

**Anlage B.3****LEHRGANG ZUR AUSBILDUNG VON FUßBALLTRAINERINNEN UND FUßBALLTRAINERN****I. ALLGEMEINES BILDUNGSZIEL**

Der Lehrgang zur Ausbildung von Fußballtrainerinnen/Fußballtrainern hat in einem einsemestrigen Bildungsgang unter Bedachtnahme auf § 1 des Bundesgesetzes über Schulen zur Ausbildung von Leibeserziehern und Sportlehrern zum Ziel, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer eingehend mit den fachlichen und erzieherischen Aufgaben einer Fußballtrainerin/eines Fußballtrainers vertraut zu machen.

Fußballtrainerin/Fußballtrainer im Sinne dieser Verordnung ist eine nach den folgenden Bestimmungen ausgebildete und qualifizierte Person, die befähigt ist, unter Einbeziehung des in der Gesamtausbildung erworbenen Wissens und Könnens, Fußballspielerinnen/Fußballspieler bzw. Fußballteams von der Grundschule bis zur Trainingsarbeit im gehobenen Amateurbereich vor, während und nach dem Wettkampf zu betreuen.

Fußballtrainerinnen und Fußballtrainer begreifen die Mitverantwortung für die Persönlichkeitsentwicklung der ihnen anvertrauten Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen.

**II. STUNDENTAFEL**

(Es wird das Gesamtausmaß der Unterrichtseinheiten je Unterrichtsgegenstand auch im Falle der Einbeziehung von Formen des Fernunterrichts angegeben.)

		Unterrichts- einheiten
<b>A.</b>	<b>Pflichtgegenstände</b>	
<b>I.</b>	<b>Theorie</b>	
1.	Religion (Ethik)	2
2.	Deutsch (Kommunikation)	5
3.	Englisch	2
4.	Geschichte des Sports	2
5.	Wettkampfbestimmungen und Regelkunde	2
6.	Sportbiologie und Belastungsverträglichkeit	10
7.	Sportpsychologie	10
8.	Sportpädagogik und Sportmethodik	10
9.	Angewandte Bewegungslehre und Biomechanik	8
10.	Angewandte Trainingslehre	10
11.	Spezielle Trainingslehre	15
12.	Seminar für Fachfragen	4
	<b>Zwischensumme</b>	<b>80</b>
<b>II.</b>	<b>Praxis</b>	
13.	Praktisch-methodische Übungen	60
	<b>SUMME</b>	<b>140</b>

**III. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN UND DIDAKTISCHE GRUNDSÄTZE**

Um Spitzenleistungen vorzubereiten und zu erreichen, sind für die einzelnen Sportarten, insbesondere auch für Fußball, unter Verwendung moderner Erkenntnisse und Erfahrungen, spezielle Methoden und Maßnahmen notwendig, mit denen die Lehrgangsteilnehmerinnen/Lehrgangsteilnehmer eingehend vertraut zu machen sind.

In den einzelnen Gegenständen und in den Unterrichtsstunden ist in ganz besonderer Weise die pädagogische und erzieherische Zielsetzung zu berücksichtigen.

In allen Gegenständen, besonders in den theoretischen Fächern, ist auf die spätere Berufsausübung Bedacht zu nehmen. Der Lehrstoff ist sportbezogen darzubieten, wobei die Verwendung von Anschauungsmaterial wie Filmen, Demonstrationen usw. zum besseren Verständnis des Gebotenen und zur leichteren Anwendung in der Praxis beitragen soll. Auf die Querverbindungen in den einzelnen Unterrichtsgegenständen ist hinzuweisen. In den praktischen Übungen sind methodische Hinweise zu geben, und die Teilnehmerinnen/Teilnehmer sind zu Selbständigkeit anzuregen.

Im Bereich der Bildungs- und Lehraufgaben werden die entsprechenden Lernergebnisse des Gegenstandes beschrieben. Lernergebnisse sind durch eine Inhaltsdimension und durch eine Handlungsdimension gekennzeichnet. Die Handlungsdimension, d.h. die Ebene auf welcher Lernstufe die Teilnehmerin/der Teilnehmer den Inhalt eines Lernergebnisses erwerben soll, sind durch die Buchstaben (A), (B) und (C) gekennzeichnet. Dabei kennzeichnet

(A) die Lernstufe „Wiedergeben“: Informationen wiedergeben können, Bescheid wissen über, effektive Verhaltensstrategien kennen

(B) die Lernstufe „Anwenden“: Fakten interpretieren, vergleichen und gegeneinander abwägen können, Muster erkennen können, Probleme unter Anwendung von Skills und Wissen lösen können; angeeignetes Wissen in die Anleitung von Sportgruppen umsetzen können

(C) die Lernstufe „Analysieren/Evaluieren“: Urteile auf Basis von Kriterien und Standards fällen können; bekannte Elemente zu einem neuen Muster oder einer neuen Struktur zusammenfügen können; Ursachen für nicht zielführendes Verhalten erkennen können; aus Erfahrungen neue Optionen generieren können;

Sollte der Lehrgang unter Einbeziehung von Blended learning durchgeführt werden, ist zu Beginn des Bildungsganges bei Ausgabe des Lehrmaterials eine entsprechende und ausreichend lange Einführung zu geben. Die Unterlagen für das Selbststudium sind so zu gestalten, dass Inhalt und Umfang auf einen normal laufenden Ausbildungslehrgang Bedacht nehmen. Das festgelegte Lehrziel muss auch bei Einbeziehung von Fern- und Selbststudienformen erreicht werden.

#### **IV. LEHRPLÄNE FÜR DEN RELIGIONSUNTERRICHT (Bekanntmachung gemäß § 2 des Religionsunterrichtsgesetzes)**

##### **a) Katholischer Religionsunterricht**

Die Bestimmungen des Lehrplanes in Anlage A.1 (Lehrgang zur Ausbildung von Sportlehrerinnen und Sportlehrern) sind sinngemäß anzuwenden.

##### **b) Evangelischer Religionsunterricht**

###### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Siehe Anlage A. 1, Abschnitt IV.

###### **Lehrstoff**

Aus dem in Anlage A.1 angegebenen Lehrstoff sind jene Themen auszuwählen, die in besonderer Weise dem Berufsbild entsprechen;

#### **V. BILDUNGS- UND LEHRAUFGABEN DER EINZELNEN UNTERRICHTS- GEGENSTÄNDE, AUFTEILUNG DES LEHRSTOFFES**

##### **A. Pflichtgegenstände**

##### **1. Religion (Ethik)**

Siehe Abschnitt IV.

Ergänzend werden als Bildungs- und Lehraufgabe formuliert:

###### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- ethisch bedeutsame Dinge, Sachverhalte und Herausforderungen Fußball und ihrer sportlichen Situation gedanklich durchdringen (erkennen) und sich vergegenwärtigen (verstehen) (B)
- sich eigenständig reflektierend, wertend, urteilend und konstruktiv den ethischen Herausforderungen stellen (C)

- im fairen Austausch mit anderen tragfähige Lösungen für Fragen, von denen sie selbst und andere betroffen sind finden. Dabei werden andere Sichtweisen respektiert (C)

#### **Lehrstoff**

Kompetenzstrukturmodell-Ethik: erkennen und verstehen, überlegen und urteilen, einfühlen und Anteil nehmen sowie ethisch handeln und kommunizieren; Grundlagen der Selbstreflexion; Gestaltung einer Situations- und Problemanalyse (Fallbeispiel), Strukturplan für Lösungsmöglichkeiten (Gruppenarbeit) und Präsentationstechniken, Grundzüge der Rhetorik, Gestaltung einer Spielbesprechung (Fallbeispiel);

### **2. Deutsch (Kommunikation)**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- eine Spielbesprechung mit der Mannschaft durchführen. (B)
- ihr Verhalten bei Medienauftritten den Grundprinzipien der Medienwelt anpassen. (B)

#### **Lehrstoff**

Präsentationstechniken, Grundzüge der Rhetorik, Gestaltung einer Spielbesprechung (Fallbeispiel), Medientraining, Grundlagen der Kommunikation, die Sprache der Sportlerinnen/der Sportler versus die Sprache der Trainerinnen/der Trainer, Formen des Feedbacks als Möglichkeit der Überprüfung für die Zielorientiertheit und Verständlichkeit der persönlichen Kommunikation;

### **3. Englisch**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- Übungsformen leiten und Spielformen coachen. (B)
- ein Wettkampfcoaching durchführen. (B)

#### **Lehrstoff**

Steigerung des Wortschatzes zur Erfüllung der Bildungs- und Lehraufgaben, Fußballspezifisches Vokabular;

### **4. Geschichte des Sports**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- die sporthistorische Entwicklung des Fußballspiels und aktuelle Tendenzen nennen. (A)
- die historischen Höhepunkte auch in Zusammenhang mit den sozialhistorischen Bedingungen der österreichischen Fußballgeschichte darstellen. (A)

#### **Lehrstoff**

Geschichte des nationalen und internationalen Fußballsports, aktuelle Entwicklungen im Zusammenhang mit historischen Ereignissen;

### **5. Wettkampfbestimmungen und Regelkunde**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- die international gültigen Regeln des Fußballspiels anwenden und kritische Situationen vor regelbezogenem Hintergrund diskutieren. (C)

#### **Lehrstoff**

Internationales Fußballregelwerk; Analyse kritischer Spielsituationen unter der Anwendung des gültigen Regelwerks anhand von Videosequenzen;

## 6. Sportbiologie und Belastungsverträglichkeit

### Bildungs- und Lehraufgabe

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- Eigenarten der fußballspezifischen Leistungsdiagnostik und des spezifischen Trainings biologisch begründen (B);
- die Entwicklung einer körperlichen Belastungsverträglichkeit im Kontext der progressiven Belastungssteigerung argumentieren und im Trainingsprozess berücksichtigen (C).
- die Grundlagen der Energiebereitstellung beschreiben (B) und daraus eine Trainingsmethodik im Fußball ableiten. (C)
- aktive und passive Regenerationsmaßnahmen als integrativer Bestandteil regelmäßigen Trainings darstellen und einsetzen (C)
- den Zusammenhang von Umwelteinflüssen auf den Körper und der sportlichen Leistungsfähigkeit erklären (B);

### Lehrstoff

limitierende Faktoren der körperlichen Leistungsfähigkeit; Leistungsdiagnostik, Belastungsverträglichkeit, Verletzungsprophylaxe, physiologische und anatomische Reaktionen auf gängige Erkrankungen und Verletzungen; physiologische und anatomische Besonderheiten im langfristigen Leistungsaufbau, funktionelle Anatomie, Regenerationsmaßnahmen, besondere klimatische und geografische Besonderheiten;

## 7. Sportpsychologie

### Bildungs- und Lehraufgabe

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- Gruppenphänomene (Widerstand, Bildung von Subgruppen, Unruhe) in der Gruppe/im Team erkennen, konstruktiv und lösungsorientiert ansprechen und bearbeiten (B);
- ihr Führungsverhalten situationsspezifisch an den aktuellen Gegebenheiten und Bedürfnissen (Ziele / Aufgaben, Individualität der Sportlerinnen, situative Rahmenbedingungen) ausrichten (C).
- in kritischen Situationen als Trainerin entsprechend kommunizieren. (C)

### Lehrstoff

Wettkampfbetreuung; Gruppendynamik und Führungsverhalten; Psychoregulation; spartenspezifische Schwerpunkte im Coaching; Wettkampfcoaching, Konfliktmanagement; transparente Kommunikation von Entscheidungen; empathisches Ansprechen von persönlichen Themen;

## 8. Sportpädagogik und Sportmethodik

### Bildungs- und Lehraufgabe

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- ihr Führungsverhalten reflektieren und sich auf die besonderen Aufgaben ihrer Sportart und Athletinnen/Athleten einstellen (B);
- die Entwicklung ihrer Athletinnen/Athleten durch ausbalancierte Stärken/Schwächenanalyse und entsprechende zielgerichtete Interventionen unterstützen (C).

### Lehrstoff

Führung; Führungsmodelle, Moderation von Gruppenprozessen, Coaching und Selbstmanagement, Beobachtung von Interventionen und deren Wirkungen, Feedback, zielgruppenadäquate Methodenwahl (auch in Hinblick auf taktische Modelle), methodische Grundsätze in der Planung, Organisation, Durchführung bzw. Gestaltung von Training im gehobenen Amateurbereich;

## 9. Angewandte Bewegungslehre und Biomechanik

### Bildungs- und Lehraufgabe

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- ein Techniktraining situationsbezogen modifizieren und Schwerpunkte für verschiedene Spielpositionen setzen. (C)

- Bewegungen mit angemessenen IT-gestützten Verfahren aufzeichnen, qualitativ analysieren und daraus individuelle, gruppen- bzw. mannschaftstaktische Korrekturmaßnahmen setzen (C).

#### **Lehrstoff**

Techniktrainingsarten, Bewegungsanalysen, Technische Entwicklung (z.b. dynamischen Technik unter Druck...), Positionstechniken, systembezogenes Techniktraining, Grundsätze des Individual- und Gruppentrainings, Videoanalysen von Trainingseinheiten bzw. von Spielen im gehobenen Amateurbereich bzw. nationalen Spitzenfußball, Biomechanische Grundlagen der Fußballtechniken, Kennen und Anwenden gängiger IT Lösungen zur Bewegungsanalyse;

### **10. Angewandte Trainingslehre**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- fußballspezifische Parameter erheben, diese analysieren und in geeigneter Form in der koordinativ – konditionellen Entwicklung im Trainingsprozess berücksichtigen. (C)
- ein Training im gehobenen Amateurbereich und nationalen Spitzenfußball aufgrund trainingswissenschaftlicher und sportartspezifischer Kenntnisse effektiv und zielgruppenadäquat planen, durchführen und evaluieren. (C)

#### **Lehrstoff**

fußballspezifische Aspekte der konditionellen und koordinativen Grundeigenschaften, Trainingsplanung im gehobenen Amateurbereich und nationalen Spitzenbereich: Trainings- und Wettkampfsteuerung, Trainingslager, englische Spielwochen, Vorbereitungs-, Wettkampf- und Übergangsperioden; komplexe Trainingsmethoden;

### **11. Spezielle Trainingslehre**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- ein Training für gehobene Amateur- bzw. nationalen Spitzenfußballmannschaften aufgrund trainingswissenschaftlicher und sportartspezifischer Kenntnisse effektiv und zielgruppenadäquat planen durchführen und evaluieren. (C)
- die Phasen des Spieles in Detailspekten beschreiben (B) und daraus Spielhypothesen entwickeln und anwenden. (C)
- Individual-, Gruppen- und Mannschaftstaktische Begrifflichkeiten gliedern und diese verschiedenen Spielphasen zuordnen. (B)

#### **Lehrstoff**

Spiel- und Trainingsphilosophie des ÖFB, Spiel in der Offensive (kontinuierlicher Spielaufbau, Konterspiel, Spiel auf den zweiten Ball, Tempowechsel), Spiel in der Defensive (Raumdeckung, Pressing), Umschaltphasen, Positionsspiel, Standardsituationen, Analyse verschiedener Spielsysteme und Grundordnungen, computerunterstützte Spielanalysen, Projektarbeiten der Teilnehmerinnen/Teilnehmer, Verständnis für Tormanntraining;

### **12. Seminar für Fachfragen**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- interdisziplinäre Fragen zur Vertiefung und Ergänzung des sportartspezifischen und sportartrelevanten Wissens diskutieren. (B)

#### **Lehrstoff**

Ernährung, spezielle Sicherheitsaspekte im Übungsbetrieb, Prävention und Sofortmaßnahmen bei Sportverletzungen, spezielle Softwarelösungen, Forschung und technische Verfahren in der Technologieentwicklung;

### 13. Praktisch-methodische Übungen

#### Bildungs- und Lehraufgabe

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können

- ein Training für gehobene Amateur- bzw. nationalen Spitzenfußballmannschaften aufgrund trainingswissenschaftlicher und sportartspezifischer Kenntnisse effektiv und zielgruppenadäquat planen durchführen und evaluieren. (C)
- trainingspraktische Übungen und Mittel zur Verletzungsprophylaxe und Leistungssteigerung einsetzen. (C)

#### Lehrstoff

Technikanwendungstraining, Spiel in der Offensive (kontinuierlicher Spielaufbau, Konterspiel, Spiel auf den zweiten Ball, Tempowechsel...), Spiel in der Defensive (Raumdeckung, Pressing), Wechsel von Angriffs- zu Verteidigungsverhalten und umgekehrt, Standardsituationen, Koordinations- und Konditionstraining, Verletzungsprophylaxe, Tormanntraining, mentales Training, Lehrauftritte;