

Bundesverband für karnevalistischen Tanzsport in Deutschland e.V. - Der Sport- und Lehrwart -

Rahmenrichtlinien für die Ausbildung von Trainerinnen und Trainern - C (120 LE)

Handlungsfelder

Die Tätigkeit der TrainerInnen C im karnevalistischen Tanzsport besteht vor allem in der Sichtung, Förderung und Ausbildung am Tanzsport interessierter, talentierter Menschen. Schwerpunkte ihrer Arbeit sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des Grundlagentrainings für Anfänger und Fortgeschrittene.

Die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen einerseits und mit Erwachsenen andererseits stellt sehr unterschiedliche Anforderungen an die sozialen, inhaltlichen und methodischen Kompetenzen der TrainerInnen. Sie sind pädagogisch tätig und tragen in dieser Rolle dazu bei, die Sporttreibenden in ihrer sportlichen, persönlichen und sozialen Entwicklung anzuleiten, zu unterstützen und ihre Selbständigkeit zu fördern.

Kompetenzen

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

1. Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz

Die TrainerInnen C im karnevalistischen Tanzsport

- haben die Fähigkeit, die Teilnehmenden zu motivieren und an den Sport zu binden
- sind sich ihrer und ihrer ethisch-moralischen Verantwortung bewusst
- wissen um die Verschiedenheit in Gruppen (z.B. alters- und leistungsbedingte, geschlechtsspezifische, kulturell bedingte Unterschiede) und sind in der Lage, das in ihrer Vereinsarbeit zu berücksichtigen
- kennen wichtige Grundlagen der Kommunikation und orientieren sich in ihrem Verhalten daran

- berücksichtigen die Interessen und Erwartungen der Gruppenmitglieder bei der Stundenplanung
- sind bereit und in der Lage, eigene Einstellungen und Verhaltensweisen in Frage zu stellen und auf Anregung von außen sich weiterzuentwickeln
- fördern soziales Verhalten, Teamarbeit und Teilhabe in der Gruppe
- wissen um die Bedeutung der Reflexion eigener Einstellungen, Werte und Verhaltensweisen und haben die Fähigkeit zur Selbstreflexion
- sind in der Lage, sich für die eigene Arbeit persönliche Ziele zu setzen, die in Einklang stehen zu den Zielen der Gruppe und den Zielen des Sportvereins
- erkennen, dass die Lehrtätigkeit im Sport Bildungsarbeit ist.

2. Fachkompetenzen

Die TrainerInnen C im karnevalistischen Tanzsport

- verfügen über pädagogische und sportfachliche Grundkenntnisse
- haben Kenntnisse zur Zielgruppe (Kinder, Jugendliche oder Erwachsene) erlangt
- können Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote inhaltlich und organisatorisch gestalten und nach jeweiliger Zusammensetzung der Zielgruppe und Zielsetzung variieren
- können Bewegungsabläufe veranschaulichen, analysieren, beobachten und korrigieren
- wissen um die Anpassungsfähigkeit des menschlichen Körpers auf systematische Beanspruchung
- können motorische und soziale Talente erkennen und entsprechend beraten und auf sie einwirken
- erkennen motorische Defizite und können Hilfen anbieten zu deren Behebung
- können die Bedeutung angemessener Bewegung für eine gesunde Lebensführung vermitteln und zum regelmäßigen Sporttreiben motivieren
- kennen Ziele, Aufgaben und Strukturen des gemeinwohl-orientierten Sportvereins und können ihr Handeln danach ausrichten
- kennen bedeutende gesellschaftliche Rahmenbedingungen des Sports und wissen um ihre Bedeutung für die Zukunftsfähigkeit des Sportvereins
- wissen um Entwicklungen im Leistungs-, Freizeit- und Breitensport und sind in der Lage, sie kritisch zu bewerten und für die eigene Zielgruppe nutzbar zu machen

3. Methoden- und Vermittlungskompetenz

Die TrainerInnen C im karnevalistischen Tanzsport

- kennen unterschiedliche Lehr- und Lernkonzepte, Vermittlungsmethoden und Motivierungsstrategien und können sie im Tanzsport anwenden
- kennen wesentliche Grundsätze des Lernens und können diese auf die unterschiedlichen Lernsituationen und Lerntypen anwenden
- sind in der Lage, die Teilnehmer ihrer Gruppen bei der Zielsetzung und den Abläufen der Angebote zu beteiligen
- können tänzerische Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote ziel- und personen- orientiert mittel- und langfristig planen
- sind in der Lage, tänzerische Bewegungsstunden zu planen, entsprechende Stundenverläufe zu erstellen und situationsabhängig zu variieren
- kennen verschiedene Methoden der Reflexion und können sie sensibel und situationsgerecht anwenden
- können die Erfahrungen im Lehrgang übertragen auf ihre zukünftige Tätigkeit im Sportverein

Ausbildungsinhalte

Inhaltsbereich 1: **Person und Gruppe (12 LE)**

Grundlegende Inhalte, Methoden und Organisationsformen für den Umgang mit Sportlerinnen, Sportlern und Sportgruppen

- zielgruppenorientierte Planung und Gestaltung von Trainingseinheiten im Leistungssport mittels eines didaktischen Rasters
- Belastung, Entwicklung und Trainierbarkeit exemplarisch an einer Altersstufe
- Grundlagen der Kommunikation und bewährte Verfahren des Umgangs mit Konflikten
- Umgang mit Verschiedenheit
- Gender Mainstreaming als Prinzip zur Sicherung der Chancengleichheit von Frauen und Männern
- Grundlagen der Sportpädagogik: Leiten, Führen, Betreuen und Motivieren
- Verantwortung von Trainerinnen und Trainern für die individuelle Persönlichkeitsentwicklung der Aktiven im und durch Sport

Inhaltsbereich 2: **Bewegungs- und Sportpraxis (25 LE)**

- allgemeine und spezielle Trainingsinhalte und -methoden für die Grundausbildung
- Sportbiologie: Wie funktioniert der Körper? (Herz-Kreislauf-System, Muskulatur, Trainingsanpassung)
- Funktionsgymnastik zur Förderung von Kraft und Beweglichkeit
- zielgruppenspezifische Übungen zur Förderung der Teilbereiche der Koordination
- Grundlegende Informationen zum Thema "Stress und Entspannung"
- Bedeutung der Sinneswahrnehmung für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und für die Lebensqualität der Erwachsenen
- Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport für die Gesundheit bestimmter Zielgruppen unter Berücksichtigung von deren Risikofaktoren (gesundes Sporttreiben, Dosierung und Anpassungseffekte)
- Grundlegendes Gesundheitsverständnis
 - Gesundheitsbegriff (Gesundheitsverständnis der WHO etc)
 - Beispiele der Gesundheitsförderung durch Tanzen

- Motorische Beanspruchungsformen
 - Grundlagen und Funktionsweise des Herz-Kreislauf-Systems
 - Grundlagen und Funktionsweise des Haltungs- und Bewegungsapparates
 - Grundlagen und Bedeutung der Koordination
- Entwicklungsstufen
 - Belastbarkeit in den einzelnen Entwicklungsstufen
 - Konsequenzen für die Trainingspraxis
- Zusammenhang von Sport und Gesundheit unter besonderer Berücksichtigung geistiger und sozialer Aspekte

Inhaltsbereich 3: **Verein und Verband (8 LE)**

- Aufgaben des Sports und der Sportorganisationen und deren Bedeutung für den Vereinssport
- Basiswissen über die Aufgaben von Trainerinnen und Trainern in Sportgruppen
- Verhaltensweisen im Zusammenhang mit Aufsichts- und Sorgfaltspflicht, haftungs- und vereinsrechtliche Grundlagen
- Qualifizierungsmöglichkeiten in den Sportorganisationen
- Sportstrukturen, Mitbestimmung und Mitarbeit
- Verschiedene Handlungsfelder im Sport (Freizeit-, Breiten-, Leistungssport)
- Regeln und Wettkampfsysteme im Tanzsport
- Motive der Sporttreibenden, Wandel der Motive
- Antidopingrichtlinien
- Ehrenkodex für Trainerinnen und Trainer

Inhaltsbereich 4: **Karnevalistischer Tanzsport (nach Broschüre) (75 LE)**

Die TeilnehmerInnen sollen die Techniken des karnevalistischen Garde- und Schautanzes beherrschen, die Kriterien für die Bewertung von Tänzen kennen und beim Aufbau eines Tanzes anwenden bzw. berücksichtigen können.

- 4.1 Grundkenntnisse der Musiktheorie
- Takt, Rhythmus, Geschwindigkeit
 - Musikauswahl

- Visualisierung
- 4.2 Musikalische Grundbewegungsformen
- Musikumsetzung durch Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen
 - Körpergefühl aufbauen und Körperbildung durch gymnastische Übungen unter Aufnahme und Verarbeitung der Musik in verschiedenen Rhythmen und Tempi
 - Findung der Körpermitte als physisches Zentrum und Ausgangspunkt jeder Bewegung
- 4.3 Techniken des Gardetanzes
- Raumrichtungen (Festlegung nach Waganowa)
 - Fußpositionen (abgeleitet vom klassischen Tanz, in Parallelposition ausgeführt)
 - Armpositionen
 - Beinhöhen
 - Grundschrirte (Marschieren, Kreuz-Schritte, Schiebe- und Polkaschritte, Ferse Spitze-Schritte, Winkelschritte, Beinwürfe, Drehungen)
- 4.4. Gardetanz
- Aufmarsch und Grundstellung (kurzer Weg, Gleichschritt, Abstände, Wendepunkte, Körperhaltung, Stillstand)
 - Schwierigkeitsgrad (Spagat, Beinführung/Stehspagat, Krakowiak, Russenkreisel, Rad, Radwende, Bogengang, Sprünge, Hebungen)
 - Schrittviefalt (von den Grundschrirten zu Variationen und Kombinationen, Einsatz verschiedenster Arm- und Kopfbewegungen)
 - Darstellung der Disziplin (differenziert nach den Disziplinen Tanzmariechen, Tanzpaare, weibliche, männliche und gemischte Gardetanz)
 - Choreographie (Tänzerische Umsetzung der Musik, Aufbau des Tanzes, Raumaufteilung, choreographische Bilder, Formationswechsel)
 - Gestaltung von Uniformen
- 4.5 Schautanz
- Stilrichtungen (humoristische -, folkloristische -, moderne Tänze, Jazz - Dance)
 - Thema und Musikauswahl (altersgerecht)
 - Aufbau und Gestaltung
 - Schritt- und Bewegungsviefalt
 - Choreographie
 - Kostüm (Gestaltung, Schminken, Kostümwechsel)
- 4.6 Beurteilungskriterien
- Tanzturnierordnung des BDK
 - Bewertungskriterien
 - Gardetanz
 - Schautanz