

# **Ausbildungsordnung des Deutschen Judo-Bundes e.V. (DJB)**



**Stand: Juni 2018**

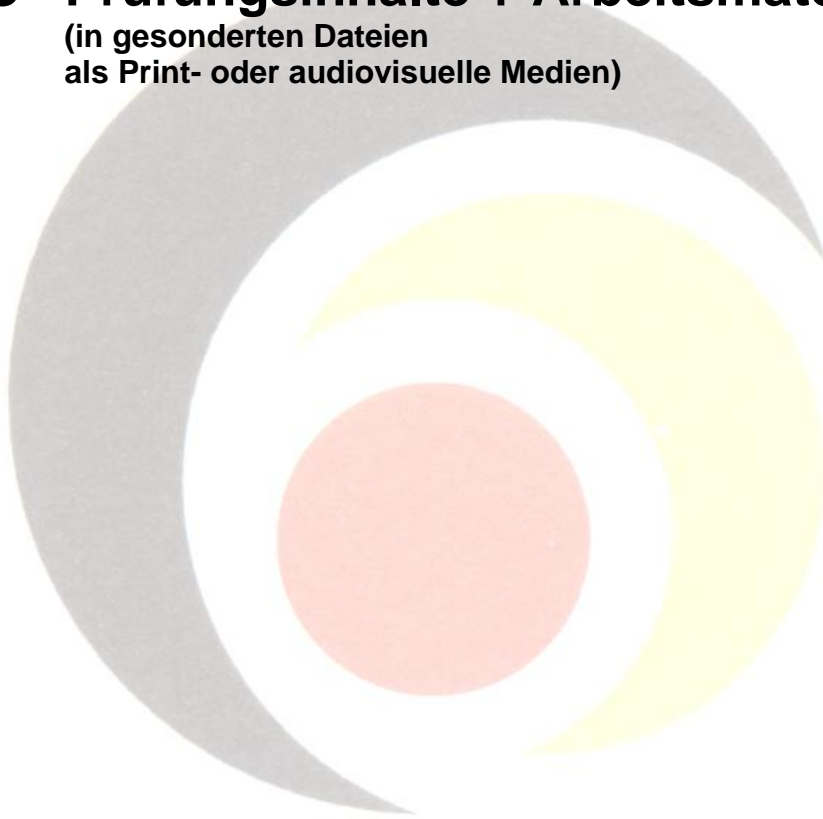
**erarbeitet von  
Leo Held, Klaus Keßler, Uli Klocke, Ralf Lippmann,  
Ralf Pöhler und Dr. Hans-Jürgen Ulbricht, 1999,  
aktualisiert von Raphael Ptack und Ralf Lippmann,  
Juni 2018**

# Inhalt

**Teil A Ausbildungsordnung**

**Teil B Ausbildungsinhalte und -ziele**

**Teil C Prüfungsinhalte + Arbeitsmaterialien**  
(in gesonderten Dateien  
als Print- oder audiovisuelle Medien)



# Teil A Ausbildungsordnung

Zur Vereinfachung des Leseflusses wird in diesem Skript stellvertretend für die weibliche und männliche Form nur die männliche benutzt.

## 1 Grundsätzliches

Die Ausbildungsordnung des DJB regelt die Ausbildung, Prüfung, Lizenzierung und Fortbildung im Bereich des Lehrwesens im DJB.

Diese Ordnung orientiert sich an den Rahmenrichtlinien für Ausbildung im Bereich des Deutschen Olympischen Sportbundes e.V. (DOSB) und erkennt diese voll inhaltlich an.

Die Ausbildungsordnung für das Lehrwesen des DJB gliedert sich in

- einen formalen Teil, der Zulassungsvoraussetzungen, Lehrkräfteeinsatz, Ausbildungsrahmen, Prüfung und Lizenzierung regelt, und
- einen inhaltlichen Teil, der Inhalte und Themen ausweist, sowie
- Prüfungsanforderungen und Arbeitsmaterialien (gesonderte Dateien).

### 1.1 Allgemeine Zielsetzung der Ausbildung: Erwerb von Handlungskompetenz

Die Ausbildung soll die Mitarbeiter auf die Bewältigung zukünftiger Aufgaben als Trainer im Judoverein/-verband vorbereiten. Übergeordnetes Ziel der jeweiligen Ausbildungsstufe ist der Erwerb von Handlungskompetenz, die es dem Übungsleiter und Trainer ermöglicht, die von ihm betreute Sportlergruppe auf der entsprechenden Alters- und Entwicklungsstufe zu trainieren und zu betreuen, sie zu sportlichen Leistungen zu motivieren und den Trainings- und Wettkampfbetrieb zu organisieren. In Bezugnahme auf die Rahmenrichtlinien zur Qualifizierung des DOSB (RRL), hat Handlungskompetenz als Leitziel für alle Ausbildungsgänge und -stufen eine besondere Bedeutung<sup>1</sup>. Sie verknüpft Wissen, Können und Verhalten in Bezug auf ein erfolgreiches, ganzheitliches Handeln miteinander. Handlungskompetenz schließt Sozialkompetenz, Fachkompetenz, Methoden- und Vermittlungskompetenz sowie strategische Kompetenz ein und ist die Basis für engagierte, motivierte Eigenaktivität.

Kompetenzen kann man anderen nicht vermitteln; man kann ihnen nur helfen, sich auf der Grundlage des vermittelten Wissens und Könnens Kompetenzen selbst anzueignen. Kompetenzen haben bei Ausbildungsplanung und -durchführung den Rang von Zielen. Nachfolgend werden inhaltliche Wesensmerkmale der Kompetenzbereiche, die im Qualifizierungssystem des DSB dominierend sind, beispielhaft und allgemein dargestellt:

---

<sup>1</sup> Die Zielsetzung und didaktisch-methodische Umsetzung orientiert sich unmittelbar an den RRL des DOSB (DSB, 2005, S. 14ff).

Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz (Sozialkompetenz) umfasst ein Bündel von Eigenschaften, Fähigkeiten und Fertigkeiten einer Person, die im Umgang mit anderen Menschen/Gruppen, Situationen, die pädagogisch richtiges Verhalten erfordern, und bei der Lösung von Konflikten zum Tragen kommen.

Fachkompetenz beschreibt das (sportfachliche) Wissen und Können, das zur inhaltlich qualifizierten Planung, Durchführung und Auswertung von Sportangeboten sowie im Vereins-/Verbandsmanagement notwendig ist.

Methoden- und Vermittlungskompetenz beschreibt Kenntnisse und Fähigkeiten in Bezug auf Methoden und Verfahren:

- zur Vermittlung von Inhalten,
- zur Planung, Durchführung und Auswertung von Vereins-/Verbandsangeboten,
- zur Erledigung von Aufgaben in der Führung, Organisation und Verwaltung von Vereinen und Verbänden.

Strategische Kompetenz beinhaltet das Denken in Netzwerken, das Wissen um die Bedeutung der strategischen Positionierung sportlicher Angebote, die Weiterentwicklung von Sportorganisationen und die Reflexion, wie diese den internen und externen Rahmenbedingungen angepasst werden können.

Diese Kompetenzbereiche bilden ein Ganzes und bedingen sich wechselseitig. Für ihre Ausprägung leisten alle Ausbildungsanteile ihren spezifischen Beitrag. In der Addition ergeben sie, wie oben erwähnt, die Handlungskompetenz, das Leitziel für alle Ausbildungsgänge und -stufen.

Bei der Formulierung der Ziele einzelner Ausbildungsgänge werden die Kompetenzen im Sinne eines analytischen Verfahrens getrennt voneinander aufgeführt.

Die einzelnen Ausbildungsgänge und Ausbildungsstufen sollen möglichst das gesamte Spektrum des Judoports erfassen.

## **1.2 Didaktisch-methodische Grundlagen**

### Teilnehmerorientierung und Transparenz

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 im Rahmen der konzeptionellen Grundlagen der jeweiligen Qualifizierungsmaßnahme. Dazu sind Reflexionsprozesse notwendig, für die bei der Vorbereitung der Lehrgangsgestaltung genügend Zeit einzuplanen ist. Ziele, Inhalte und Arbeitsweisen/Methoden der Ausbildung haben für die Teilnehmenden grundsätzlich transparent zu sein.

### Umgang mit Verschiedenheit / Geschlechtsbewusstheit (Gender Mainstreaming, Diversity Management)

Gemäß dem Leitprinzip des „Gender Mainstreamings“ sollen die Ausbildungsinhalte die unterschiedlichen Alltagswelten von Frauen und Männern, Mädchen und Jungen in den jeweiligen sozialen und sportlichen Lebenslagen berücksichtigen und bei der Umsetzung entsprechende Erfahrungs- und Entfaltungsspielräume bieten. Aber nicht nur Mädchen/Frauen und Jungen/Männern soll ein selbstverständliches Miteinander in den Vereinen ermöglicht werden, sondern allen gesellschaftlichen Gruppen unabhängig von Geschlecht, Alter, Behinderung, Nationalität, ethnischer Herkunft, religiöser Überzeugung und sexueller Orientierung. Dieser Ansatz des „Diversity Managements“ soll in allen Aspekten der Ausbildung, aber auch des Trainings- und Vereinsalltags von vornherein Berücksichtigung finden.

### Zielgruppenorientierung/Verein als Handlungsort

Im Fokus aller zu behandelnden Themen stehen einerseits die Lebens- und Bewegungswelt der zu betreuenden Zielgruppe und andererseits die speziellen Rahmenbedingungen für die Arbeit im jeweiligen Verein. Ein enger Bezug zur realen Situation soll eine möglichst unmittelbare Umsetzung des Gelernten in die Praxis ermöglichen.

### Erlebnis-/Erfahrungsorientierung und Ganzheitlichkeit

Die Vermittlung der Inhalte erfolgt erlebnis-/erfahrungsorientiert und ganzheitlich. Durch die Wahl der Inhalte und Methoden werden verschiedene Erfahrungs-, Lern- und Erlebnisweisen angesprochen, was gewährleistet, dass Lernen nicht nur über den Kopf geschieht. Die Wahl unterschiedlicher Methoden, die jeweils verschiedene Sinneskanäle ansprechen (z. B. visuelle, akustische, taktile), soll den unterschiedlichen Lerntypen und ihrer primären Art, Informationen aufzunehmen und zu verarbeiten, gerecht werden. Qualifizierungsangebote im Sport zeichnen sich durch einen gezielten Wechsel von Theorie- und Praxiseinheiten sowie einen flexiblen Umgang mit Anspannung und Entspannung, Bewegung und Ruhe aus.

### Handlungsorientierung

Erlebnisse in Bildungsprozessen können durch gezielte Reflexionen zu individuellen Erfahrungen werden, die die Teilnehmenden später in die Gestaltung ihrer eigenen Praxis einfließen lassen können. Am schnellsten und nachhaltigsten wird dabei durch Selbsttätigkeit gelernt („learning by doing“). Es gilt also, im Rahmen der Ausbildung regelmäßig Situationen zu schaffen, in denen die Teilnehmenden möglichst viel selbst gestalten und ausprobieren können. Dies bezieht sich sowohl auf die Arbeitsweisen im Lehrgang (z. B. Kleingruppenarbeit, Unterrichtsversuche, selbstständige Ausarbeitung von Themen/ „selbst organisierte Lerneinheiten“) als auch auf das Ausprobieren und Umsetzen des Gelernten im Verein (z. B. durch „Hausaufgaben“, Erprobungsaufträge, Vereinslehrproben und -projekte).

### Prozessorientierung

Ebenso wie Bildungsprozesse selten geradlinig verlaufen, sollte auch die Bildungsarbeit Unsicherheiten und Widerstände, Umwege und Fehler zulassen. Auch das Ungewohnte und Widersprüchliche führt zu Erkenntnis- und Lernfortschritten. Zugleich sollten soziale Interaktionen, z. B. Gruppenarbeiten, elementarer Bestandteil sein, um den Austausch unterschiedlicher Meinungen und Sichtweisen zu begünstigen. Eine Orientierung am Lerntempo und Interessen sowie Bedürfnissen der Teilnehmenden macht eine relativ offene, prozesshafte Lehrgangsplanung erforderlich. Der Lehrgangsverlauf entwickelt sich dann aus dem Zusammenwirken von Lehrgangsgruppe und Lehrteam im Rahmen der Ausbildungskonzeption mit ihren vorgegebenen Zielen und Inhalten.

### Teamprinzip im DJB

Prozessorientierte Arbeitsweisen erfordern ein Lehrteam, das die gesamte Ausbildung kooperativ und gleichberechtigt leitet, die Teilnehmenden in ihren Lernprozessen und Entwicklungen begleitet und die Planung und Durchführung der Unterrichtsversuche, Lehrproben oder Vereinsprojekte berät und betreut. Die 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. Einem Lehrteam sollten grundsätzlich Frauen und Männer angehören.

### Reflexion des Selbstverständnisses

Bildung ist ein reflexiver Prozess. Deshalb muss das permanente Reflektieren von Erlebnissen und Erfahrungen, Fähigkeiten und Kenntnissen auf die eigene Person zum Arbeitsprinzip werden. Die individuelle Interpretation von Begriffen wie Sport, Leistung, Gesundheit, Geschlecht u. a. m. fördert eine aktive Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Verständnisweisen einschließlich der Ausprägung einer individuellen, reflektierten Haltung.

### **1.3 Prävention (sexualisierter) Gewalt**

Auf Grundlage dieser Zielsetzungen wird festgehalten, dass sich der Deutsche Judo-Bund gegen jegliche Form von Gewalt, insbesondere sexualisierte Gewalt, innerhalb und außerhalb des Sports ausspricht.

Um Sportlerinnen und Sportler vor möglicher sexualisierter Gewalt zu schützen, können an Aus- und Weiterbildungsmaßnahmen des Deutschen Judo-Bundes aufgrund dieser Rahmenrichtlinien für Aus- und Fortbildung nur solche Personen teilnehmen, die nicht wegen eines Vergehens oder einer Straftat gegen die sexuelle Selbstbestimmung durch Urteil oder Strafbefehl verurteilt wurden.

Personen, die wegen einer Tat gegen die sexuelle Selbstbestimmung durch Urteil oder Strafbefehl verurteilt werden, verlieren die auf Grundlage dieser Rahmenrichtlinie erworbenen Lizenzen mit Rechtskraft der jeweiligen Entscheidung.

Bei Personen, gegen die wegen einer Tat gegen die sexuelle Selbstbestimmung ein staatsanwaltschaftliches Ermittlungsverfahren eingeleitet wird bzw. ein solches Verfahren läuft, ruht jede Lizenz mit Datum der Aufnahme des Ermittlungsverfahrens.

Erfolgte die Verurteilung nach Jugendstrafrecht, so ist die Teilnahme an Aus- bzw. Weiterbildung möglich, wenn die Verurteilung länger als 5 Jahre zurückliegt.

Der DJB und seine Landesverbände sind berechtigt, bei der begründeten Annahme eines der unter a–c aufgeführten Tatbestände die Vorlage eines erweiterten polizeilichen Führungszeugnisses über die Person zu fordern und abhängig vom Ergebnis die Aus-/Weiterbildung zu verweigern. Wird die verlangte Vorlage nicht innerhalb der vorgegebenen Frist vorgelegt, ist die erstmalige oder weitere Teilnahme an einer Aus-/Weiterbildung ausgeschlossen. Bereits gezahlte Ausbildungsbeiträge verfallen zugunsten des DJB.

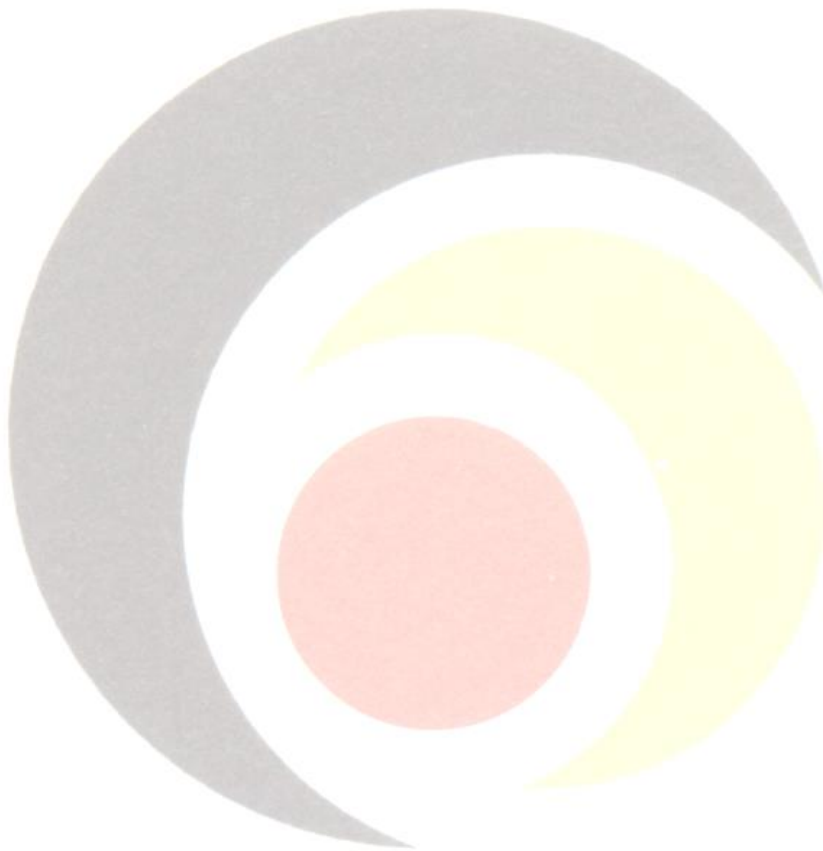
#### **Begründung:**

Mit den vorgeschlagenen Ergänzungen setzt der DJB seine Verpflichtungen aus dem von ihm mitbeschlossenen DOSB-Mitgliederbeschluss zum Schutz vor sexualisierter Gewalt im Sport um.

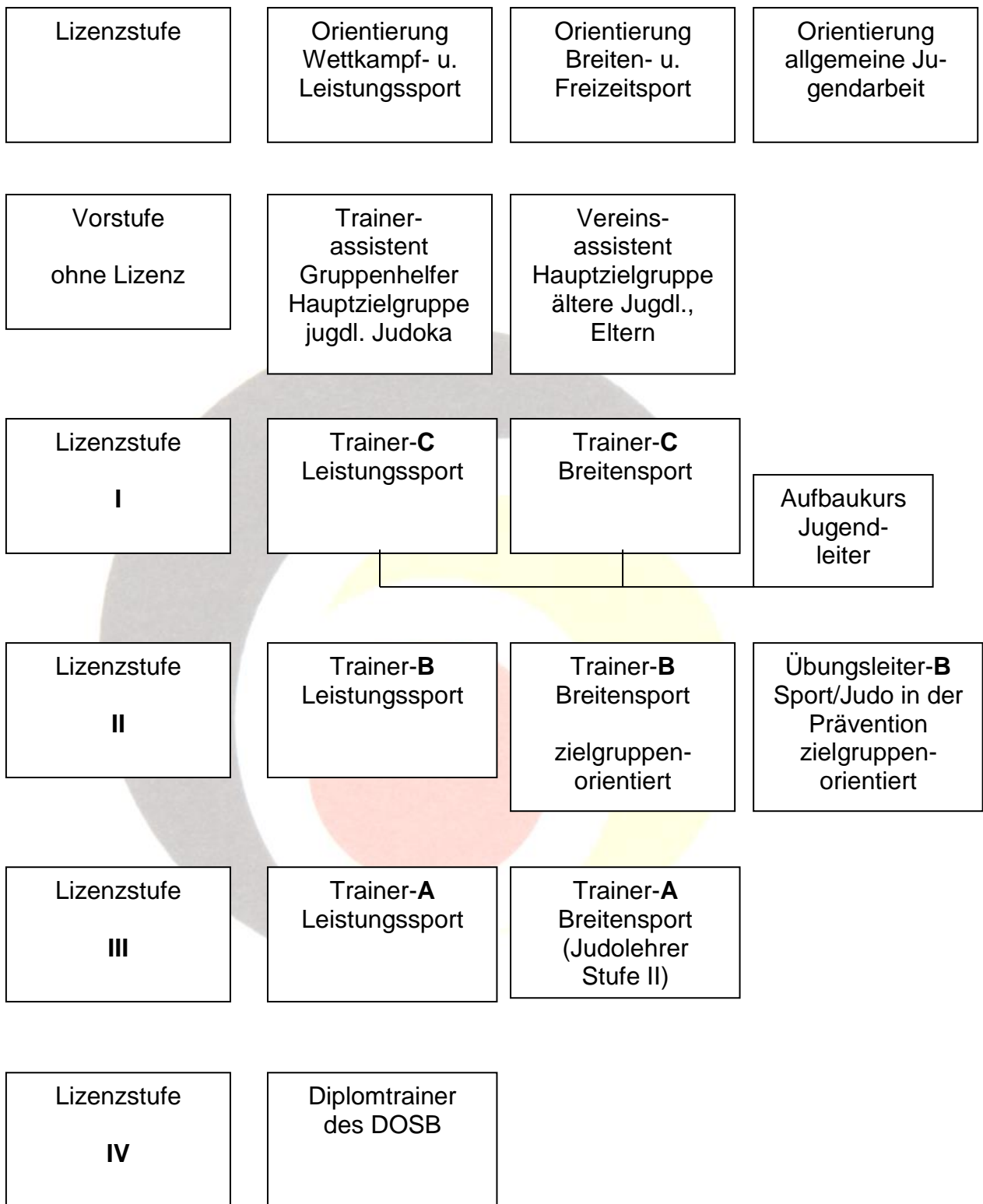
Alle lizenzierten Trainer im Deutschen Judo-Bund e.V. sind darüber hinaus dem DJB-Ehrenkodex verpflichtet.

## 2 Ausbildungsgänge und Lizenzstufen im DJB

Der DJB und seine Landesverbände bieten folgende fachspezifische Ausbildungslehrgänge, Ausbildungsgänge und aufeinander aufbauende Lizenzstufen an:



## Ausbildungs- und Lizenzstufen





Darüber hinaus bieten die Landesverbände in Zusammenarbeit mit den jeweiligen Landesjugendleitungen nach Bedarf Aufbaukurse zum Jugendleiter (60 UE aufbauend auf der Trainer-C-Lizenz) an. Es besteht überdies die Möglichkeit, Jugend- und Trainer-Kompaktausbildungen mit 180 UE durchzuführen. Es wird empfohlen, diese Aufbaukurse und Kompaktausbildungen in enger Zusammenarbeit mit den Landessportjugenden durchzuführen.

Außerdem können nach Bedarf Einstiegslehrgänge zum Trainerassistenten (Gruppenhelfer) und Vereinsassistenten ohne Lizenzierung durch die Landesverbände angeboten werden. Die Teilnahme an einem solchen Einstiegslehrgang kann auf die anschließende Lizenzausbildung angerechnet werden.

Die Ausbildungslehrgänge sollen kostendeckend durchgeführt werden. Dazu wird eine Kostenbeteiligung pro Teilnehmer vom Landes-Bundeslehrreferenten festgelegt.

Der DJB bietet bei Handlungsbedarf für die Referenten der Ausbildungen, die auf Gruppenebene ausgeschrieben werden, Fortbildungsveranstaltungen an. Weitere Fortbildungsmaßnahmen für die Referenten der Ausbildungslehrgänge werden durch die Träger der Ausbildung sowie durch die Landessportbünde und den DOSB regelmäßig angeboten.



### 3 Träger der Ausbildung

Für die Ausbildungslehrgänge sind diese Ausbildungsordnung, die von der Lehr- und Prüfungsreferententagung des DJB festgelegten Lehr- und Prüfungsinhalte und die vom DJB erstellten Materialien maßgeblich. Damit soll die Gleichwertigkeit und die Vergleichbarkeit der Ausbildung zwischen den Landesverbänden, auch im Hinblick auf die Weiterbildungsangebote des DJB, gewährleistet werden.

Träger der Trainer-C-Ausbildung ist der DJB; er kann diese Aufgaben in Absprache mit den Landeslehrreferenten an die Landesverbände oder in Gruppen zusammen gefasste Landesverbände delegieren. Träger der Jugendleiter-Ausbildung sind die Landesverbände und der DJB.

Träger der Trainer-B- und Übungsleiter-B-Ausbildung ist der DJB. Der Bundeslehrreferent koordiniert die Trainer-B- und Übungsleiter-B-Ausbildung in Absprache mit den Landeslehrreferenten. Die Lehrgänge werden vom DJB überwiegend auf Gruppenebene ausgeschrieben und jeweils von einem Landesverband ausgerichtet.

Träger der Trainer-A-Ausbildung ist der DJB.

Fachspezifische Teilbereiche der Trainer-A-Breitensport-Ausbildung können in Absprache mit dem Bundeslehrreferenten an die Landesverbände delegiert werden.

## Träger der Ausbildung

Lizenzstufe	Orientierung Wettkampf- u. Leistungssport	Orientierung Breiten- u. Freizeitsport	Orientierung allgemeine Ju- gendarbeit
Vorstufe Ohne Lizenz	Trainer- assistent Gruppenhelfer Landesverbände auf Kreis- oder Bezirksebene	Vereins- assistent  Landesverbände auf Kreis- oder Bezirksebene	
Lizenzstufe <b>I</b>	Trainer- <b>C</b> Leistungssport DJB / delegiert an Landesverbände	Trainer- <b>C</b> Breitensport DJB / delegiert an Landesverbände	Aufbaukurs Jugend- leiter  Landes- verband + Landes- jugendleitung
Lizenzstufe <b>II</b>	Trainer- <b>B</b> Leistungssport  DJB <b>auf Gruppen- ebene</b> (in Absprache mit Landesvor- ständen)	Trainer- <b>B</b> Breitensport Übungsleiter <b>B</b> DJB <b>auf Gruppen- ebene</b> (in Absprache mit Landesvor- ständen)	
Lizenzstufe <b>III</b>	Trainer- <b>A</b> Leistungssport <b>DJB</b>	Trainer- <b>A</b> Leistungssport Judolehrer Stufe II <b>DJB</b>	
Lizenzstufe <b>IV</b>	Diplom Trainer der <b>Trainer- akademie des DOSB</b> zusammen mit dem DJB		

## 4 Lehrkräfte

Die in den Ausbildungsgängen eingesetzten Lehrkräfte sollen neben einem vorgeschriebenen fachlichen Wissen insbesondere über eine hervorragende pädagogische Befähigung und soziale Kompetenz verfügen. Bei der Lehrgangsgestaltung ist darauf zu achten, dass es sich um Maßnahmen der Erwachsenenbildung handelt und entsprechende Lehr- und Arbeitsformen von den Lehrkräften entwickelt und angewendet werden. Das Ausbilderzertifikat des DOSB gilt hier als wünschenswerte Zusatzqualifikation für alle in der Bildung tätigen Referenten.

Der DJB führt regelmäßig Fortbildungsveranstaltungen zur Schulung der in der Ausbildung tätigen Referenten durch. Die Referenten verpflichten sich, regelmäßig an solchen Fortbildungen teilzunehmen und sich mit dem neuesten Stand der Inhalte auseinanderzusetzen. Der Lehrkräfteeinsatz in den Landesverbänden soll möglichst mit dem Bundeslehrreferenten und dem Bundesausbildungsleiter abgestimmt werden.



## Lehrkräfte

Lizenzstufe	Orientierung Wettkampf- u. Leistungssport	Orientierung Breiten- u. Freizeitsport	Orientierung allgemeine Ju- gendarbeit
Vorstufe ohne Lizenz	Judopersönlichkeiten, Judopädagogen mit hervorragenden pädagogischen Befähigungen zur Motivation Jugendlicher und Erwachsener (auch Nichtjudoka)		
Lizenzstufe <b>I</b>	Trainer-C Lehrkräfte mit besonderer pädagogischer Befähigung <b>mind. Trainer-B</b>		Aufbaukurs Jugendleiter  Lehrkräfte d. Landessport- Jugend Judoka mit fundierter Er- fahrung in der allgemeinen Jugendarbeit
Lizenzstufe <b>II</b>	Trainer-B Leistungssport  <b>mind. Trainer-A</b> bzw. überfachliche Spezialisten	Trainer-B / ÜL-B Breitensport  <b>mind. Trainer-A</b> bzw. überfachliche Spezialisten	
Lizenzstufe <b>III</b>	Trainer-A Leistungssport Bundestrainer, <b>mind. Diplomtrai- ner</b> , Experten von Hochschulen o. DOSB	Trainer-A Breitensport <b>mind. Trainer-A</b> bzw. Experten des DJB für spezielle Zielgruppen	
Lizenzstufe <b>IV</b>	Diplomtrainer des DOSB in der sportartspez. Ausbildung: <b>Bundestrainer/Diplomtrainer</b> , Experten von Hochschulen o. DOSB		

Bei den auf Gruppenebene ausgeschriebenen Aus- und Fortbildungslehrgängen (Trainer-B/Judo-SV-Lehrer-I) sollen vor allem Lehrkräfte der Landesverbände eingesetzt werden. Die Kosten für einen Referenten trägt der DJB, soweit dies im Haushaltsplan vorgesehen ist; die Kosten für die übrigen Lehrkräfte trägt der Landesverband, der diese zusammen mit den Kosten für Unterbringung/Verpflegung auf die Teilnehmer umlegen kann.

Ein zuvor vom Bundeslehrreferenten bestimmter und in der Trainer-A-Ausbildung des DJB tätiger Referent koordiniert während des Lehrganges den Lehrereinsatz und unterrichtet begleitend. Die Lehrkräfte vermitteln die Inhalte auf der Grundlage dieser Ausbildungsordnung.



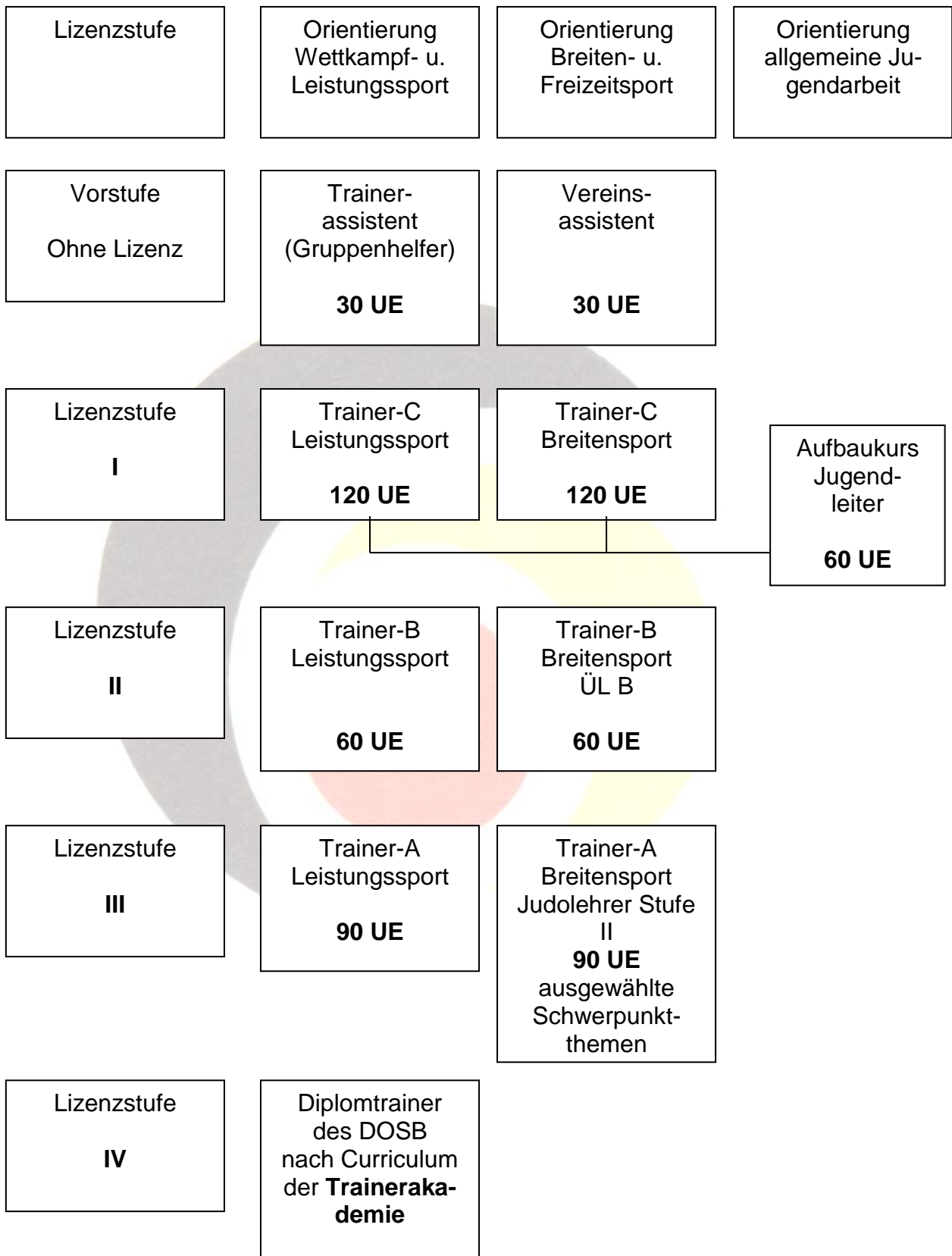
## 5 Dauer der Ausbildungslehrgänge

Die Gestaltung der Ausbildungslehrgänge soll sich an den Bedürfnissen der Teilnehmer orientieren. So ist es möglich, die Ausbildungsstunden auf Wochenenden zu verteilen oder sie als Kompaktausbildungen oder in mehreren Blöcken anzubieten.

Die Ausbildungsmaßnahmen für den Erwerb einer Lizenz müssen grundsätzlich innerhalb von 2 Jahren abgeschlossen sein.



## Dauer der Ausbildung





## 6 Zulassungsvoraussetzungen

### 6.1 Voraussetzungen für die Zulassung zur Ausbildung

Lizenzstufe	Orientierung Wettkampf- u. Leistungssport	Orientierung Breiten- u. Freizeitsport	Orientierung allgemeine Ju- gendarbeit
Vorstufe ohne Lizenz	Trainerassistent (Gruppenhelfer) - 3. Kyu = grüner Gürtel - ca. 14. Lebensjahr	Vereinsassistent auch ohne Judokenntnisse, ältere Jugendliche, Erwachsene	
Lizenzstufe <b>I</b>	<b>Trainer-C</b> - vollendetes 16. Lebensjahr - Mitgliedschaft in einem Verein des LV (gültiger Judo-Pass) - 2. Kyu = blauer Gürtel - Anmeldung erfolgt i.d.R. durch Verein o. ent- sprechende Institution des Trägers		<b>Aufbaukurs Jugendleiter</b>  Voraus- setzung wie Trainer-C
Lizenzstufe <b>II</b>	<b>Trainer-B, ÜL-B</b> - vollendetes 18. Lebensjahr - Mitgliedschaft (wie oben) - 1. Dan* - Befürwortung durch Verein und/oder LV - Nachweis einer 2-jährigen Trainertätigkeit - gültige Trainer-C-Lizenz <small>* in den Spezialisierungsausbildungen des Breitensports (Ele-          mentarbereich, Gewaltprävention, Judo der Älteren u. ÜL-          Prävention) ist der 1. Kyu ausreichend</small>		
Lizenzstufe <b>III</b>	<b>Trainer-A</b> - vollendetes 20. Lebensjahr, Mitgliedschaft (wie oben) - Befürwortung des LV, Nachweis der Trainertätig- keit im Wettkampfbereich von Verein und LV - gültige Trainer-B-Lizenz		
Lizenzstufe <b>IV</b>	<b>Diplomtrainer des DOSB Studienordnung Trainerakademie</b>		

## 6.2 Voraussetzungen für die Zulassung zur Prüfung

Lizenzstufe	Orientierung Wettkampf- u. Leistungssport	Orientierung Breiten- u. Freizeitsport	Orientierung allgemeine Ju- gendarbeit
Vorstufe ohne Lizenz	Trainerassistent, Vereinsassistent, (Gruppenhelfer)  aktive Teilnahme an der entsprechenden Ausbildung in Theorie und Praxis		
Lizenzstufe <b>I</b>	Trainer-C  - vollendetes 18. Lebensjahr - 1. Kyu = brauner Gürtel - Mitgliedschaft wie oben - Kampfrichterlehrgang 15 UE - Nachweis eines Erste-Hilfe-Kurses - aktive Teilnahme an der entsprechenden Ausbildung in Theorie und Praxis		Aufbaukurs Jugendleiter  Voraus- setzungen wie Stufe-C
Lizenzstufe <b>II</b>	Trainer-B, ÜL-B  - vollendetes 20. Lebensjahr 1. Dan * - Mitgliedschaft wie oben - aktive Teilnahme an der Ausbildung in Theorie und Praxis - Nachweis eines Kampfrichterlehrgangs in den letzten 2 Jahren bzw. gültige Lizenz		
Lizenzstufe <b>III</b>	Trainer-A  - 2. Dan - Mitgliedschaft wie oben - gültige Trainer-B-Lizenz - aktive Teilnahme an der entsprechenden Ausbildung in Theorie und Praxis		
Lizenzstufe <b>IV</b>	Diplomtrainer des DOSB Studienordnung der Trainerakademie		

- \* In den Spezialisierungsausbildungen Gewaltprävention; Bewegt Älter werden, Elementarbereich und ÜL-Prävention ist der 1.Kyu ausreichend!



## 7 Anerkennung von Ausbildungsteilen, Lizenzen oder anderen Ausbildungen verbandsfremder Organisationen

**Die Anerkennung von Lizenzen ist nur möglich, wenn der Bewerber die Zulassungsvoraussetzungen für die angestrebte Lizenzstufe erfüllt.**

Ausbildungsteile, Lizenzen, Ausbildungen innerhalb des DJB und verbandsfremder Institutionen (in- und ausländische Hochschulen, Universitäten usw.) und Verbände (andere Fachverbände, Landessportbünde usw.) können unter bestimmten Umständen anerkannt werden. Dabei gilt der Grundsatz: **Lizenzvergabe ohne Prüfung ist nicht möglich.**

Für die Anerkennung als Trainer-C sowie Jugendleiter ist der jeweilige Landeslehrreferent zuständig. Für die Anerkennung als Trainer-B/Judolehrer I, Übungsleiter-B, Trainer-A und Judolehrer II ist ausschließlich der Bundeslehrreferent zuständig. Die Ausbildungsinhalte sind vom Bewerber durch Stundennachweise, Stundenpläne oder detaillierte und bestätigte Angaben des verbandsfremden Ausbildungsträgers nachzuweisen. Der Landeslehrreferent bzw. Bundeslehrreferent prüft diese sorgfältig auf Übereinstimmung mit den Ausbildungsinhalten des DJB für die angestrebte Lizenzstufe und kann erst dann über die Anerkennung bzw. Auflagen zum Erwerb der Lizenzstufe entscheiden.

Den Mitgliedern der Landes- und Bundeskader soll aufgrund ihrer intensiven Auseinandersetzung mit dem Leistungssport die Möglichkeit eines einfachen Einstiegs in die Trainertätigkeit angeboten werden und damit die Kompetenz zu einer selbstständigen Trainingssteuerung frühzeitig vermittelt werden. Dies erfolgt vor allem durch gesonderte Trainerausbildungen auf Landes- und Bundesebene. Die Prüfungsanforderungen und Bestimmungen sind grundsätzlich einzuhalten. Ausbildungsteile können den Bewerbern nach gewissenhafter Prüfung durch den Landeslehrwart bzw. den Bundeslehrreferenten erlassen werden.

### 7.1 Anerkennung als Trainer-C und Jugendleiter

Ausbildungen und Ausbildungsteile anderer Ausbildungsträger können **bis maximal zwei Drittel** der Gesamtausbildungszeit anerkannt werden. Die Anerkennung als Trainer-C setzt die Teilnahme an mindestens einem entsprechenden Ausbildungs- oder Fortbildungslehrgang des Landesverbandes, der sich insbesondere mit den spezifischen Schwerpunktsetzungen der angestrebten Lizenz beschäftigt, und einer praxisbezogenen Prüfung, die auch nur aus Teilbereichen bestehen kann (z.B. Lehrprobe oder Bewegungsvorbild), voraus.

Die Anerkennung von judospezifischen Ausbildungsteilen auf den Aufbaukurs zum Jugendleiter ist nicht möglich.

Der Erwerb der Trainer-C-Lizenz Breitensport bei gültiger Trainer-C-Lizenz Leistungssport und umgekehrt ist durch den Besuch eines Aufbaukurses von 30 UE möglich, der sich mit den spezifischen Schwerpunkten der angestrebten Lizenz beschäftigt.

## **7.2 Anerkennung als Trainer-B**

### **7.2.1 Trainer-B Leistungssport**

Als Trainer-B-Lizenzen Leistungssport werden anerkannt: der erfolgreiche Abschluss eines Sportstudiums an einer deutschen Universität/Hochschule mit Schwerpunktausbildung Judo sowie Studienabschlüsse im Fachbereich Sport von Bewerbern ausländischer Universitäten, sofern Ausbildungsprogramm und Inhalte den in den Ordnungen des DJB festgelegten Anforderungen entsprechen und ein Mindestumfang von 6 Semesterwochenstunden nachgewiesen wird.

Ausbildungen und Ausbildungsteile anderer Ausbildungsträger (Polizei, Bundesgrenzschutz, Bundeswehr, Justiz, andere Fachverbände) können bis zu zwei Drittel der Gesamtausbildungszeit anerkannt werden. Die Anerkennung als Trainer-B erfordert die Teilnahme an mindestens einem Trainer-B-Ausbildungs- oder Fortbildungslehrgang des DJB, der sich insbesondere mit den Problemen des Judo-Leistungssports mit Jugendlichen beschäftigt, und einer praxisbezogenen Prüfung, die auch nur aus Teilbereichen bestehen muss (z.B. Lehrprobe oder Bewegungsvorbild).

Lizenzierten Judolehrern Stufe I (Trainer-B Breitensport) können bis zu einem Drittel der Gesamtstundenzahl für die übergreifenden Inhalte (Sportmedizin, Pädagogik, Trainingslehre, Bewegungslehre) anerkannt werden. Es muss dazu aber vom Ausbildungsträger gewährleistet sein, dass die Ausbildung für Trainer-B und Judolehrer I in Themenblöcken durchgeführt wird.

### **7.2.2 Trainer-B Breitensport, Übungsleiter-B Prävention**

Ausbildungen und Ausbildungsteile anderer Ausbildungsträger können bis zu zwei Drittel der Gesamtausbildungszeit anerkannt werden. Die Anerkennung als Trainer-B Breitensport (Judolehrer I) erfordert die Teilnahme an mindestens einem Judolehrer-Ausbildungs- oder Fortbildungslehrgang des DJB, der sich insbesondere mit den unterschiedlichen Zielgruppen des Judo-Breitensports beschäftigt, und einer praxisbezogenen Prüfung, die auch nur aus Teilbereichen bestehen muss (z.B. Lehrprobe oder Bewegungsvorbild).

Lizenzierten B-Trainern können bis zu einem Drittel der Gesamtstundenzahl für die übergreifenden Inhalte (Sportmedizin, Pädagogik, Trainingslehre, Bewegungslehre) anerkannt werden. Es muss dazu aber vom Ausbildungsträger gewährleistet sein, dass die Ausbildung für Trainer-B und Judolehrer I in Themenblöcken durchgeführt wird.

Die Anerkennung spezieller Ausbildungen oder Teile davon in der zweiten Lizenzstufe, wie Gewaltprävention, Selbstverteidigung, Judo im Elementarbereich oder Übungsleiter-B/Judo in der Prävention können nur in Absprache mit und nach genauer Prüfung durch den Bundeslehrreferenten anerkannt werden.

## **7.3 Anerkennung als Trainer-A und Judolehrer II**

### **7.3.1 Trainer-A Leistungssport**

Als Trainer-A-Lizenzen werden anerkannt die Absolventen der Universität Leipzig und der Sporthochschule Köln mit großem Schwerpunkt Judo und der Gesamtnote von mindestens „gut“ und der Befürwortung durch die entsprechenden Dozenten.

Alle Anerkennungen anderer Bewerber erfordern den Besuch mindestens eines Trainer-A-Fortbildungslehrganges, die Anfertigung einer Hausarbeit zu einem Thema der Trainingslehre oder Leistungssteuerung sowie eine Überprüfung des Bewegungsvorbildes des Lizenzanwärters im Rahmen einer regulären Trainer-A-Prüfung.

### **7.3.2 Trainer-A Breitensport (Judolehrer II)**

Eine Anerkennung anderer Ausbildungen oder Ausbildungsteile ist aufgrund der vielschichtigen judospezifischen Inhalte und der intensiven Diskussion um die Zielgruppen nur in Ausnahmefällen durch den Bundeslehrreferenten möglich.

## **8 Prüfungsbestimmungen**

### **8.1 Allgemeines**

Das Bestehen der Prüfung ist die Grundlage für die Lizenzerteilung. Über die Prüfung ist ein Protokoll anzufertigen, das vom Ausbildungsträger mindestens acht Jahre aufzubewahren ist.

Die Prüfung stellt die Befähigung des Bewerbers zur qualifizierten Leitung einer Unterrichtseinheit mit der dem Ausbildungsgang entsprechenden Zielgruppe fest. Sie kontrolliert, ob die als Lernziele der einzelnen Themen und Inhalte der Ausbildung angegebenen Fähigkeiten erarbeitet worden sind. Sie teilt sich in eine praktische und eine theoretische Prüfung, die extra angesetzt – nicht im Rahmen des Lehrganges – durchgeführt werden muss.

Die bestandene Prüfung ist der Nachweis dafür, mit der im Ausbildungsgang erworbenen Qualifikation im entsprechenden Einsatzgebiet tätig werden zu dürfen.

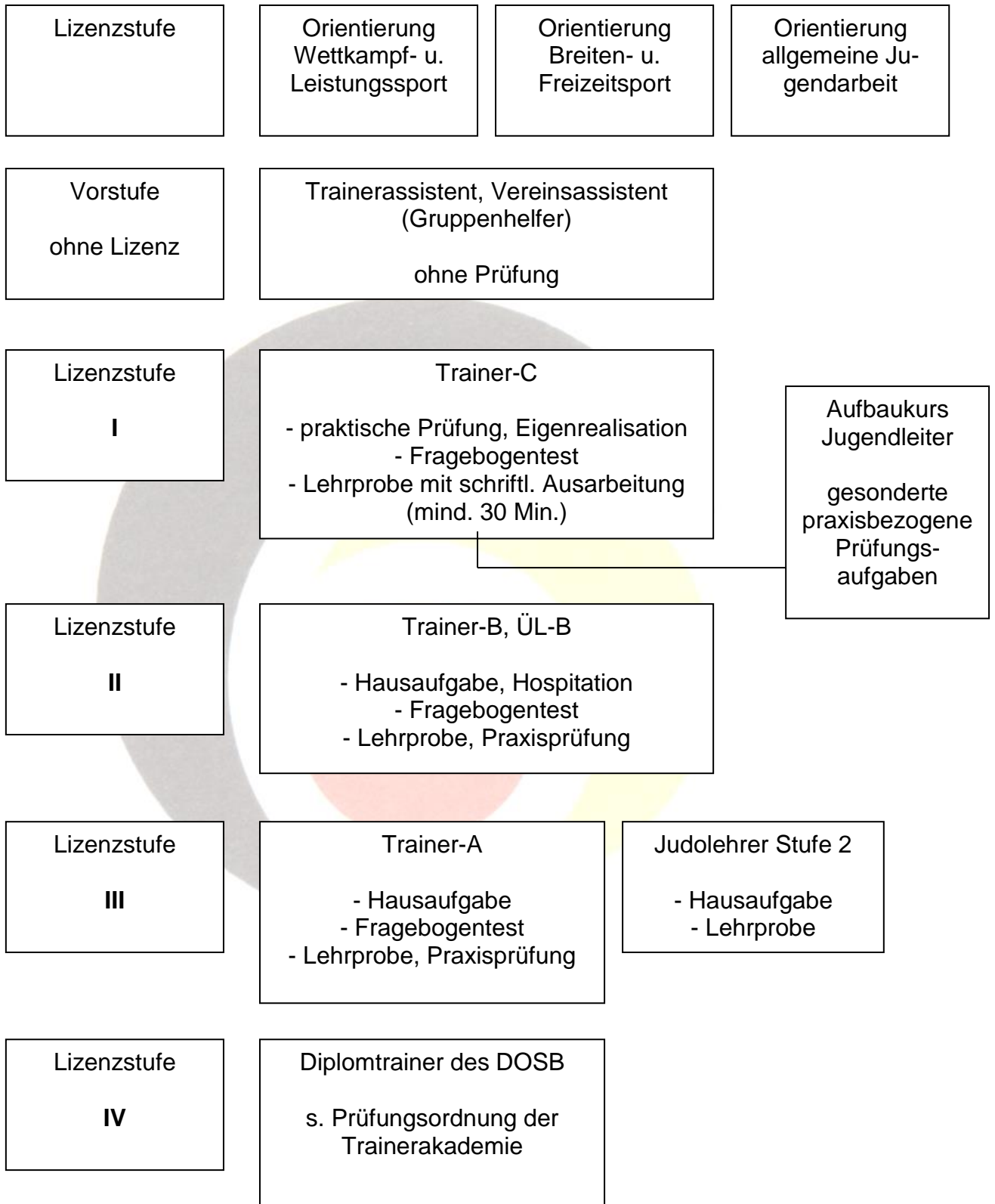
### **8.2 Prüfungskommission**

Die Prüfungskommission wird vom Landes-/Bundeslehrreferenten eingesetzt. Sie setzt sich aus mindestens zwei Mitgliedern zusammen. Ein Prüfer muss als Lehrer in der Ausbildung tätig gewesen sein.

### **8.3 Prüfung**

Die Prüfungen stellen praxisorientierte Lernerfolgskontrollen nach Abschluss der Ausbildung dar.

## Prüfung





## **8.4 Prüfungsergebnis**

Die Prüfung wird mit „bestanden“ oder „nicht bestanden“ gewertet. Über den Prüfungserfolg entscheidet die Prüfungskommission. Das Ergebnis wird schriftlich festgehalten.

Die Prüfung muss in allen Teilen bestanden werden. Die Prüfung ist nicht bestanden, wenn der Kandidat

Teilprüfungen nicht besteht oder von der Prüfung ausgeschlossen wurde oder einen Termin nicht wahrnimmt und dabei nicht nachweisen kann, dass er das Versäumnis nicht zu vertreten hat.

## **8.5 Ordnungswidriges Verhalten**

Vor Beginn der Prüfung sind die Kandidaten über die Folgen eines ordnungswidrigen Verhaltens zu belehren.

Ordnungswidriges Verhalten der Kandidaten während der Prüfung, insbesondere eine Täuschung oder ein Täuschungsversuch, hat den Ausschluss des Kandidaten von der weiteren Prüfung zur Folge. Die Prüfung gilt als „nicht bestanden“. In weniger schweren Fällen kann der Vorsitzende der Prüfungskommission die Wiederholung des Prüfungsteiles anordnen.

Über das ordnungswidrige Verhalten und die Entscheidung ist ein Protokoll anzufertigen und von der Prüfungskommission zu unterzeichnen. Den Termin für die Wiederholung legt die Prüfungskommission fest. Die Wiederholungsprüfung findet frühestens nach 6 Monaten statt.

## **8.6 Erkrankung oder Versäumnis**

Ein Kandidat, der sich krank fühlt und deswegen einen Prüfungstermin nicht wahrnehmen kann, muss dies spätestens unmittelbar vor Beginn des jeweiligen Prüfungsteiles erklären. Er hat innerhalb von 3 Tagen ein ärztliches Attest vorzulegen.

Ein Kandidat, der aus anderen Gründen einen Termin nicht wahrnimmt, muss unverzüglich nachweisen, dass er das Versäumnis nicht zu vertreten hat.

Die Prüfungskommission setzt für Kandidaten, die an der Prüfung nicht teilnehmen konnten oder sie unterbrechen mussten, neue Termine fest. Neue Aufgaben sind unter Beachtung einer angemessenen Frist zu stellen.

Ohne ausreichenden Grund versäumte Prüfungsteile sind als „nicht bestanden“ zu werten. Das Gleiche gilt für abgebrochene Prüfungsteile, falls die bis zum Abbruch gezeigten Leistungen keine andere Beurteilung zulassen.

## 8.7 Wiederholung der Prüfung

Bei nicht bestandener Prüfung kann der Kandidat die Prüfung bzw. Teile davon einmal wiederholen.

Bestandene Teilprüfungen werden anerkannt. Den Termin und Ort für die Wiederholung bestimmt die Prüfungskommission.



## 9 Lizenzierung

### 9.1 Allgemeines

Die erfolgreichen Absolventen der einzelnen Ausbildungslehrgänge erhalten bei Erfüllung der Voraussetzungen (s. Abschnitt 6) und nach erfolgreicher Prüfung die entsprechende Lizenz des DOSB bzw. DJB. Die Lizenz wird nach Einreichung aller erforderlichen Unterlagen für Trainer-C und Jugendleiter von der Geschäftsstelle des Landesfachverbandes und bei allen höheren Lizenzstufen von der DJB-Geschäftsstelle ausgestellt.

Die Ausbildungsträger erfassen alle Inhaber von DOSB-Lizenzen mit Namen, Anschrift, Geburtsdatum und Lizenznummer. Einmal pro Jahr melden die Ausbildungsträger dem DJB die Anzahl der neu erteilten und der im Verbandsbereich gültigen Lizenzen. Diese Meldung wird vom DJB an den DOSB weitergereicht.

### 9.2 Gültigkeit

Seit dem 01.01.1999 gibt es im Bereich des Deutschen Sportbundes (jetzt Deutschen Olympischen Sportbundes, DOSB) eine neue offizielle Lizenzstufe, den Trainer-B Breitensport (ehemals „Fachübungsleiter-B“). Diese Lizenz ist in ihrer Wertigkeit dem Trainer-B Leistungssport gleichgestellt. Die Ausbildung ist breitensportorientiert und baut auf der Trainer-C-Lizenz Breitensport auf. Diese Ausbildung entspricht der bisherigen DJB-Judolehrer-I-Lizenz. Der DJB wird intern den Titel „Judolehrer des Deutschen Judo-Bundes“ weiterhin vergeben. Bisherige Absolventen erhalten zusätzlich die neue DOSB-Lizenz Trainer-B Breitensport.

Die DOSB-Fachlizenzen (Judo), Trainer-C, Trainer-B, Trainer-A sind im Gesamtbereich des Deutschen Olympischen Sportbundes gültig. Die Judolehrer-II-Lizenz ist eine DJB-interne, fachspezifische Zusatzausbildung und entspricht der DOSB-Lizenz Trainer-A Breitensport.

Die Gültigkeit beginnt mit dem Datum der Ausstellung und endet Tag genau zum Ablauf der Gültigkeitsdauer. Die maximale Gültigkeitsdauer bei Trainer-C- und Jugendleiter-Lizenzen beträgt vier, bei Trainer-B Lizenzen drei und bei Trainer-A Lizenzen zwei Jahre.

### 9.3 Lizenzentzug

Die lizenzierenden Ausbildungsträger haben das Recht, Lizenzen zu entziehen, wenn der Lizenzinhaber schwerwiegend gegen die Satzung des Verbandes verstößt, den Ehrenkodex des DJB missachtet, Sportler zur Einnahme von Dopingmitteln anleitet oder ihre Gesundheit in anderer Weise wider besseren Wissen schädigt.

## 10 Fort- und Weiterbildung

Die Verlängerung der Lizenz setzt die Teilnahme an Fortbildungsveranstaltungen für die jeweilige Lizenzstufe innerhalb der Gültigkeitsdauer von mindestens 15 Unterrichtseinheiten voraus.

Fortbildungen haben in der vom Teilnehmer höchsten Lizenzstufe zu erfolgen. Der Erwerb einer höheren Lizenzstufe verlängert Lizenzstufen auf niedriger Ebene.

In Absprache mit dem zuständigen Landeslehrreferenten bzw. dem Bundeslehrreferenten können im Einzelfall auch Fortbildungsveranstaltungen anderer Verbände (Fachverbände, Landessportbünde usw.) und Institutionen (Hochschulen, Universitäten, Landes- und Bundesstützpunkte, Praktika bei Diplomtrainern usw.) in Teilen oder ganz anerkannt werden, wenn diese den Themenvorgaben bzw. dem Fortbildungsniveau entsprechen.

Die Themen der Fortbildungsveranstaltungen für Trainer-B und Trainer-A sowie Judolehrer II werden bundeseinheitlich zum Ende des Vorjahres durch den Ausbildungsleiter/Bundeslehrreferenten festgelegt und zu Beginn des Jahres von der Bundeslehrreferententagung bestätigt. Diese Themen richten sich nach dem aktuellen Stand der Entwicklung im Leistungs- und Breitensport und sollen bedarfsorientiert angeboten werden.

Als Fortbildungsmaßnahmen für Trainer-B und Trainer-A sowie Judolehrer II gelten nur die zu Beginn des Jahres vom Bundeslehrreferenten ausgeschriebenen und nominierten Lehrgänge. Die Fortbildung für Trainer-B ist überwiegend dezentral auf Gruppenebene durchzuführen.

Für die Fortbildung von Jugendleitern bietet die Bundesjugendleitung jährlich eine Fortbildungsveranstaltung an. Auch die Landesverbände können in Zusammenarbeit mit den Landesjugendleitungen Fortbildungsveranstaltungen anbieten. Fortbildungsveranstaltungen anderer Ausbildungsträger können im Einzelfall als Jugendleiter-Fortbildung anerkannt werden.

Die Erneuerung von Lizenzen, die nicht länger als fünf Jahre ungültig sind, erfordert den Nachweis einer Fortbildung von mindestens 30 Unterrichtseinheiten. Länger ungültige Lizenzen erfordern die Teilnahme an einer höheren Zahl von Unterrichtseinheiten, die vom zuständigen Landeslehrreferenten bzw. vom Bundeslehrreferenten im Einzelfall festgelegt wird. Lizenzen, die länger als 8 Jahre ungültig sind, verlieren ihre Gültigkeit endgültig.

# 11 Ausbildungsinhalte und Prüfungsanforderungen

Die Ausbildungsinhalte und Prüfungsanforderungen sind im Anhang zu dieser Ausbildungsordnung (gesonderte Dateien) festgelegt. Sie sind Bestandteil dieser Ordnung.

Der Bundeslehrreferent kann bei Bedarf für die Erarbeitung und Fortschreibung der Inhalte der Ausbildungsgänge Fachleute in Arbeitskreise berufen. Über die Inhalte der Ausbildungsgänge und Prüfungsanforderungen sowie Veränderungen und Fortschreibungen entscheidet die Bundeslehrreferententagung unter den Vorgaben der Rahmenrichtlinien des DOSB.

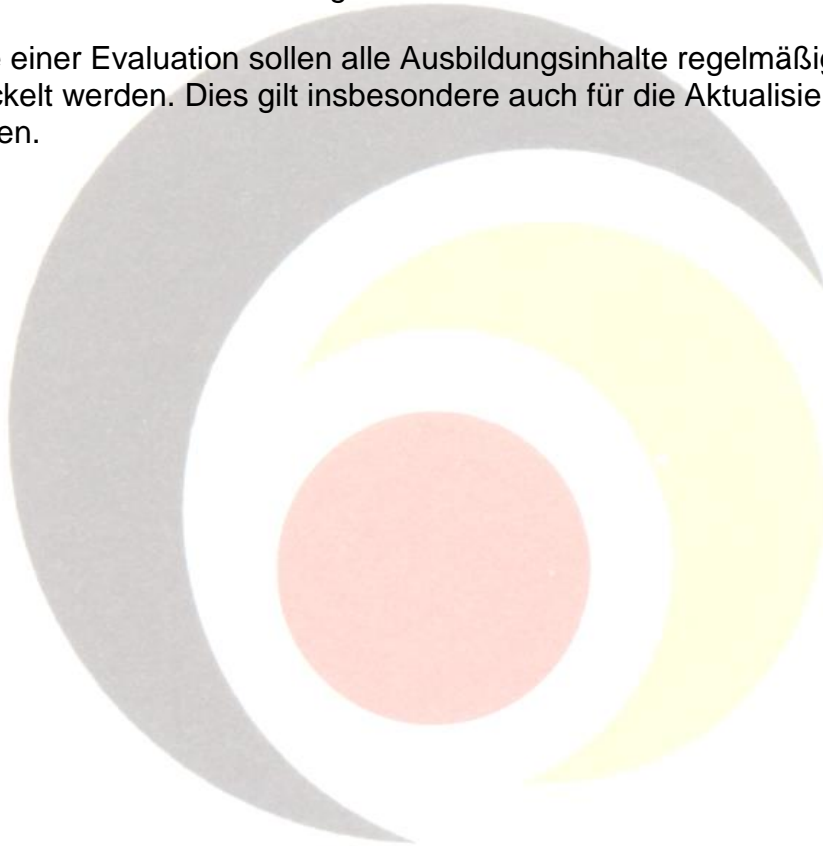


## 12 Qualitätssicherung und Evaluation

Um eine Vergleichbarkeit und damit Qualitätssicherung der einzelnen Ausbildungsgänge zu gewährleisten, verpflichtet sich jeder Lehrgangleiter, insbesondere in den Gruppen- und Landesverbänden, zeitnah einen ausführlichen Bericht über Inhalte, Lehrkräfteeinsatz und Prüfungsergebnisse der einzelnen Ausbildungen zu erstellen und den zuständigen Fachleitern des DJB zukommen zu lassen.

Der DJB stellt den Landesverbänden Unterrichtsmaterialien zur Verfügung, die in regelmäßigen Abständen überarbeitet und aktualisiert werden. Weitere Unterrichtsmaterialien, die in den Landesverbänden erstellt werden, sollen möglichst mit den Fachbereichsleitern des DJB abgestimmt werden.

Im Sinne einer Evaluation sollen alle Ausbildungsinhalte regelmäßig geprüft und weiterentwickelt werden. Dies gilt insbesondere auch für die Aktualisierung der Arbeitsmaterialien.



## 13 Inkrafttreten

Diese Ausbildungsordnung wurde auf der Mitgliederversammlung 2012 bestätigt und durch das Präsidium des DJB und der Jugendleitung (da sich Ausbildungsinhalte auch mit Jugendlichen beschäftigen, gilt die „Zwei-Unterschriften-Regelung“) endgültig in Kraft gesetzt. Sie löst alle bisher bestehenden Ordnungen im Bereich des Lehrwesens des DJB ab.

Zukünftige inhaltliche Anpassungen an veränderte Rahmenrichtlinien, die vom DOSB zwingend gefordert werden und vom DOSB genehmigt werden müssen, bedürfen keiner Zustimmung der Mitgliederversammlung, sondern werden nach Einarbeitung durch den Bundeslehrreferenten in das Gesamtkonzept vom Präsidium und der Jugendleitung des DJB in Kraft gesetzt.

Die vorliegende, überarbeitete Ausbildungsordnung tritt nach Genehmigung des DOSB und Bestätigung des Präsidiums des DJB mit sofortiger Wirkung in Kraft.

**Vorlage durch Ralf Lippmann, Bundeslehrreferent, Juni 2012**  
**Redaktionelle Überarbeitung Juni 2018**

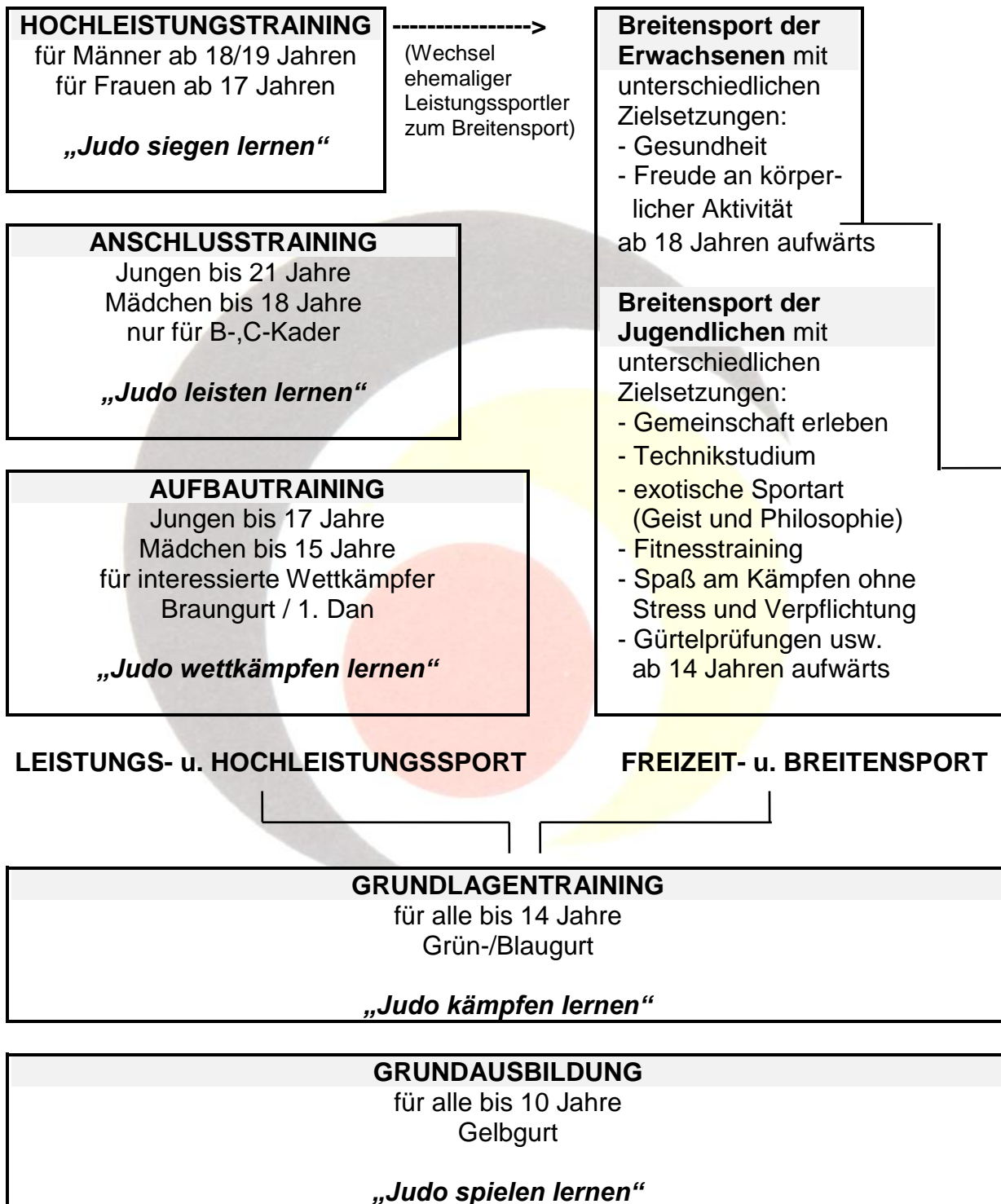
# Teil B Ausbildungsinhalte und -ziele

	Seite	
<b>1</b>	<b>Entwicklungspyramide</b>	<b>33</b>
<b>2</b>	<b>Tätigkeitsniveau der Trainer</b>	<b>35</b>
<b>3</b>	<b>Arbeits- und Ausbildungsbereiche der Trainer</b>	<b>36</b>
<b>4</b>	<b>Handlungsfelder für Trainer</b>	<b>38</b>
<b>5</b>	<b>Trainer-C Breitensport</b>	<b>39</b>
<b>6</b>	<b>Trainer-B Breitensport (Judolehrer I)</b>	<b>44</b>
6.1	Trainer-B Breitensport Selbstverteidigung	49
6.2	Trainer-B Breitensport Gewaltprävention	54
6.3	Trainer-B Breitensport Elementarbereich	59
6.4	Übungsleiter-B Prävention	70
<b>7</b>	<b>Trainer-A Breitensport (Judolehrer II)</b>	<b>75</b>
<b>8</b>	<b>Trainer-C Leistungssport</b>	<b>80</b>
<b>9</b>	<b>Trainer-B Leistungssport</b>	<b>85</b>
<b>10</b>	<b>Trainer-A Leistungssport</b>	<b>90</b>
<b>11</b>	<b>Diplomtrainer Judo</b>	<b>95</b>
<b>12</b>	<b>Jugendleiter</b>	<b>100</b>



# 1 Entwicklungspyramide

Der Zusammenhang von Breitensport und Leistungssport und die Etappen des langfristigen Leistungsaufbaus



(Arbeitsgebiet der AG 2000  
in Kooperation mit der Kommission Breitensport)



## 2 Tätigkeitsniveau der Trainer

Leistungsniveau	Im Wettkampfbereich		Im Breitensport	
	Meisterschaften	Qualifikation	Qualifikation	Breitensportniveau
Weltniveau	Olympische Spiele Plätze 1–3 Weltmeisterschaften Plätze 1–3	Diplomtrainer		
Internationales Niveau	Europameisterschaften Plätze 1–3 A-Turnier Platz 1	Diplomtrainer oder Trainer-A		
Deutsches Niveau	A-Turnier Platz 2 DEM Plätze 1–3 EM U21 Platz 1	Trainer-A Leistungssport	Trainer-A Breitensport (Judolehrer II)	Gruppen mit speziellen Zielen 2.–4. Dan Spezielle Prüfungen
Regionales Niveau	DEM U21 Plätze 1–3 DEM U18/19 Plätze 1–2 Gruppen EM Platz 1	Trainer-B Leistungssport	Trainer-B Breitensport	Elementarbereich „Judo spielend lernen“, jugendl. u. erw. Breitensportler, spezielle Zielgruppen
Landesniveau	Gruppen EM Plätze 2–3 DEM U15/16 Plätze 1–2 BEM Platz 1	Trainer-C Leistungssport	Trainer-C Breitensport	Kinder von 6–14 Jahren 8.–1. Kyu
Kreisniveau	BEM Platz 2 KEM Plätze 1–2	Trainer-C Leistungssport	Trainer-C Breitensport	
Vereinsniveau	Vereinsmeisterschaft Platz 1	Sportassistent (Grup- penhelfer)	Sportassistent (Gruppenhelfer)	Kinder von 5–10 Jahren Vereinswettkämpfe 8.–7. Kyu

### 3 Arbeits- und Ausbildungsbereiche der Trainer

#### 1. Teil

Trainer-qualifikation	Trainingsetappe/ Ausbildungsstufe	Alter der Zielgruppe	Kyu-/Dan- Grad der Ziel- gruppe	Leistungsniveau der Zielgruppe
Trainer-C Breiten- sport	Grundausbildung Grundlagentraining I jugendliche Breiten- sportler	7–10 J	8.–6. Kyu	
		10–12 J	5.–3. Kyu	
		12–20 J	5.–1. Kyu	
Trainer-B Breiten- sport / ÜL-B	jugendliche und er- wachsene Breiten- sportler  Judo im Elementar- bereich/ mit Senioren	12–30 J	1. Kyu–1. Dan	
		3–6 J	ohne klassi- sche Kyu- /Dan-Grade	
		über 35 J		
Trainer-A Breiten- sport Judo- lehrer II	erwachsene Breiten- sportler  Gruppen mit speziel- len Zielsetzungen	18–60 J	1. Kyu–4. Dan	
		Sonder- gruppen oder Al- tersgrup- pen	ohne klassi- sche Kyu- /Dan-Grade	
Trainer-C Leistungs- sport	Grundausbildung  Schwerpunkt: <b>Grundlagen-</b> training I und II	7–10 J	8.–6. Kyu	Bezirksniveau
		10–12 J	5.–3. Kyu	
		12–14 J	2.–1. Kyu	
Trainer-B Leistungs- sport	Grundlagentraining II  Schwerpunkt: Aufbautraining	12–14 J		regionales Niveau und nationales Niveau
		15–17 J	1. Kyu–1. Dan	
Trainer-A Leistungs- sport	Schwerpunkt: Anschlussstraining  Hochleistungstrai- ning	17–20 J	1. Kyu–2. Dan	nationales Niveau  internationales Niveau
		Frauen/ Männer	1.–3. Dan	
Diplom- trainer	Schwerpunkt: Hochleistungs- training	Frauen/ Männer	ab 2. Dan	internationales Niveau

### 3 Arbeits- und Ausbildungsbereiche der Trainer

#### 2. Teil

Trainer-qualifikation	Träger der Ausbildung	Angestrebter Status der ausgebildeten Trainer	Arbeitsbereiche
Trainer-C Breitensport	<ul style="list-style-type: none"> <li>Landesverband</li> </ul>	ehrenamtlich	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verein</li> </ul>
Trainer-B Breitensport /ÜL-B	<ul style="list-style-type: none"> <li>Landesverband auf Gruppenebene</li> <li>DJB</li> </ul>	ehrenamtlich nebenberuflich	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verein</li> <li>Bezirksarbeit Breitensport</li> </ul>
Trainer-A Breitensport Judolehrer II	<ul style="list-style-type: none"> <li>DJB mit Experten</li> <li>Zusammenarbeit mit DOSB</li> </ul>	ehrenamtlich nebenberuflich	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verein</li> <li>Landesverband</li> <li>Kommissionsarbeit Breitensport</li> </ul>
Trainer-C Leistungssport	<ul style="list-style-type: none"> <li>Landesverband</li> </ul>	ehrenamtlich	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verein</li> </ul>
Trainer-B Leistungssport	<ul style="list-style-type: none"> <li>Landesverband auf Gruppenebene</li> <li>DJB</li> </ul>	ehrenamtlich nebenberuflich	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verein</li> <li>Bezirksleistungszentrum</li> </ul>
Trainer-A Leistungssport	<ul style="list-style-type: none"> <li>DJB mit Experten</li> <li>Zusammenarbeit mit DOSB</li> </ul>	nebenberuflich hauptberuflich	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verein</li> <li>Landesleistungszentrum</li> <li>Landesstützpunkte</li> </ul> ⇒ Landestrainer
Diplomtrainer	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trainerakademie in Zusammenarbeit mit DJB</li> </ul>	hauptberuflich	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bundesleistungszentrum</li> <li>Bundesleistungsstützpunkte</li> <li>Olympiastützpunkte</li> </ul> ⇒ Bundestrainer

## 4 Handlungsfelder für Trainer

Auf Basis des leitenden Ausbildungsziels, dem Erwerb von Handlungskompetenz, ergeben sich für den Trainer folgende Handlungsfelder:

### Handlungsfeld 1: **Planen und Analysieren**

Oberste Zielsetzung: Training planen, analysieren und auswerten können.

### Handlungsfeld 2: **Unterrichten und Trainieren**

Oberste Zielsetzung: Lernprozesse von Kampfhandlungen im Judo organisieren und gestalten können.

### Handlungsfeld 3: **Motivieren und Erziehen**

Oberste Zielsetzung: Fähigkeiten und Fertigkeiten zum Führen von Gruppen, Einzelpersonen und sich selbst kennen und anwenden können.

### Handlungsfeld 4: **Organisieren und Verwalten**

Oberste Zielsetzung: Rahmenbedingungen sportlichen Handelns kennen und beeinflussen können, trainings- und wettkampffördernde bzw. Breitensportorientierte Maßnahmen und Veranstaltungen kennen, anregen und organisieren können.

Für jedes Handlungsfeld werden **Themen und Inhalte festgelegt**.  
Für jede Ausbildungsstufe werden **Lernziele definiert**.  
Die Inhalte werden anhand der **didaktisch-methodischen Grundlagen** unterrichtet.

## 5 Trainer-C Breitensport

Es können zusätzlich zur allgemeinen Trainer-C Breitensportausbildung auch modulare Spezialisierungen angeboten werden. Dies gilt zunächst für die vom DOSB genehmigte und zertifizierte Ausbildung zum Trainer-C Breitensport „Elementarbereich“. Hier wird die Ausbildung zum Erzieher, Sozialarbeiter oder Schullehrer mit 60 LE anerkannt. Weitere 60 LE erfolgen durch die Teilnahme an der Ausbildung zum Trainer-B Breitensport „Elementarbereich“. Als judofachliche Qualifizierung genügt per Beschluss der Mitgliederversammlung des DJB der 7. Kyu-Grad (gelber Gürtel).

Weitere Fachqualifikationen, wie z.B. „Gewaltprävention“ können nach Erarbeitung und Genehmigung durch den DOSB folgen.



<b>Trainer-C Breitensport</b>	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
-----------------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

<b>Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren</b>
--

## Themen und Inhalte

- Planung und Auswertung von Judounterricht vor allem mit Kindern und Jugendlichen

## Lernziele

### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

- Er/ Sie versteht den Rahmentrainingsplan des Judoverbandes – speziell für die Trainingsetappe Grundagentraining – und setzt diesen in der Trainingspraxis um.
- Er/ Sie kennt und versteht die Ausbildungs- und Prüfungsordnung des DJB.
- Er/ Sie erstellt Jahrestrainingspläne für Anfängergruppen.
- Er/Sie baut Übungsstunden auf und unterrichtet in Unterrichtseinheiten.
- Er/Sie gestaltet eine themenspezifische Aufwärmung mit physiologischer und motorischer Vorbereitung auf den Hauptteil und einen dementsprechenden Stundenabschluss.
- Er/ Sie wertet Unterricht als Grundlage für eine neue Planung aus.



<b>Trainer-C Breitensport</b>	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
-----------------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

## Handlungsfeld 2: Unterrichten und Trainieren

### Themen und Inhalte

Methodik und Didaktik zur Vermittlung von kind- und jugendgerechten Judotechniken auf der Grundlage der neuen Ausbildungs- und Prüfungsordnung  
Allgemeine und judospezifische koordinative und konditionelle Fähigkeiten

### Lernziele

#### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kennt Organisationsformen im Judotraining und setzt diese um.

Er/ Sie kennt Trainingsformen für die Entwicklung konditioneller Fähigkeiten und setzt diese um.

Er/ Sie kennt methodische Spiel- und Übungsreihen zum Erlernen von Judotechniken und setzt diese um.

Er/ Sie kennt Minimalkriterien für altersgerechte Wettkampftechniken (biomechanische Aspekte) und setzt diese um.

Er/Sie beherrscht das Bewegungssehen und lenkt die Aufmerksamkeit auf die Knotenpunkte der Technik.

Er/ Sie (er)kennt Technikfehler und unterstützt die Athleten in der Korrektur.

Er/ Sie kennt kleine Zweikampfübungen sowie verschiedene Randoriformen und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie kennt Spiel- und Übungsformen zur Entwicklung und Schulung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten und baut diese ins Training ein.

<b>Trainer-C Breitensport</b>	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
-----------------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

**Handlungsfeld 3: Motivieren und Erziehen**

### **Themen und Inhalte**

Rolle des Übungsleiters als Vermittler zwischen der „Sache“ Judo und den ihm anvertrauten Teilnehmern/Judoschülern unter besonderer Berücksichtigung der Zielgruppe Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 14 Jahren

### **Lernziele**

Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz

Er/ Sie kennt und versteht die Rolle des Übungsleiters im Judo.

Er/ Sie kennt die Ziele der Sportart Judo und vermittelt die Judoprinzipien von Jigoro Kano.

Er/ Sie kennt die Wettkampffregeln und sensibilisiert für das Verhalten auf der Judo-  
matte.

Er/ Sie ist sich der Vorbildfunktion des Trainers, insbesondere des Bewegungsvorbil-  
des bewusst.

Er/ Sie erhält die Eigenmotivation zum Lehren und Lernen.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Grundlagen von Führungsstilen und gruppendyna-  
mischen Prozessen unter Berücksichtigung von Kindergruppen und deren Proble-  
men.

Er/ Sie entwickelt und betreut Athleten bei alltagsgerechten Wettkämpfen.

Er/ Sie bindet die eigenen Aktivitäten und die der Trainingsgruppe in die Aktivitäten  
des Vereins ein.

Er/ Sie arbeitet mit den Eltern zusammen.

<b>Trainer-C Breitensport</b>	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
-----------------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

**Handlungsfeld 4: Organisieren und Verwalten**

### **Themen und Inhalte**

Planung von kleineren Veranstaltungen und Ausflügen  
 Entwicklung und Organisation von altersgerechten Trainings- und Wettkampfmaßnahmen im Judo und ergänzenden Sportarten

### **Lernziele**

Fachkompetenz:

Er/ Sie kennt die Organisationsstruktur des DOSB und DJB.

Er/ Sie kennt gewaltpräventive Maßnahmen (insbesondere auch gegen sexualisierte Gewalt) und setzt diese um.

Er/ Sie kennt Rechts- und Versicherungsfragen

Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie organisiert altersgerechte sportliche und judosportliche Wettkämpfe (Judo-Safari, Fußball-, Basketballturniere, japanisches Turnier usw.).

Er/ Sie organisiert das Judo-Sportabzeichen.

Er/ Sie organisiert Elternabende und führt diese durch.

Er/ Sie bringt Athleten bei längeren unter und betreut diese.

Er/ Sie betreibt Öffentlichkeitsarbeit (z.B. Tag der offenen Tür).

## 6 Trainer-B Breitensport (Judolehrer I)

Die zunächst allgemeine Trainer-B Breitensportausbildung (Judolehrer I) kann auch zielgruppenorientiert in bestimmten Themenblöcken durchgeführt werden. Es werden die Schwerpunktthemen

Judo-Selbstverteidigung,  
Gewaltprävention durch Judo und  
Judo im Elementarbereich  
Bewegt Älter werden

zusätzlich angeboten (6.1, 6.2, 6.3 und 6.4).

Weitere Schwerpunktthemen können zu einem späteren Zeitpunkt bedarfsorientiert folgen.

Da sich Inhalte der einzelnen Trainer-B-Ausbildungsschwerpunkte teilweise überschneiden und überwiegend in Modulen unterrichtet wird, ist es möglich, einzelne Teile der Ausbildung gegenseitig anzuerkennen. Dies wird von Fall zu Fall geprüft und mit den jeweiligen Ausbildungsleitern abgesprochen.

Des Weiteren wird in der zweiten Ausbildungsstufe der

- Übungsleiter-B Prävention

angeboten (6.5). Dieser soll inhaltlich eng mit den Inhalten des themenorientierten Gütesiegels „Sport pro Gesundheit“ verknüpft werden.

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Judolehrer I</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

<b>Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren</b>
--

## Themen und Inhalte

Zielgruppenorientierte, kurz-, mittel- und langfristige Planung und Auswertung von Unterricht unter freizeit- und Breitensportlichen Gesichtspunkten

## Lernziele

Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz

Er/ Sie analysiert Zielgruppen, z.B. Elementarbereich, Behinderte, erwachsene Breitensportler ab 14 Jahre.

Er/ Sie definiert mögliche Ziele mit den Athleten, z.B. Gürtelprüfungen, Sportabzeichen, Kata, Fitness.

Er/ Sie plant Differenzierungen für gemischte Gruppen.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Anpassungs- und Lerngesetzmäßigkeiten.

Er/ Sie analysiert Leistungszustände.

Er/ Sie erstellt Trainingsprogramme zur Verbesserung der Kraft und Ausdauerleistungsfähigkeit.

Er/ Sie kennt langfristige Konzepte zur Verbesserung der allgemeinen Fitness und wendet diese an.

Er/ Sie plant kurz- und mittelfristige Trainingsperioden anhand festgelegter Teilziele (z.B. Gürtelprüfungen).

Er/ Sie protokolliert Trainings- und Wettkampfdaten (Dokumentation).

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Judolehrer I</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Handlungsfeld 2: **Unterrichten und Trainieren**

## Themen und Inhalte

Breitensportorientierte methodisch-didaktische Vermittlung von Judotechniken in Handlungssituationen unter Einbeziehung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten sowie allgemeiner und sportartspezifischer Bewegungsfertigkeiten

## Lernziele

### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kennt allgemeine und sportartspezifische Trainingsformen und Methoden zur Verbesserung von konditionellen Basisfähigkeiten (Kraft und Ausdauer) unter breitensportlichen Aspekten und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie entwickelt und schult die allgemeinen und judospezifischen koordinativen Fähigkeiten der Athlet/innen.

Er/ Sie kennt Übungsformen und Methoden zum Erwerb und zur Stabilisierung von Judotechniken und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie kennt und vermittelt Übungsformen zum Anwenden von Judotechniken als Lösungen von Situationen.

Er/ Sie trainiert Technikanwendung unter breitensportlichen Gesichtspunkten (Zweikampfspiele und alternative Randoriformen).

Er/ Sie (er)kennt Technikfehler und unterstützt die Athleten in der Korrektur.

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Judolehrer I</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Handlungsfeld 3: **Motivieren und Erziehen**

## Themen und Inhalte

Erziehung und Motivation von Breitensportlern

## Lernziele

### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie erhält die Eigenmotivation zum Lehren und Lernen.

Er/ Sie entwickelt breitensportliche Motive mit den Athleten (z.B. Spaß an der Bewegung).

Er/ Sie übernimmt Verantwortung.

Er/ Sie ist sich der Vorbildfunktion des Judolehrers als Bewegungsvorbild und im allgemeinen zwischenmenschlichen Verhalten bewusst.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Grundlagen von Führungsstilen und gruppendynamischen Prozessen.

Er/ Sie betreut Athleten bei Demonstrationswettbewerben (z.B. Gürtelprüfungen, Sportabzeichen).

Er/Sie arbeitet mit anderen Vereinen, anderen Sportarten und kulturellen Institutionen zusammen.

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Judolehrer I</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Handlungsfeld 4: **Organisieren und Verwalten**

### Themen und Inhalte

Planung, Organisation und Durchführung breitensportlicher Veranstaltungen, Fahrten usw.  
Vereinsorganisation

### Lernziele

Fachkompetenz:

Er/ Sie kann den Ablaufplan von Veranstaltungen.  
Er/ Sie kennt Planungstechniken und wendet diese an.

Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie bildet Trainings- und Neigungsgruppen.  
Er/ Sie bringt Athleten bei Reise- und Freizeitveranstaltungen unter und betreut diese.  
Er/ Sie koordiniert zwischen Verein, Verband und Ausland.  
Er/ Sie betreibt Öffentlichkeitsarbeit.



Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Selbst- verteidigung</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

## 6.1 Trainer-B Breitensport Selbstverteidigung

### Ziele

Der Trainer-B Breitensport Schwerpunkt „Selbstverteidigung“ soll mit breitensportorientierten jugendlichen und erwachsenen Judoka arbeiten, die sich weniger mit den Inhalten der wettkampfspezifischen Judoausbildung auseinandersetzen. Um auch dieser Zielgruppe die Möglichkeit zu geben, sich mit Judo-Techniken situativ zu beschäftigen und mehr Anreize in das Technikanwendungstraining und die kämpferische Auseinandersetzung mit einem Partner zu setzen, wurden Selbstverteidigungssituationen in das Ausbildungs- und Prüfungsprogramm des DJB aufgenommen. Der Judo-SV-Lehrer soll diese Inhalte im Kontext der gesamten Judoausbildung vermitteln können und darüber hinaus breitensportorientierte Judoka motivieren, sich mit traditioneller, aber auch moderner Selbstverteidigung innerhalb des Judosports als weiteren Sinnstrang auseinanderzusetzen.

Der Ausbildungsschwerpunkt Judo-Selbstverteidigung unterteilt sich in vier Ausbildungsmodulen zu je 15 Unterrichtseinheiten:

Atemi-Techniken (Ausweichen, Blocken, Schlagen)  
 Judotechnik in der Selbstverteidigung Teil 1  
 Judotechnik in der Selbstverteidigung Teil 2  
 Selbstbehauptung und Gewaltprävention

Die Ausbildung schließt nach bestandener Prüfung mit der Lizenz Trainer-B Breitensport Schwerpunkt „Selbstverteidigung“ ab. Der DJB kann intern den Titel „Judo-SV-Lehrer“ vergeben.

Die Handlungsfelder der Ausbildung orientieren sich so weit wie möglich – unter Berücksichtigung der speziellen Anforderungen der Judo-Selbstverteidigung – an den grundlegenden Handlungsfeldern der Trainer-B Breitensportausbildung.

Spezielle Arbeitsmaterialien wurden erarbeitet und stehen zum Download zur Verfügung.

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Selbst- verteidigung</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

<b>Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren</b>
--

## Themen und Inhalte

Zielgruppenorientierte, kurz-, mittel- und langfristige Planung und Auswertung von Unterricht unter speziellen Gesichtspunkten der Judo-Selbstverteidigung

## Lernziele

Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz

Er/ Sie analysiert Zielgruppen, und berücksichtigt geschlechtsspezifische Unterschiede erwachsener Breitensportler ab 14 Jahren in der Selbstverteidigung.

Er/ Sie definiert mögliche Ziele mit den Athleten, z.B. Gürtelprüfungen, realistische Anwendung.

Er/ Sie plant Differenzierungen für gemischte Gruppen.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Anpassungs- und Lerngesetzmäßigkeiten.

Er/ Sie analysiert Leistungszustände.

Er/ Sie erstellt Trainingsprogramme zur Verbesserung der Kraft und Ausdauerleistungsfähigkeit.

Er/ Sie kennt langfristige Konzepte zur Verbesserung der allgemeinen Fitness und wendet diese an.

Er/ Sie plant kurz- und mittelfristige Trainingsperioden anhand festgelegter Teilziele (z.B. Gürtelprüfungen).

Er/ Sie protokolliert Trainings- und Wettkampfdaten (Dokumentation).

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Selbst- verteidigung</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

## Handlungsfeld 2: Unterrichten und Trainieren

### Themen und Inhalte

Methodisch-didaktische Vermittlung von Judotechniken im Kontext der Selbstverteidigung unter Einbeziehung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten sowie allgemeiner und sportartspezifischer Bewegungsfertigkeiten

### Lernziele

#### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kennt allgemeine und sportartspezifische Trainingsformen und Methoden zur Verbesserung von konditionellen Basisfähigkeiten (Kraft und Ausdauer) unter breitensportlichen Aspekten und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie entwickelt und schult die allgemeinen und sportartspezifischen koordinativen Fähigkeiten der Athleten.

Er/ Sie kennt Übungsformen und Methoden zum Erwerb und zur Stabilisierung von Judotechniken im Kontext der Selbstverteidigung und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie kennt und vermittelt Übungsformen zum Anwenden von Judotechniken als Lösungen von Situationen.

Er/ Sie trainiert Technikanwendung unter breitensportlichen Gesichtspunkten (Zweikampfspiele und alternative Randoriformen).

Er/ Sie (er)kennt Technikfehler und unterstützt die Athleten in der Korrektur.

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Selbst- verteidigung</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Handlungsfeld 3: **Motivieren und Erziehen**

## Themen und Inhalte

Erziehung und Motivation von Breitensportlern

## Lernziele

### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie erhält die Eigenmotivation zum Lehren und Lernen.

Er/ Sie entwickelt breitensportliche Motive mit den Athleten (z.B. Spaß an der Bewegung).

Er/ Sie übernimmt Verantwortung.

Er/ Sie ist sich der Vorbildfunktion des Judolehrers als Bewegungsvorbild und im allgemeinen zwischenmenschlichen Verhalten bewusst.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Grundlagen von Führungsstilen und gruppendynamischen Prozessen.

Er/ Sie arbeitet mit anderen Vereinen, anderen Sportarten und kulturellen Institutionen zusammen.

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Selbst- verteidigung</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Handlungsfeld 4: **Organisieren und Verwalten**

## Themen und Inhalte

Planung, Organisation und Durchführung von Judo-Selbstverteidigungskursen

## Lernziele

### Fachkompetenz:

Er/ Sie kennt Planungstechniken und wendet diese an.

### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie bildet Trainings- und Neigungsgruppen.

Er/ Sie koordiniert zwischen Verein und Verband.

Er/ Sie betreibt Öffentlichkeitsarbeit.

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Gewalt- prävention</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

## 6.2 Trainer-B Breitensport Gewaltprävention

### Ziele

Die Teilnehmer der Ausbildung sollen befähigt werden, Angebote im Bereich der Gewaltprävention selbstständig zu planen und durchzuführen. Sie sollen ein fundiertes Wissen über das Thema „Gewalt“ erwerben sowie Maßnahmen zur Vorbeugung von Konflikten anwenden und Strategien zur Konfliktlösung anbieten können (letztes unter anderem mit Methoden der Streitschlichtung und Mediation).

Darüber hinaus sollen sie lernen, Konzepte, Strategien und Techniken zu entwickeln, um jungen Menschen zu helfen, sich selbst zu behaupten, stark zu sein und Grenzen zu setzen – ohne den Einsatz von Gewalt.

Die Vermittlung von Werten, wie Menschen – unabhängig von Alter, Geschlecht, Kultur und Nationalität – grundsätzlich mit Respekt zu begegnen, sind im Judo sport selbstverständlich. Auch deshalb möchten wir mit dieser Ausbildung das Qualifizierungsangebot für Judotrainer und Vereine erweitern und die Werte des Judo sports für die heranwachsenden Kinder und Jugendlichen deutlich hervorheben.

Wir sind sicher, dass mit der Umsetzung präventiver Judoangebote die Werte der Sportart Judo in und für die Gesellschaft deutlich an Akzeptanz gewinnen. Da sich die Ausbildung an der Zielgruppe der Kinder und Jugendlichen im Alter von 8–12 Jahren (ca. 3.–6. Schulklasse) orientiert, lässt sich die Sportart Judo hervorragend in das Konzept der Gewaltprävention umsetzen.

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Gewalt- prävention</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

<b>Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren</b>
--

## Themen und Inhalte

„Gewalt“ in ihren unterschiedlichen Formen  
 Möglichkeiten der Gewaltprävention  
 Planung von Präventionsangeboten

## Lernziele

Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kann den Begriff „Gewalt“ definieren sowie Formen der Gewalt (psychisch und physisch) und ihre Auswirkungen (strafrechtliche Betrachtung) erläutern.

Er/ Sie kennt Formen der sexuellen Gewalt und des sexuellen Missbrauchs.

Er/ Sie kennt die Stufen der Gewaltprävention (primär, sekundär und tertiär).

Er/ Sie kennt Rechtliche Grundlagen (Notwehr, Nothilfe).

Er/ Sie plant Präventionsstunden, führt diese durch und analysiert sie.

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Gewalt- prävention</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Handlungsfeld 2: **Unterrichten und Trainieren**

**Themen und Inhalte**

Methodische und didaktische Vermittlung von Präventionsangeboten

**Lernziele**

Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie wählt geeignete Spiele zu vertrauensbildenden Maßnahmen (Kooperations-, Vertrauens- und Kompetenzspiele) aus.

Er/ Sie kennt Chancen und Risiken teambildender Maßnahmen.

Er/ Sie kennt Kampfsportgeschichte.



Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Gewalt- prävention</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

<b>Handlungsfeld 3: Motivieren und Erziehen</b>
---

## Themen und Inhalte

Besonderheiten der Sportart Judo als Kommunikationsmittel in der Gewaltprävention  
Sensibilisierung für die Rolle des Trainers und die ihm anvertrauten Kinder und Jugendlichen in ihrer besonderen Situation

## Lernziele

### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie stellt die Grundwerte in der Gewaltprävention heraus.

Er/ Sie kennt und vermittelt Judowerte, Rituale, Regeln und Leitsätze.

Er/ Sie kennt und vermittelt die Philosophie des Judo (im Kontext zu Budo).

Er/ Sie versteht Judo als Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt besondere entwicklungsphysiologische Grundlagen der Zielgruppe der 8- bis 12-jährigen Kinder bzw. Jugendlichen.

Er/ Sie gliedert verhaltensauffälliger Kinder und Jugendliche in bestehende Gruppen ein.

Er/ Sie kennt Strategien zur Konfliktlösung bei schwierigen Situationen (Provozieren, Eskalieren und Deeskalieren, Maßnahmen des Konfliktmanagements) und wendet diese an.

Er/ Sie reflektiert das eigene Trainerverhalten (Vorbildfunktion, Körpersprache usw.).

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Grundsätze der Kommunikation und Verhaltensschulung (Grenzen setzen, Körper- und Wortsprache).

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Gewalt- prävention</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Handlungsfeld 4: **Organisieren und Verwalten**

### Themen und Inhalte

Planung von Projekten im Bereich der Gewaltprävention

### Lernziele

Fachkompetenz:

Er/ Sie organisiert ein Projekt „Gewaltprävention in der Schule“ (Kontaktaufnahme, Ansprechpartner, Werbung usw.).

Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie koordiniert Verein und Schule.

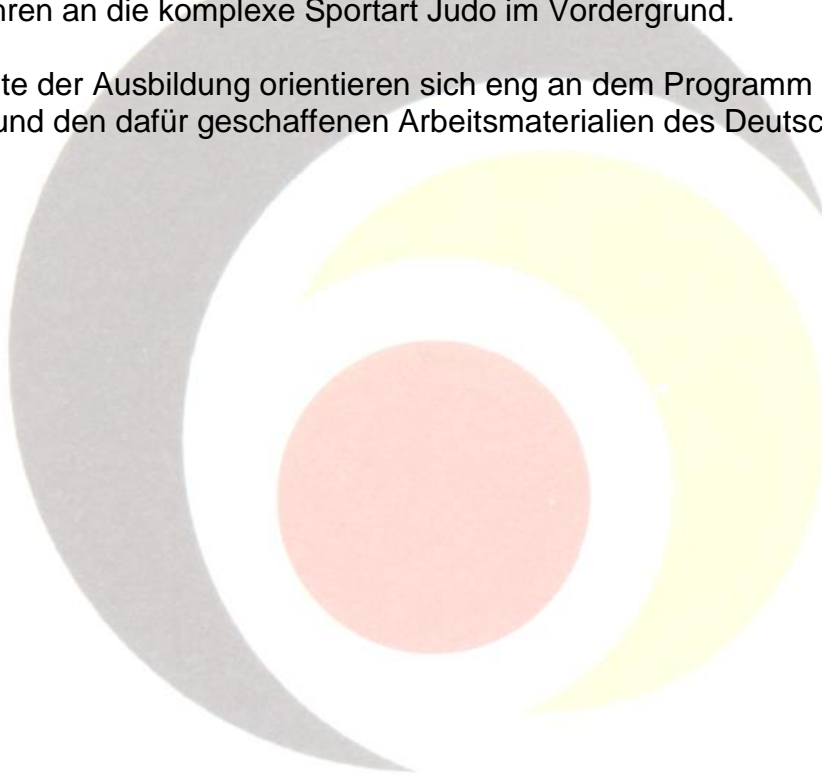
Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Elementar- bereich</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

## 6.3 Trainer-B Breitensport Elementarbereich

### Ziele

Der Trainer-B Breitensport Schwerpunkt „Elementarbereich“ soll zum „Spezialisten“ für die 5- bis 7-jährigen Judoka ausgebildet werden. Hier stehen eine umfangreiche allgemeine motorische Grundausbildung, die Wertevermittlung und das behutsame Heranführen an die komplexe Sportart Judo im Vordergrund.

Die Inhalte der Ausbildung orientieren sich eng an dem Programm „**Judo spielend lernen**“ und den dafür geschaffenen Arbeitsmaterialien des Deutschen Judo-Bundes.



Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Elementar- bereich</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

<b>Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren</b>
--

## Themen und Inhalte

Spezielle Anforderungen an Sportunterricht mit Kindern im Alter zwischen 4 und 7 Jahren  
Planung von entsprechendem Unterricht

## Lernziele

Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kennt und berücksichtigt die sportmotorische Entwicklung bis zum 6. Lebensjahr und die Funktion von Sport (biologisch, psychisch und sozial).

Er/ Sie kennt das Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom, kann es definieren, bei Kindern erkennen und mit betroffenen Kindern umgehen.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt das Lernverhalten von Kindern zwischen 3 und 6 Jahren sowie methodische Lernverfahren für Kleinkinder.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt die Belastbarkeit von Kindern (psychisch/physisch) und kennt Besonderheiten im Kleinkindalter (z.B. Wachstumsproportionen).

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Elementar- bereich</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

## Handlungsfeld 2: Unterrichten und Trainieren

### Themen und Inhalte

Methodisch geeigneter Aufbau einer Judo-Unterrichtsstunde für Kleinkinder

### Lernziele

#### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie plant und baut Übungsstunden unter Berücksichtigung von Lernbedingungen und Lernzielen auf.

Er/ Sie berücksichtigt die Stundenteile Aufwärmen, Hauptteil und Schluss (darzustellen an den Inhalten des weiß-gelben Gürtels!).

Er/ Sie kennt und berücksichtigt das kindliche Spiel und Spielformen sowie die Bedeutung des Spiels für die kindliche Entwicklung.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt die Bedeutung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten für die Bewegungserziehung.

Er/ Sie kennt Gewalt im Sport und kann mit sozial auffälligen, aggressiven Kindern umgehen.

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Elementar- bereich</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

Handlungsfeld 3: **Motivieren und Erziehen**

### Themen und Inhalte

Möglichkeiten und Methoden, mit denen Kinder motiviert und gefördert werden können  
 Rolle des Trainers

### Lernziele

Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

- Er/ sie kennt und vermittelt das angemessene Verhalten auf der Judomatte (Judoetikette).
- Er/ Sie erhält die Eigenmotivation zur Bewegung und zum Lernen. Er gestaltet und modifiziert Spiele, moderiert und leitet Bewegung mit Musik als Motivator an.
- Er/ Sie ist sich der Rolle des Trainers bewusst (Anforderungsprofil, Aufgaben, Erziehungsstile).

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Elementar- bereich</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

**Handlungsfeld 4: Organisieren und Planen**

## Themen und Inhalte

Planung von Kursen in Zusammenarbeit mit Institutionen wie Kindergärten oder Schulen

## Lernziele

### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

- Er/ Sie nimmt die Aufsichtspflicht wahr und kennt die rechtlichen Grundlagen.
- Er/ Sie arbeitet mit anderen Institutionen zusammen, stellt das Projekt mit Zielsetzung (z.B. im Kindergarten) bei möglichen Partnern vor und kennt das Antragswesen sowie Finanzierungsmöglichkeiten.
- Er/ Sie plant Kursangebote (z.B. methodisches Vorgehen) und führt diese durch.
- Er/ Sie betreibt Öffentlichkeitsarbeit.

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Bewegt Älter werden</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	---	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

## 6.4 Trainer-B Breitensport „Bewegt Älter werden“

### Ziele

Die Teilnehmer/innen der Ausbildung sollen befähigt werden Angebote im Bereich „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO“ selbstständig zu planen und durchzuführen. Sie sollen fundiertes Wissen über das Thema „ÄLTER werden“ erwerben und den Zusammenhang von „Training und Altern“ verstehen. Sie müssen Kenntnisse über die Veränderungen im Verlauf der sportlichen Leistungsfähigkeit besitzen, um das Training gezielt und bewusst zu steuern. Die Entwicklung von ansprechenden, attraktiven und motivierenden Angeboten zum altersgerechten Sporttreiben ist dabei unabdingbar.

Dazu zählt auch der Blick über den Tellerrand hinaus. Sportartübergreifende Budo-Elemente sollen ebenso das Training ergänzen wie die Judobezogene Selbstverteidigung und die Philosophie des Judo, die sich sehr schön an ausgesuchten Kata-Formen aufzeigen lässt.

Ein großer Teil der Ausbildung beinhaltet die Vermittlung der motorischen Ziele, insbesondere das Aufhalten bzw. das Verhindern des Nachlassens der körperlichen Leistungsfähigkeit. Die Verbesserung der Herz-Kreislauf-Fähigkeit zählt dazu, ebenso wie die Stabilisierung des aktiven und passiven Bewegungsapparates - hier bietet die Sportart JUDO ausreichende Übungs- und Trainingsformen. Das Fallen, ein Bestandteil des Judosports, soll gezielt als Sturzprophylaxe vermittelt werden – die Teilnehmer/innen sollen Sturzrisikofaktoren erkennen und geeignete Maßnahmen zur Sturzvermeidung treffen können, um sturzbedingte Folgen zu minimieren.

Die Vermittlung von Werten und sozialen Fähigkeiten sind in der Partner-Sportart JUDO selbstverständlich. Hier gilt es den Verein als soziales Umfeld deutlich herauszustellen. Wo sonst können sich „Familien zusammenraufen“ oder stehen „Jung & Alt - gemeinsam auf der Matte“?!

Die Steigerung des Selbstwertgefühls und die Stabilisierung des Selbstbewusstseins passieren durch ein adäquates Judotraining fast automatisch und sorgen für eine Verbesserung der Lebensqualität. Hier gilt es bei der Mitgliedergewinnung anzusetzen. Nicht nur um Mitglieder für den Judosport neu zu gewinnen, sondern auch für die (ehrenamtliche) Mitarbeit im Verein.

Die Planung von konkreten Projekten „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“ sind ebenfalls Bestandteil der Ausbildung und sollen den Teilnehmern wertvolle Hilfen für die Vereins-Praxis geben.



Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Bewegt Älter werden</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	---	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

## Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren

### Themen und Inhalte

Erwerb und Wissen über das Thema „Erwachsene und ältere Menschen im Sport (demographische Entwicklung und die Auswirkungen auf die Sportlandschaft) Entwicklung zukunftsfähiger Konzepte und Angebote für Vereine, die Sportart JUDO altersgerecht und zielgruppenorientiert zu installieren Planung von Angeboten im Bereich JUDO der ÄLTEREN

#### Lernziele

#### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie hat Kenntnisse über den demografischen Wandel und die daraus resultierenden gesellschaftlichen Veränderungen

Er/Sie kann die Ziele und Inhalte des Projektes „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“ vorstellen

Er/ Sie kann die Zielgruppe „Ältere“ im Sport (und der Besonderheiten im Training mit diesen Zielgruppen) einteilen

Er/ Sie hat Kenntnisse über den Zusammenhang von Training und Altern insbesondere unter den Aspekten

- Funktionelle Veränderung der Organsysteme
- Veränderung des Bewegungsapparates und
- Verlauf der sportlichen Leistungsfähigkeit im Alter

Er/Sie kann ansprechende, attraktive und motivierende Angebote zum altersgerechten Sporttreiben, insbesondere unter den Aspekten

- Differenzierung, Umgang mit heterogenen Gruppen
- Belastungsdosierung
- Sensibilisierung für Merkmale der Überforderung im Training

entwickeln



Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Bewegt Älter werden</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungssport	Trainer-B Leistungssport	Trainer-A Leistungssport
---------------------------	---	---	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

## Handlungsfeld 2: Unterrichten und Trainieren

### Themen und Inhalte

Strategien zum verletzungsfreien Fallen (Sturzprophylaxe)  
 Förderung motorischer, sozial-emotionaler und kognitiver Fähigkeiten und Fertigkeiten  
 Planung von Stunden im Bereich Judo der Älteren  
 Verbesserung der Lernkompetenz

### Lernziele

#### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/Sie hat Kenntnisse zur Vermittlung folgender Teilbereiche:

- Verbesserung des Herz-Kreislauf-Systems
- Kräftigung des aktiven Bewegungsapparates und Stärkung des passiven Bewegungsapparates
- Verbesserung der Koordination (insbesondere des Gleichgewichts) anhand ausgewählter Spiel- und Übungsformen
- Sturzprophylaxe (Erwerb von Wissen um Sturzrisikofaktoren, geeigneter Maßnahmen zur Sturzvermeidung und Minimierung sturzbedingter Folgen), Entwicklung von Strategien zum verletzungsfreien Fallen und „Werfen ohne hart zu fallen“
- Schaffung einer ausgewogenen Balance zwischen Anspannung und Entspannung, Formen der Entspannung
- Vermittlung von ausgewählten Techniken für den älter werdenden Judoka im Stand und am Boden
- Vermittlung von vorbereitenden Übungen (alters- und leistungsangepasst) zum Aufwärmen und zur Mobilisation der Gelenke
- Philosophie des Judo – dargestellt anhand ausgesuchter Kata-Formen
- Ausgewählte Budo-Elemente (sportartübergreifend) als ergänzende Inhalte im Judotraining
- Elemente der judospezifischen Selbstverteidigung als ergänzende Inhalte
- Vertiefung von Übungen zur Gesunderhaltung als ergänzende Inhalte

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Bewegt Älter werden</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungssport	Trainer-B Leistungssport	Trainer-A Leistungssport
---------------------------	---	---	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

Handlungsfeld 3: **Motivieren und Erziehen**

### Themen und Inhalte

Gesundheitsförderung durch Sport und Judo  
Hervorheben der Besonderheiten der Sportart Judo als Kommunikationsmittel in der älter werdenden Gesellschaft  
Sensibilisierung für die vielfältige Situation der Trainer/innen  
Mitarbeitergewinnung für die (ehrenamtliche) Arbeit im Verein

### Lernziele

Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/Sie kennt die Bedeutung von körperlicher Aktivität für die Gesundheit und Motivation zu einer ganzheitlich organisierten Lebensweise (TCM= traditionelle chinesische Medizin, Gesundheitscheck)  
Er/Sie kann Mitarbeiter für die (ehrenamtliche Arbeit im Verein, persönliche Bereicherung und Wertschätzung durch die Mitarbeit im Verein) gewinnen  
Er/Sie kennt den Verein als soziales Umfeld (Schaffen neuer sozialer Kontakte und Hervorheben des generationsübergreifenden Gedankens – hier: „Jung und Alt – gemeinsam auf der Matte“ oder „Familien raufen sich zusammen“)  
Er/ Sie kann Trainerverhalten (Vorbild- und Beraterfunktion, Körpersprache und Wissen über die spezifischen Leistungsvoraussetzungen der älter werdenden Menschen) vermitteln

Trainer-C Breitensport	<b>Trainer-B Breitensport Bewegt Älter werden</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	---	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

**Handlungsfeld 4: Organisieren und Planen**

### **Themen und Inhalte**

Planung und Aufbau von Judo-Gruppen  
 Möglichkeiten der Mitgliedergewinnung, Vernetzungsmöglichkeiten auf kommunaler Ebene  
 Planung von Projekten im Bereich „Bewegt Älter werden mit Judo“

### **Lernziele**

Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/Sie kann Judo-Gruppen (Kursangebote, Einbau von Gruppen in bestehende Vereinsangebote) Vernetzungsmöglichkeiten (Kooperation mit anderen Institutionen) planen und aufbauen  
 Er/Sie kann das Projekt „Bewegt Älter werden mit Judo“ (Kontaktaufnahme, Ansprechpartner, Werbung...) organisieren und vorstellen  
 Er/Sie kann entsprechende Lehrgänge (inklusive Zwischen- und Abschlussreflexion) organisieren

Trainer-C Breitensport	<b>Übungsleiter-B Prävention</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leis- tungs- sport
---------------------------	--------------------------------------	---	----------------------------------	----------------------------------	---------------------------------------

## 6.5 Übungsleiter-B Prävention

### Ziele

Der Übungsleiter-B Prävention soll in erster Linie gesundheitsvorsorglich mit bestimmten Zielgruppen arbeiten. Diese Zielgruppen sind

zunächst übergewichtige Kinder und Jugendliche und später nach Programmerweiterung auch erwachsene Breitensportler.

Die inhaltlichen Schwerpunkte liegen in der Vermittlung von gesundheitsbewusster Ernährung, rückengerechtem Training und Körperwahrnehmung, unfallfreiem Fallen und Stürzen.

Diese inhaltlichen Schwerpunkte sollen eng mit Programmen des Gütesiegels „Sport pro Gesundheit“ verknüpft werden. Zunächst wird das Gütesiegel mit einem zielgerichteten Programm für übergewichtige Kinder und Jugendliche beim DOSB beantragt, später können bedarfsorientiert weitere Programme folgen und beantragt werden.

Trainer-C Breitensport	<b>Übungsleiter-B Prävention</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leis- tungs- sport
---------------------------	--------------------------------------	---	----------------------------------	----------------------------------	---------------------------------------

**Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren**

## Themen und Inhalte

Zielgerichtete Erstellung von Kursangeboten

## Lernziele

Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Zusammenhänge zwischen theoretischen Grundlagen und praktischen Übungen.

Er/ Sie kennt Grundlagen gesundheitsbewusster Ernährung speziell für Jugendliche und hat Basiswissen über Ernährung sowie die körperlichen Auswirkungen mit Krankheitsbildern.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt die funktionelle Anatomie unter Berücksichtigung von Wachstumsphasen, des aktiven und passiven Bewegungsapparates und des Herz-Kreislauf-Systems.

Er/ Sie kennt die Pathologie von Wirbelsäule und Muskulatur sowie Krankheitsbilder, Wachstumsstörungen, Haltungsauffälligkeiten und muskuläre Dysbalancen.

Er/ Sie kennt Muskelfunktionstests und wendet diese an.

Trainer-C Breitensport	<b>Übungsleiter-B Prävention</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leis- tungs- sport
---------------------------	--------------------------------------	---	----------------------------------	----------------------------------	---------------------------------------

## Handlungsfeld 2: Unterrichten und Trainieren

### Themen und Inhalte

Aufbau von Programm zur Bewegungssicherheit im Alltag und der Senkung des Verletzungsrisikos bei Stürzen (zunächst für Jugendliche und in folgenden Programmen für andere Altersgruppen)

### Lernziele

#### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kennt und berücksichtigt anatomische und physiologische Grundlagen zum Sport in der Prävention.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt die funktionelle Bewegungs- und Trainingslehre.

Er/ Sie kennt Formen der funktionellen Gymnastik (z.B. Schlingentraining, Training mit dem Gymnastikball) und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie kennt Übungsformen zur Körperwahrnehmung (Verbesserung der taktilen, kinästhetischen und optischen Informationsaufnahme und Verarbeitung) und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie kennt Entspannungsmethoden (z.B. progressive Muskelentspannung nach Jacobson) und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie kennt die Ju-no-Kata (Bewegungsübungen zur Verbesserung der Koordination und Beweglichkeit sowie zur Rumpfkraftigung) und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie kennt und vermittelt richtiges Stürzen und Fallen.

Er/ Sie führt Koordinationstraining zur Vorbeugung von Stürzen durch.



Trainer-C Breitensport	<b>Übungsleiter-B Prävention</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leis- tungs- sport
---------------------------	--------------------------------------	---	----------------------------------	----------------------------------	---------------------------------------

Handlungsfeld 3: **Motivieren und Erziehen**

**Themen und Inhalte**

Motivierende Möglichkeiten und Methoden für Teilnehmer zur Veränderung des täglichen Verhaltens  
 Unfallminderung und Verbesserung der körperlichen Leistung

**Lernziele**

- Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:  
 Er/ Sie kennt und berücksichtigt die Bedeutung und den Zusammenhang von Sport und Gesundheit.  
 Er/ Sie kennt und berücksichtigt die Bedeutung ganzheitlicher Bewegungsangebote für die Entwicklung des heranwachsenden Menschen.  
 Er/ Sie kennt und vermittelt rückengerechtes Alltagsverhalten.

Trainer-C Breitensport	<b>Übungsleiter-B Prävention</b>	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leis- tungs- sport
---------------------------	--------------------------------------	---	----------------------------------	----------------------------------	---------------------------------------

**Handlungsfeld 4: Organisieren und Planen**

**Themen und Inhalte**

Planung von Kursen in Zusammenarbeit mit Vereinen, Schulen und Krankenkassen

**Lernziele**

Fachkompetenz:

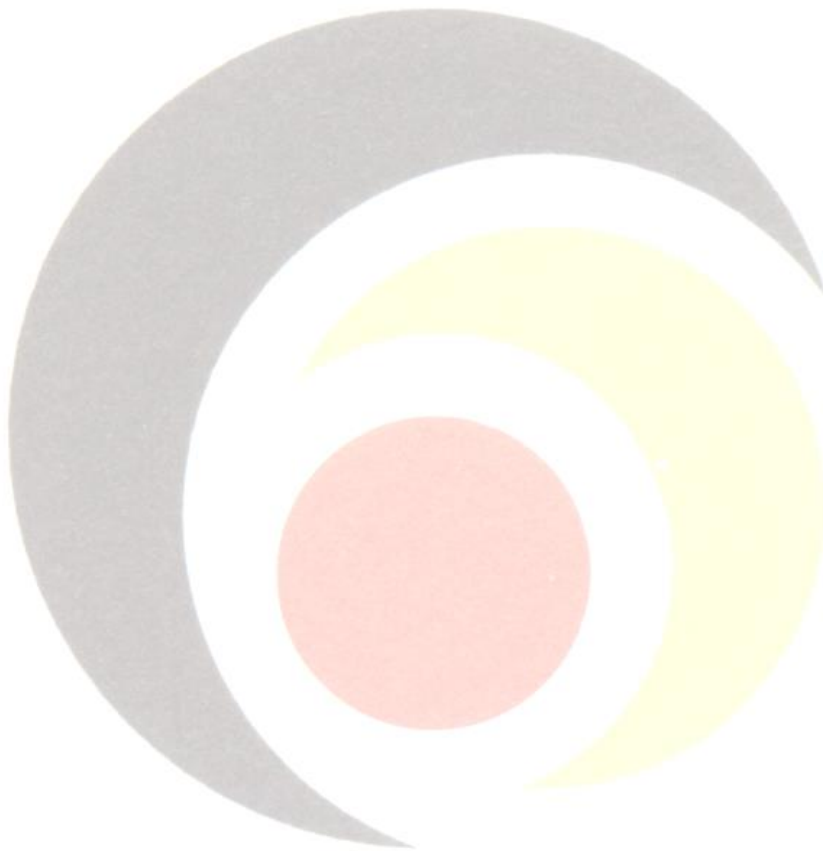
Er/ Sie plant und organisiert gesundheitsorientierte (Kurs-)Angebote für Jugendliche im Verein, zunächst orientiert an dem Gütesiegel „Sport pro Gesundheit“ (Arbeit mit übergewichtigen Kindern) und später mit weiteren, noch zu entwickelnden Programmen.

Er/ Sie kennt und nutzt Bezuschussungsmöglichkeiten.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt das Haftungsrecht.

## 7 Trainer-A Breitensport (Judolehrer II)

Seit der Überarbeitung der Ausbildungsordnung 2008 besteht für Judolehrer der zweiten Stufe die Möglichkeit, eine Trainer-A-Lizenz Breitensport zu erwerben. Dazu müssen aus drei unterschiedlichen, wie zuvor in Kapitel 6 beschriebenen Bereichen, jeweils 30 LE absolviert werden. Es ist eine umfangreiche Hausarbeit in Absprache mit dem Bundeslehrreferenten anzufertigen und es wird eine breitensportorientierte Lehrprobe in Terminabsprache mit ebenfalls diesem vereinbart.



Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	<b>Trainer-A Breitensport Judolehrer II</b>	Trainer-C Leistungssport	Trainer-B Leistungssport	Trainer-A Leistungssport
---------------------------	--	---	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

<b>Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren</b>
--

## Themen und Inhalte

Vertiefende, zielgruppenorientierte, kurz-, mittel- und langfristige Planung und Auswertung von Unterricht unter freizeit- und breitensportlichen Gesichtspunkten

## Lernziele

### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie analysiert Zielgruppen, z.B. Elementarbereich, Behinderte, erwachsene Breitensportler ab 14 Jahre.

Er/ Sie definiert mögliche Ziele mit den Athleten, z.B. Gürtelprüfungen, Sportabzeichen, Kata, Fitness.

Er/ Sie plant Differenzierungen für gemischte Gruppen.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Anpassungs- und Lerngesetzmäßigkeiten.

Er/ Sie analysiert Leistungszustände.

Er/ Sie erstellt Trainingsprogramme zur Verbesserung der Kraft und Ausdauerleistungsfähigkeit.

Er/ Sie kennt langfristige Konzepte zur Verbesserung der allgemeinen Fitness und wendet diese an.

Er/ Sie plant kurz- und mittelfristige Trainingsperioden anhand festgelegter Teilziele (z.B. Gürtelprüfungen).

Er/ Sie protokolliert Trainings- und Wettkampfdaten (Dokumentation).

Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	<b>Trainer-A Breitensport Judolehrer II</b>	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

## Handlungsfeld 2: Unterrichten und Trainieren

### Themen und Inhalte

Methodisch-didaktische Vermittlung von Judotechniken in Handlungssituationen unter Einbeziehung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten sowie allgemeiner und sportartspezifischer Bewegungsfertigkeiten für bestimmte Breitensportliche Zielgruppen

### Lernziele

#### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kennt allgemeine und sportartspezifische Trainingsformen und Methoden zur Verbesserung von konditionellen Basisfähigkeiten (Kraft und Ausdauer) unter Breitensportlichen Aspekten und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie entwickelt und schult die allgemeinen und sportartspezifischen koordinativen Fähigkeiten der Athleten.

Er/ Sie kennt Übungsformen und Methoden zum Erwerb und zur Stabilisierung von Judotechniken und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie kennt Übungsformen zum Anwenden von Judotechniken als Lösungen von Situationen und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie trainiert Technikanwendung unter Breitensportlichen Gesichtspunkten (Zweikampfspiele und alternative Randoriformen).

Er/ Sie (er)kennt Technikfehler und unterstützt die Athleten in der Korrektur.

Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	<b>Trainer-A Breitensport Judolehrer II</b>	Trainer-C Leistungssport	Trainer-B Leistungssport	Trainer-A Leistungssport
---------------------------	--	---	-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

**Handlungsfeld 3: Motivieren und Erziehen**

## Themen und Inhalte

Erziehung und Motivation von bestimmten Breitensportlichen Zielgruppen

## Lernziele

### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie erhält die Eigenmotivation zum Lehren und Lernen.

Er/ Sie entwickelt Breitensportliche Motive mit den Athleten (z.B. Spaß an der Bewegung).

Er/ Sie übernimmt Verantwortung.

Er/ Sie ist sich der Vorbildfunktion des Judolehrers als Bewegungsvorbild und im allgemeinen zwischenmenschlichen Verhalten bewusst.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Grundlagen von Führungsstilen und Gruppendynamischen Prozessen.

Er/ Sie betreut Athleten bei Demonstrationswettbewerben (Gürtelprüfungen, Sportabzeichen usw.).

Er/ Sie arbeitet mit anderen Vereinen, anderen Sportarten und kulturellen Institutionen zusammen.

Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	<b>Trainer-A Breitensport Judolehrer II</b>	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	----------------------------------

## Handlungsfeld 4: Organisieren und Verwalten

### Themen und Inhalte

Planung, Organisation und Durchführung breitensportlicher Veranstaltungen, Fahrten usw.

Vereinsorganisation für bestimmte breitensportliche Zielgruppen

### Lernziele

#### Fachkompetenz:

Er/ Sie kennt den Ablaufplan von Veranstaltungen.

Er/ Sie kennt Planungstechniken und wendet diese an.

#### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie bildet Trainings- und Neigungsgruppen.

Er/ Sie bringt Athleten bei Reise- und Freizeitveranstaltungen unter und betreut diese.

Er/ Sie koordiniert zwischen Verein, Verband und Ausland.

Er/ Sie betreibt Öffentlichkeitsarbeit.

## 8 Trainer-C Leistungssport





Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	<b>Trainer-C Leistungssport</b>	Trainer-B Leistungssport	Trainer-A Leistungssport
---------------------------	--	---	-------------------------------------	-----------------------------	-----------------------------

**Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren**

## Themen und Inhalte

Planung und Auswertung von Judounterricht, vor allem mit Kindern und Jugendlichen  
Trainingsprinzipien

## Lernziele

### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie versteht den Rahmentrainingsplanes des DJB – speziell für die Trainingsetappe Grundlagentraining – und setzt diesen in der Trainingspraxis um.

Er/ Sie plant mehrere Trainingseinheiten (eine Woche bis einen Monat).

Er/ Sie baut Übungsstunden auf und unterrichtet in Unterrichtseinheiten.

Er/ Sie gestaltet eine themenspezifische Aufwärmung mit physiologischer und motorischer Vorbereitung auf den Hauptteil und einen dementsprechenden Stundenabschluss.

Er/ Sie erstellt einen judospezifischen Zirkel zur Schulung konditioneller Fähigkeiten.

Er/ Sie plant altersgerechte Wettkämpfe im Sinne eines sportartübergreifenden Mehrkampfes.

Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	<b>Trainer-C Leistungs- sport</b>	Trainer-B Leis- tungs- sport	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	---	---------------------------------------	----------------------------------

## Handlungsfeld 2: Unterrichten und Trainieren

### Themen und Inhalte

Methodik und Didaktik zur Vermittlung von kind- und jugendgerechten Judotechniken auf der Grundlage der neuen Ausbildungs- und Prüfungsordnung  
allgemeine und judospezifische koordinative und konditionelle Fähigkeiten

### Lernziele

#### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kennt Organisationsformen im Judotraining und setzt diese um.

Er/ Sie kennt Trainingsformen für die Entwicklung konditioneller Fähigkeiten und setzt diese um.

Er/ Sie kennt methodische Spiel- und Übungsreihen zum Erlernen von Judotechniken und setzt diese um.

Er/ Sie kennt Minimalkriterien für altersgerechte Wettkampftechniken (biomechanische Aspekte) und setzt diese um.

Er/ Sie beherrscht das Bewegungssehen und lenkt die Aufmerksamkeit auf die Knotenpunkte der Technik.

Er/ Sie (er)kennt Technikfehler und unterstützt die Athleten in der Korrektur.

Er/ Sie kennt kleine Zweikampfübungen sowie verschiedene Randoriformen und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie kennt Spiel- und Übungsformen zur Entwicklung und Schulung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten und baut diese ins Training ein.

Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	<b>Trainer-C Leistungssport</b>	Trainer-B Leistungssport	Trainer-A Leistungssport
---------------------------	--	---	-------------------------------------	-----------------------------	-----------------------------

### Handlungsfeld 3: **Motivieren und Erziehen**

#### **Themen und Inhalte**

Rolle des Trainers als Vermittler zwischen der „Sache“ Judo und den ihm anvertrauten Teilnehmern/Judoschülern unter besonderer Berücksichtigung der Zielgruppe Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 14 Jahren  
 Motivation und systematische Vorbereitung junger Wettkämpfer zum Leistungssport unter Einbeziehung des sozialen Umfeldes

#### **Lernziele**

##### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie kennt und versteht die Rolle des Trainers im Judo.

Er/ Sie kennt die Ziele der Sportart Judo und vermittelt die Judoprinzipien von Jigoro Kano.

Er/ Sie kennt die Wettkampffregeln und sensibilisiert für das Verhalten auf der Judo-  
matte.

Er/ Sie erhält die Eigenmotivation zum Lehren und Lernen.

Er/ Sie kennt Möglichkeiten der Mitarbeit, Mitbestimmung und Mitverantwortung im Verein/ Verband und übernimmt Verantwortung.

Er/ Sie ist sich der Vorbildfunktion des Trainers, insbesondere des Bewegungsvorbildes bewusst.

Er/ Sie (er)kennt Situationen, Interessen und Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen im Verein.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Grundlagen von Führungsstilen und gruppendynamischen Prozessen unter Berücksichtigung von Kindergruppen und deren Problemen.

Er/ Sie coacht und betreut Athleten bei Training und Wettkampf.

Er/ Sie arbeitet mit anderen Trainingsgruppen und Vereinen zusammen.

Er/ Sie arbeitet mit den Eltern zusammen.

Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	<b>Trainer-C Leistungssport</b>	Trainer-B Leistungssport	Trainer-A Leistungssport
---------------------------	--	---	-------------------------------------	-----------------------------	-----------------------------

## Handlungsfeld 4: Organisieren und Verwalten

### Themen und Inhalte

Planung von kleineren Veranstaltungen und Ausflügen  
Entwicklung und Organisation von altersgerechten Trainings- und Wettkampfmaßnahmen im Judo

### Lernziele

#### Fachkompetenz:

Er/ Sie kennt die Organisationsstruktur des DOSB und DJB.  
Er/ Sie kennt gewaltpräventive Maßnahmen (insbesondere auch gegen sexualisierte Gewalt) und setzt diese um.  
Er/ Sie kennt Rechts- und Versicherungsfragen.

#### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie bildet Trainingsgruppen.  
Er/ Sie koordiniert Verein und Schule.  
Er/ Sie bringt Athleten bei längeren Fahrten (Landschulheim usw.) unter und betreut diese.  
Er/ Sie hilft bei der Hausaufgabenbetreuung bzw. bietet Lernhilfen für die Lösung schulischer und außerschulischer Probleme.  
Er/ Sie organisiert Ideenbörsen, Elternnachmittage bzw. -Sprechstunden.

## 9 Trainer-B Leistungssport



Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	<b>Trainer-B Leistungs- sport</b>	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	---	----------------------------------

<b>Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren</b>
--

## Themen und Inhalte

Planung, Dokumentation, Analyse und Auswertung von Trainings- und Wettkampfmaßnahmen

Berücksichtigung von Anpassungs- und Lerngesetzmäßigkeiten

## Teillernziele

### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie versteht den Rahmentrainingsplanes des DJB – speziell für die Trainingsetappe Aufbautraining – und setzt diesen in der Trainingspraxis um.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Anpassungs- und Lerngesetzmäßigkeiten.

Er/ Sie plant Trainingsperioden (Wochen bis Monate).

Er/ Sie plant Wettkämpfe (Trainings-, Aufbau-, Qualifikations- und Hauptwettkämpfe).

Er/ Sie erstellt Aufbautrainingsprogramme für das Kraft- und Ausdauertraining.

Er/ Sie baut einen langfristigen Handlungskomplex auf.

Er/ Sie protokolliert Trainings- und Wettkampfdaten (Dokumentation).

Er/ Sie verknüpft Trainingsdaten und Wettkampfergebnisse miteinander und gewinnt durch die Auswertung Rückschlüsse für die weitere Trainingsarbeit.

Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	<b>Trainer-B Leistungs- sport</b>	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	---	----------------------------------

## Handlungsfeld 2: Unterrichten und Trainieren

### Themen und Inhalte

Vermittlung und Stabilisierung von Judotechniken und Kampfhandlungen für Wettkämpfer

Entwicklung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten

### Lernziele

#### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kennt Übungsformen zur Stabilisierung und Automatisierung von Judotechniken und wendet diese an.

Er/ Sie erwirbt neue, d.h. zu diesem Zeitpunkt aktuelle Wettkampftechniken.

Er/ Sie kennt die Zielsetzungen verschiedener Randori- und Wettkampfformen.

Er/ Sie entwickelt und schult die koordinativen Fähigkeiten der Athleten.

Er/ Sie (er)kennt Technikfehler und unterstützt die Athleten in der Korrektur.

Er/ Sie setzt Medien (z.B. Videos, Lehrtafeln) im Training ein.

Er/ Sie kennt allgemeine und sportartspezifische Trainingsformen und Methoden zur Verbesserung von konditionellen Basisfähigkeiten (Kraft und Ausdauer) und baut diese ins Training ein.

Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	<b>Trainer-B Leistungs- sport</b>	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	---	----------------------------------

### Handlungsfeld 3: **Motivieren und Erziehen**

#### **Themen und Inhalte**

Motivation von Menschen  
Führen von Gruppen in Training und Wettkampf unter Einbeziehung des sozialen Umfeldes

#### **Lernziele**

##### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie erhält die Eigenmotivation zum Lehren und Lernen.

Er/ Sie übernimmt Verantwortung.

Er/ Sie ist sich der Vorbildfunktion des Trainers, insbesondere des Bewegungsvorbildes bewusst.

Er/ Sie kennt und berücksichtigt Grundlagen von Führungsstilen und gruppendynamischen Prozessen.

Er/ Sie coacht Athleten bei Training und Wettkampf.

Er/ Sie vermittelt zwischen Schule und Athlet, Schule und Verein sowie Schule und Eltern.

Er/ Sie arbeitet mit anderen Vereinen, anderen Sportarten und den Landesleistungszentren zusammen.



Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	<b>Trainer-B Leistungs- sport</b>	Trainer-A Leistungs- sport
---------------------------	--	---	----------------------------------	---	----------------------------------

## Handlungsfeld 4: **Organisieren und Verwalten**

### Themen und Inhalte

Planung von Veranstaltungen, Trainings- und Wettkampfmaßnahmen  
 Ökonomisches „Time- und Selbstmanagements“ und Koordinationsaufgaben

### Lernziele

#### Fachkompetenz:

Er/ Sie kann den Ablaufplan von Veranstaltungen (z.B. Meisterschaften).  
 Er/ Sie kennt Planungstechniken, erstellt Checklisten und plant Termine.

#### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie bildet Trainingsgruppen und Mannschaften.  
 Er/ Sie bringt Athleten bei Reisen und Trainingslagern unter und betreut diese.  
 Er/ Sie koordiniert zwischen Schule, Verein, Verband, LLZ, BLZ und OSP.  
 Er/ Sie betreibt Öffentlichkeitsarbeit.

## 10 Trainer-A Leistungssport



Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	<b>Trainer-A Leistungs- sport</b>
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	---

<b>Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren</b>
--

## Themen und Inhalte

Anforderungsprofil für die Sportart Judo

Planung, Dokumentation, Analyse und Auswertung von Trainings- und Wettkampfmaßnahmen

allgemeine und spezielle Test- und Untersuchungsverfahren und Methoden der Trainingsdatendokumentation

## Lernziele

### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie versteht den Rahmentrainingsplanes des DJB – speziell für die Trainingsetappe Anschlusstraining – und setzt diesen in der Trainingspraxis um.

Er/ Sie berücksichtigt unterschiedliche Mechanismen der Steuerung und Regelung der sportlichen Leistung in Training und Wettkampf.

Er/ Sie diskutiert über ein denkbares Anforderungsprofil der Sportart Judo.

Er/ Sie erstellt und analysiert Kämpferprofile bzw. Kampfkonzeptionen für bestimmte Wettkampftypen.

Er/ Sie kennt sportmotorische Tests und Kontrollmethoden zur Überprüfung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten und setzt diese ein.

Er/ Sie plant Wettkämpfe (Trainings-, Aufbau-, Qualifikations- und Hauptwettkämpfe).

Er/ Sie erstellt einen kompletten Jahrestrainingsplan für eine Einzelperson.

Er/ Sie dokumentiert Trainings- und Wettkampfdaten in einem Trainingstagebuch.

Er/ Sie verknüpft Trainingsdaten und Wettkampfergebnisse miteinander und gewinnt durch die Auswertung Rückschlüsse für die weitere Trainingsarbeit.

Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	<b>Trainer-A Leistungs- sport</b>
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	---

**Handlungsfeld 2: Unterrichten und Trainieren**

### **Themen und Inhalte**

Spezialisierung, Stabilisierung und variable Verfügbarmachung von Judotechniken und Kampfhandlungen und deren Verbindungsmöglichkeiten für Wettkämpfe  
Weiterentwicklung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten

### **Lernziele**

Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kennt Übungsformen zur Automatisierung und variablen Verfügbarmachung von Judotechniken und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie stabilisiert den individuellen Handlungskomplex eines Athleten innerhalb seines Handlungsrepertoires.

Er/ Sie setzt verschiedener Randori- und Wettkampfformen entsprechend der Trainingsphase ein.

Er/ Sie entwickelt die koordinativen Fähigkeiten seiner Athlet/innen weiter.

Er/ Sie (er)kennt Technikfehler und unterstützt die Athleten in der Korrektur.

Er/ Sie setzt Medien (z.B. Videos, Lehrtafeln) in Training und Wettkampf (Kämpferkartei) ein.

Er/ Sie integriert mentales Training und Entspannungstechniken in das Training.

Er/ Sie kennt allgemeine und sportartspezifische Trainingsformen und Methoden zur Verbesserung von konditionellen Fähigkeiten unter Berücksichtigung ihrer Grundkomponenten (Kraft und Ausdauer) und ihrer Komplexität und gegenseitigen Wechselwirkung und baut diese ins Training ein.

Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	<b>Trainer-A Leistungs- sport</b>
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	---

<b>Handlungsfeld 3: Motivieren und Erziehen</b>
---

## Themen und Inhalte

Motivation von Menschen  
 Führung von Gruppen unter Einbeziehung des Umfeldes  
 Techniken der Selbstkontrolle und Selbststeuerung

## Lernziele

### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

- Er/ Sie führt Psychohygiene durch.
- Er/ Sie erhält die Eigenmotivation zum Lehren und Lernen.
- Er/ Sie reflektiert eigene Erfahrungen auf der Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse.
- Er/ Sie übernimmt Verantwortung.
- Er/ Sie überträgt Aufgaben auf andere Personen oder Institutionen und koordiniert diese.
- Er/ Sie ist sich der Vorbildfunktion des Trainers sowie den Charaktereigenschaften in Bezug auf Drogen, Doping usw. bewusst.
- Er/ Sie unterstützt, berät und betreut Kollegen sowie Hilfstrainer im Verein oder Verband.
- Er/ Sie arbeitet in der Aus- und Weiterbildung von Übungsleitern und Trainern mit.
- Er/ Sie coacht Athleten bei Training und Wettkampf.
- Er/ sie geht angemessen mit Medienvertretern um.
- Er/ Sie vermittelt zwischen Schule einerseits und Athlet, Verein und Eltern andererseits.

Trainer-C Breitensport	Trainer-B Breitensport Judolehrer I	Trainer-A Breitensport Judolehrer II	Trainer-C Leistungs- sport	Trainer-B Leistungs- sport	<b>Trainer-A Leistungs- sport</b>
---------------------------	--	---	----------------------------------	----------------------------------	---

**Handlungsfeld 4: Organisieren und Verwalten**

### **Themen und Inhalte**

Planung von Großveranstaltungen  
 Verwaltungsaufgaben in Verein und Verband  
 Finanzierungsmöglichkeiten  
 Organisations- und Managementtechniken

### **Lernziele**

Fachkompetenz:

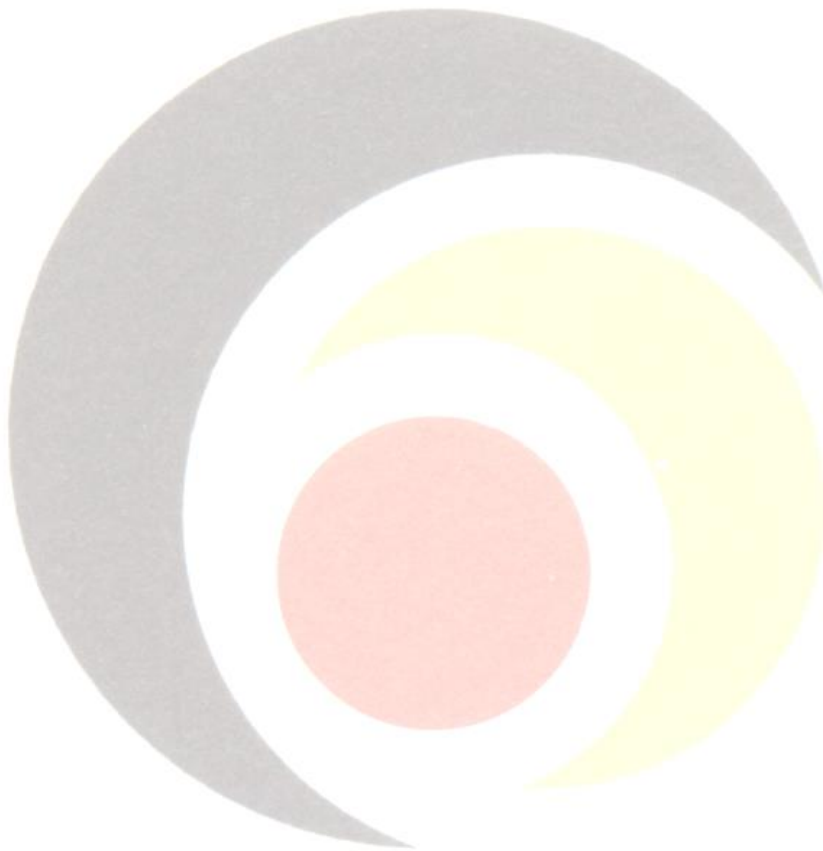
- Er/ Sie kennt Möglichkeiten für Zuschüsse für Fahrten und Reisen durch Bund und Länder.
- Er/ Sie kennt Fördereinrichtungen (z.B. Stiftung Deutsche Sporthilfe).
- Er/ Sie kennt und plant Finanzierungen unter marktwirtschaftlichen Gesichtspunkten.

Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

- Er/ Sie arbeitet in Gremien und Ausschüssen mit.
- Er/ Sie übernimmt ein Amt innerhalb des Vereins oder Verbandes.
- Er/ Sie betreibt Öffentlichkeitsarbeit.
- Er/ Sie beherrscht Versammlungsführung, Gesprächsführung und Rhetorik.

# 11 Diplomtrainer Judo

**Sportartspezifische Ausbildung  
in Zusammenarbeit mit der Trainerakademie Köln des DOSB**



Trainer-C	Trainer-B	Trainer-A	<b>Diplomtrainer</b>
-----------	-----------	-----------	----------------------

## Handlungsfeld 1: Planen und Analysieren

### Themen und Inhalte

Anforderungsprofil für die Sportart Judo

Planung, Dokumentation, Analyse und Auswertung von Trainings- und Wettkampfmaßnahmen

allgemeine und spezielle Test- und Untersuchungsverfahren und Methoden der Trainingsdatendokumentation

### Lernziele

#### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie versteht den Rahmentrainingsplanes des DJB – speziell für die Trainingsetappe Leistungs- und Hochleistungstraining – und setzt diesen in der Trainingspraxis um.

Er/ Sie berücksichtigt unterschiedliche Mechanismen der Steuerung und Regelung der sportlichen Leistung in Training und Wettkampf.

Er/ Sie diskutiert und gestaltet ein Anforderungsprofil der Sportart Judo mit.

Er/ Sie erstellt und analysiert Kämpferprofile bzw. Kampfkonzeptionen für bestimmte Wettkampftypen.

Er/ Sie kennt sportmotorische Tests und Kontrollmethoden zur Überprüfung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten, insbesondere Videoanalysen und Formen der konditionellen Leistungsdiagnostik im Judo und setzt diese ein.

Er/ Sie plant Wettkämpfe (Trainings-, Aufbau-, Qualifikations- und Hauptwettkämpfe).

Er/ Sie plant und entwickelt neue, zielgruppengerechten Wettkampfformen mit.

Er/ Sie erstellt unterschiedliche Trainingspläne und Trainingsplantypen.

Er/ Sie dokumentiert Trainings- und Wettkampfdaten.

Er/ Sie verknüpft Trainingsdaten und Wettkampfergebnisse miteinander und gewinnt durch die Auswertung Rückschlüsse für die weitere Trainingsarbeit.



Trainer-C	Trainer-B	Trainer-A	<b>Diplomtrainer</b>
-----------	-----------	-----------	----------------------

## Handlungsfeld 2: Unterrichten und Trainieren

### Themen und Inhalte

Stabilisierung und variable Verfügbarmachung individueller, technisch-taktischer Kampfhandlungen und deren Verbindungsmöglichkeiten für Wettkämpfer im Leistungs- und Hochleistungsbereich  
 individuelle Entwicklung spezieller koordinativer und konditioneller Fähigkeiten

### Lernziele

#### Fach-/ Methoden und Vermittlungskompetenz:

Er/ Sie kennt Übungsformen zur Automatisierung und variablen Verfügbarmachung von Judotechniken und baut diese ins Training ein.

Er/ Sie stabilisiert den individuellen Handlungskomplex eines Athleten innerhalb seines Handlungsrepertoires.

Er/ Sie setzt verschiedener Randori- und Wettkampfformen entsprechend der Trainingsphase ein.

Er/ Sie entwickelt spezielle koordinative und konditionelle Fähigkeiten seiner Athlet/innen weiter.

Er/ Sie (er)kennt Technikfehler und unterstützt die Athleten in der Korrektur.

Er/ Sie setzt Medien in Training und Wettkampf ein.

Er/ Sie integriert mentales Training und Entspannungstechniken in das Training.

Er/ Sie kennt sportartspezifische Trainingsformen und Methoden zur Verbesserung von konditionellen Fähigkeiten unter Berücksichtigung ihrer Grundkomponenten (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit) und ihrer Komplexität und gegenseitigen Wechselwirkung und baut diese ins Training ein.

Trainer-C	Trainer-B	Trainer-A	<b>Diplomtrainer</b>
-----------	-----------	-----------	----------------------

<b>Handlungsfeld 3: Motivieren und Erziehen</b>
---

## **Themen und Inhalte**

Motivation von Menschen  
Führung von Gruppen unter Einbeziehung des sozialen Umfeldes  
Techniken der Selbstkontrolle und Selbststeuerung

## **Lernziele**

### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

- Er/ Sie führt Psychohygiene durch.
- Er/ Sie erhält die Eigenmotivation zum Lehren und Lernen.
- Er/ Sie reflektiert eigene Erfahrungen auf der Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse.
- Er/ Sie übernimmt Verantwortung.
- Er/ Sie überträgt Aufgaben auf andere Personen oder Institutionen und koordiniert diese.
- Er/ Sie ist sich der Vorbildfunktion des Trainers sowie den Charaktereigenschaften in Bezug auf Drogen, Doping usw. bewusst.
- Er/ Sie unterstützt, berät und betreut Kollegen sowie Hilfstrainer im Verein oder Verband.
- Er/ Sie arbeitet in der Aus- und Weiterbildung von Übungsleitern und Trainern mit.
- Er/ Sie coacht und betreut Athleten bei Training und Wettkampf.
- Er/ sie geht angemessen mit Medienvertretern um.
- Er/ Sie vermittelt zwischen Schule einerseits und Athlet, Verein und Eltern andererseits.

Trainer-C	Trainer-B	Trainer-A	<b>Diplomtrainer</b>
-----------	-----------	-----------	----------------------

<b>Handlungsfeld 4: Organisieren und Verwalten</b>
--

## **Themen und Inhalte**

Planung von Großveranstaltungen und Trainingslagern  
Verwaltungsaufgaben in Verein und Verband  
Finanzierungsmöglichkeiten  
Organisations- und Managementtechniken

## **Lernziele**

### Fachkompetenz:

Er/ Sie kennt Möglichkeiten für Zuschüsse für Fahrten und Reisen durch Bund und Länder.

Er/ Sie kennt Fördereinrichtungen (z.B. Stiftung Deutsche Sporthilfe).

Er/ Sie kennt und plant Finanzierungen unter marktwirtschaftlichen Gesichtspunkten.

### Persönliche- und sozialkommunikative Kompetenz:

Er/ Sie arbeitet in Gremien und Ausschüssen mit.

Er/ Sie übernimmt ein Amt innerhalb des Vereins oder Verbandes.

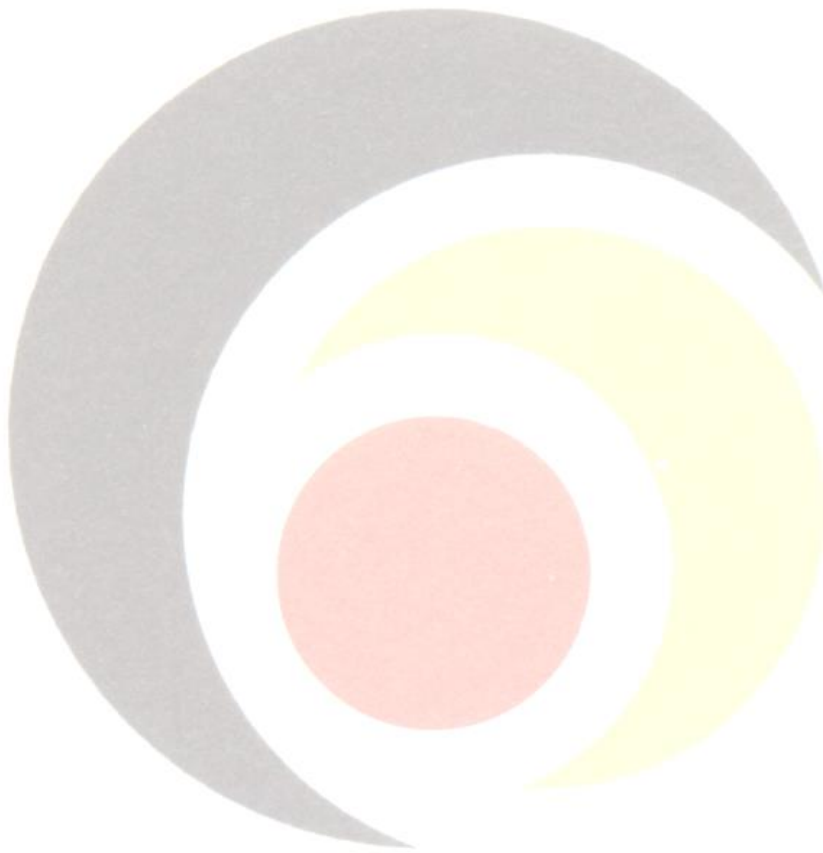
Er/ Sie betreibt Öffentlichkeitsarbeit.

Er/ Sie beherrscht Versammlungsführung, Gesprächsführung und Rhetorik.

### **Bemerkung:**

Dieses Handlungsfeld soll überwiegend durch die Ausbildung zum Organisationsleiter über die TA Köln und die Führungs- und Verwaltungsakademie abgedeckt werden!

## 12 Jugendleiter



## Handlungsfelder für Jugendleiter

Die Tätigkeit von Jugendleitern lässt sich vor allem an den Handlungsfeldern 3: „**Motivieren und Erziehen**“ und 4: „**Organisieren und Gestalten**“ festmachen. Sie umfasst die folgenden Punkte:

Organisation und Durchführung kinder- und jugendgemäßer Veranstaltungen im Breitensport,  
Organisation und Durchführung außersportlicher Angebote in den Bereichen Freizeitpädagogik, Jugendpolitik und Jugendkultur,  
jugendpolitische Vertretung,  
Arbeit in Mitbestimmungsgremien.

## Inhalte des Aufbaukurses Jugendleiter

Durch den Aufbaukurs sollen die in der Trainer-C-Ausbildung erworbenen Fähigkeiten erweitert und vertieft werden. Es wird davon ausgegangen, dass Inhalte wie „in und mit Gruppen arbeiten können“, „Freizeit- und Breitensport erleben“ und entsprechende Angebote in der Kinder- und Jugendarbeit durchgeführt werden können sowie Themen wie „die Lebenssituationen von Kindern und Jugendlichen reflektieren und bedürfnisgerechte Angebote entwickeln“ ganz oder teilweise abgearbeitet wurden.

Der Aufbaukurs umfasst deshalb die in der Rahmenrichtlinie des DOSB vorgeschlagenen Inhalte:

Aktuelle gesellschaftliche und jugendpolitische Themen

- Probleme aufgreifen, d.h. aktuelle jugend- und sportpolitische Probleme thematisieren
- Situation von Mädchen und Frauen im Sport im gesellschaftlichen Zusammenhang reflektieren
- Soziale Funktion des Sports erkennen

Rahmenbedingungen und Strukturen

- Sport übergreifende Bildungs- und Vereinsarbeit analysieren

Mitbestimmungsmöglichkeiten in Verein und Verband kennen und fördern, d.h.

- Vertiefung: Situation, Interessen und Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen im Verein kennen
- Möglichkeiten der Mitarbeit, Mitbestimmung und Mitverantwortung von Kindern und Jugendlichen in der Sportorganisation kennen und fördern
- Durchsetzungsfähigkeit und Durchsetzungsstrategien entwickeln
- Demokratische Verhaltensweisen und Strukturen entwickeln und fördern

Außersportliche Veranstaltungen und Aktivitäten kennenlernen und anbieten, d.h.

- Vertiefung: Reflexion der Lebenssituation von Kindern und Jugendlichen
- Bedürfnisgerechte, zielgruppenorientierte Angebote planen, durchführen und auswerten
- Außersportliche kinder- und jugendkulturelle Ausdrucksformen und Aktivitäten (z.B. Musik, Tanz, Theater usw.) kennenlernen und anbieten können

Spartenübergreifende Vereins- und Verbandsarbeit leisten, d.h.

- Vertiefung: unterschiedliche Sinnrichtungen des sportlichen Handelns (z.B. Spiel, Leistung, Wettkampf, Bewegungslernen, Körpererfahrung, Naturerlebnis, Fitness, Gesundheit, Ästhetik, Kommunikation, Darstellung, Show) erfahren und reflektieren
- Andere Sportarten kennenlernen
- Kontakte zu anderen Jugendorganisationen herstellen, Begegnungen und Austauschmaßnahmen planen und organisieren

## Methoden

Das Lernen sollte durch eigenes Erfahren und Praktizieren gekennzeichnet sein. Deshalb werden folgende Methoden vorgeschlagen:

Gespräche und Diskussionsrunden in Kleingruppen mit Ergebnissicherung

Rollenspiele mit anschließender Reflexion

Planung, Durchführung und Auswertung einer konkreten Maßnahme mit Kindern oder Jugendlichen

Eigenes sportliches Handeln in anderen Sportarten

# Teil C Prüfungsinhalte und Arbeitsmaterialien

(gesonderte Dateien und Bücher)

<b>Trainer-C</b>	<b>Materialien / Lehrbuch</b>
<b>Trainer-B</b>	<b>Skript / Download-Dateien</b>
<b>Trainer-A</b>	<b>Skript / Download-Dateien</b>
<b>Judolehrer</b>	<b>Skript / Download-Dateien</b>
<b>Vereinsassistent/Betreuer</b>	<b>Materialien</b>

[www.judo-server.de](http://www.judo-server.de)