII.3.2 der DOSB-RRL).

Die Lernerfolgskontrolle zum Abschluss der DOSB-Vereinsmanager/in-C-Ausbildung besteht im Nachweis des Lernerfolges in den einzelnen Themenbereichen.

#### **Ergebnis der Lernerfolgskontrolle:**

Die Lernerfolgskontrolle wird mit „bestanden“ oder „nicht bestanden“ gewertet.

Die Ausbildungsträger legen in ihren Ausbildungskonzeptionen für jeden Ausbildungsgang fest, unter welchen Bedingungen eine Lernerfolgskontrolle als „nicht bestanden“ bewertet wird und unter welchen Bedingungen eine Wiederholung der Lernerfolgskontrolle erfolgen kann.

## **10. Inkrafttreten**

Die bisherigen Lizenzausbildungen werden unter Einbeziehung der erteilten und gültigen Lizenzen anerkannt.

Diese "Richtlinien für die Qualifizierung von Übungsleiter/innen, Trainer/innen und Vereinsmanager/innen im Karate" treten auf Beschluss der DKV-Bundesversammlung am 27.10.2007, 05.11.2011, 10.11.2012, 22.11.2014, 21.11.2015 und vom 18.11.2017 in Kraft.

Die Trainerausbildungsordnung des DKV vom 18.11.2000 verliert damit ihre Gültigkeit.