



DOSB/ DMSB Trainer - C - Ausbildung im Motorsport – ADAC Nordbaden e. V.

Stufe: Trainer-C BS / LS Motorrad - Automobil

Modul: II (S3) , 25 LE + 5 LE Fernstudium

Veranstalter: ADAC Nordbaden e.V., Sportabteilung, Steinhäuser Straße 22, 76135 Karlsruhe

Datum: Fr. 11. Oktober - So. 13. Oktober 2019

Veranstaltungsort: MSC Walldorf-Astoria e.V. im ADAC, Alte Speyerer Str. 1, 69190 Walldorf

Übernachtung: Hotel Ambiente, Am neuen Schulhaus 4, 69190 Walldorf

Seminarleitung: Bernd Dörfelt, Helmut Ernst, Bernd Eckenbach, Marco Schieder, Jennifer Perschewski (Mobil: 0175/6663773)

Mentor: Ralf Teltscher/ Maria Schuch M. A.

Seminarziel: Ausbildung und Vertiefung von Grundkenntnissen der Trainingslehre, Sportpädagogik, -psychologie, -medizin und Biomechanik sowie Erfahrungsaustausch und praktischer Wissen Transfer. Die Teilnehmer fertigen im Rahmen des Fernstudiums den Lizenzierungsbericht (5 LE Fernstudium) und den visualisierten Trainingsbericht an. Dieser wird beim Modul 2 präsentiert. Außerdem legen die Teilnehmer eine praktische (Lehrprobe) und schriftliche Prüfung ab.

Freitag 11.10.2019	Thema	Inhalte	LE	Referent/en
17.00 Uhr - 17.45 Uhr	Begrüßung, Organisation	Vorstellen der Seminarinhalte, Ablauf, Lehrmethodik/ Lehrmittel, organisatorische Fragen	1	Seminarleitung
17.45 Uhr - 18.30 Uhr	Sportpädagogik	Der Trainer im Motorsport Erfahrungsaustausch/ Vertiefung zu Aufgaben, Stellung, Qualifikation, Erwartungen, Funktion, Unterstützung im Verein	2	Bernd Dörfelt Helmut Ernst
18.30 Uhr - 20.00 Uhr	Lizenzierungsbericht	Erfahrungsaustausch der Teilnehmer zur Umsetzung des Gelernten im wöchentlichen Training, Teilnehmerfragen zum Fragenkatalog	2	Bernd Dörfelt Helmut Ernst
20.15 Uhr	Abendessen			

Samstag, 12.10.2019	Thema	Inhalte	LE	Referent/en
08.00 Uhr - 10.15 Uhr	Visualisierter Trainingsberichte	Präsentation - Vorbereitung der praktischen Prüfung Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten, Gruppentraining, Methoden der Leistungskontrolle, Fahrtechnik	3	Bernd Dörfelt, Helmut Ernst
10.15 Uhr - 10.30 Uhr	Pause			
10.30 Uhr - 13.00 Uhr	Praktische Prüfung	Einzellehrproben Grundlagen der Fahrtechnik Motorrad z.B. Sitzhaltung, Schalten, Beschleunigungen, Bremsen, Slalom, Driften usw.	4	Bernd Dörfelt, Helmut Ernst, Bernd Eckenbach Marco Schieder
13.00 Uhr - 14.00 Uhr	Mittagspause			
14.00 Uhr - 17.00 Uhr	Praktische Prüfung Fahrsicherheitstraining	Einzellehrproben - Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten, Gruppentraining, Methoden der Leistungskontrolle Training auf unterschiedlichem Untergrund und bei verschiedenen Witterungsbedingungen	4	Bernd Dörfelt, Helmut Ernst, Bernd Eckenbach Marco Schieder
17.00 Uhr - 17.30 Uhr	Pause			
17.30 Uhr - 19.00 Uhr	Sportpraxis	Sportartspezifische Erwärmung/ Erwärmungsspiele	2	Bernd Dörfelt, Helmut Ernst
19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Abendessen			



Sonntag 13.10.2019	Thema	Inhalte	LE	Referent/en
08.00 Uhr - 09.30 Uhr	Vorbereitung schriftliche Prüfung	Haftungsrecht, Aufsichtspflicht, Sportpädagogik, Sportbiologie, Trainingslehre, Ernährung, psychologische Aspekte, Sportspezifische Fragen, Erste Hilfe, Verbandsfragen	2	Bernd Dörfelt, Helmut Ernst
09.30 Uhr - 09.45 Uhr	Pause			
09.45 Uhr - 12.45 Uhr	schriftlichen Prüfung	Durchführung der schriftlichen Prüfung ohne Hilfsmittel, Prüfungsinhalt: 20 Fragen aus Lizenzbericht	4	Bernd Dörfelt, Helmut Ernst
12.45 Uhr - 13.45 Uhr	Mittagspause			
13.45 Uhr - 14.45 Uhr	Abschlussbesprechung/ Verabschiedung	Teilnehmerfeedback, Teilnehmerbescheinigungen, Seminarfoto	1	Seminarleitung