

Stoffverteilungsplan Inline Alpinskating TB - L			
Personen- und vereinsbezogener Bereich			
PÄDAGOGIK			
DIDAKTIK UND METHODIK	2	2	
MOTIVATION FÜR DAS ALPINSKATING			
Ermütigung	1		
Förderung der Leistungsbereitschaft	1	2	
MENSCHENFÜHRUNG UND GRUPPENPROZESSE			
Der Austausch zwischen Sportler u. Trainer	2		
Die Person des Trainers	1		
Die Persönlichkeit des Sportlers	1	4	
EINSATZ VON MEDIEN			
Technische Medien - Grundlagen	2	2	
Gesamt Pädagogik			10
PSYCHOLOGIE			
GRUNDLAGEN DER PSYCHOLOGIE			
Motivation und Einstellung zum Training und Wettkampf	2	2	
PSYCHOLOGIE IM ALPINSKATING			
Maßnahmen zur Regulation psychischer Beanspruchung	2		
Mentale Trainingsformen	2	4	
FÜHRUNGSVERHALTEN			
Der mündige Athlet und sein Trainer	1	1	
Gesamt Psychologie			7
SPORTORGANISATION; VERWALTUNG			
int. Wettkampfregelein mit deutscher Anpassung	2	2	
Gesamt Sportorganisation und Verwaltung			2
Gesamt Personen- und vereinsbezogener Bereich			19
Bewegungs- und sportartbezogener Bereich			
BIOMECHANIK; BEWEGUNGSLEHRE			
GRUNDLAGEN DER BIOMECHANIK			
Biomechanische Prinzipien	1		
Biomechanik der sportlichen Bewegung	1		
Biomechanische Meßmethoden	1		
Funktionell anatomische Betrachtung	1	4	
BIOMECHANISCHE GRUNDLAGEN IM INLINE ALPIN UND DOWNHILL			
Bewegungsanalyse durch Technikleitbilder	5	5	
MOTORISCHES LERNEN			
Komponenten des motorischen Lernens	2		
Bewegungskoordination und koordinative Fähigkeiten	3	5	
Gesamt Biomechanik, Bewegungslehre			14
SPORTMEDIZIN			
GRUNDLAGEN DER SPORTBIOLOGIE			
Biologische Grundgesetze von Training und Leistung (Leistungsfunktionen des Organismus)	2		
Umwelteinflüsse auf die Leistungsfähigkeit	1	3	
SPORTMEDIZIN UND LEISTUNGSSPORT			
Energiestoffwechsel	1		
Leistungsdiagnostik	1	2	
GRUNDLAGEN DER FUNKTIONELLEN ANATOMIE			
Sportmedizinische Charakteristik	1	1	
MEDIZINISCHE VORSORGE			
Antidoping/Prävention sexualisierte Gewalt	2		
Sportverletzungen (sportartspezifisch)	2		
Physiotherapeutische Betreuung	2		
Sporthygienische Maßnahmen; Optimale Regeneration		6	
Gesamt Sportmedizin			12

TRAININGSLEHRE				
GRUNDLAGEN				
Taktik in der Sportart	2			
Nachwuchsförderung	1			
		3		
TRAININGSLEHRE IM ALPINSKATING				
Methodik der Trainingsplanung				
Trainingszyklen				
Sinn und Zweck der Periodisierung des Trainings (Jahresperiodisierung)				
Aufbau der Rahmentrainingspläne				
Rahmentrainingspläne mit individuellem Spielraum				
Analyse der Leistungsstrukturen auf internationaler Ebene	2			
Trainingsdokumentation				
Planung und Durchführung von Leistungskontrollen				
Interpretation von Leistungskontrollen	2		4	
Gesamt Trainingslehre			7	
TECHNIKTRAINING (sportartspezifisch)				
Techniken im Alpinskating (Entwicklung methodischer Reihen)	8			
Beobachtung und Fehleranalyse beim Techniktraining	2			
Didaktisches Grundverhältnis vom Lehren und Lernen				
Prozesskomponenten des Unterrichts				
Unterrichtsmethoden				
Planung, Vorbereitung und Durchführung einer Unterrichtseinheit				
Gesamt Technik (sportartspezifisch)			10	
Gesamt Bewegungs- und sportartbezogener Bereich				17
errechnete Gesamtstunden - in dieser Ausbildungsmatrix mit den sportartspezifischen Technik-Stunden			62	