

## **DOSB-Trainerlizenz-Ausbildung – Informationen vor dem Start ins Trainerleben**

Der DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) ist die Dachorganisation des organisierten Sports in Deutschland. Er ist die Interessensvertretung gegenüber der Politik und für die Förderung des olympischen Gedankens und des Breiten- und Leistungssports zuständig – um nur wenige Themenfelder zu nennen, in denen der DOSB der „Global Player“ ist. Neben diesen eher ideellen Aufgaben ist der DOSB aber auch für ganz praktische Bereiche zuständig, wie z. B. für die „Qualitätsstandards in der Sportbildung“.

Der DOSB gibt mit seinen Rahmenrichtlinien die „Leitplanken“ für die Spitzenfachverbände vor, innerhalb denen Trainerausbildungen stattfinden. Der Deutsche Schützenbund (DSB) hat innerhalb dieser Vorgaben die Ausbildungspläne für die „Schießsport-Trainer-Lizenzen“ ausgearbeitet, und der Bayerische Sportschützenbund (BSSB) bietet als Landesverband die Ausbildungen innerhalb dieser Vorgaben an.

Es macht jedoch Sinn, sich vor dem Beginn der eigenen „Trainerkarriere“ mit den Anforderungen der Ausbildungsinhalte auseinanderzusetzen, um nicht mit Erwartungen und Vorstellungen in die Ausbildung zu starten, die dann nicht erfüllt werden. Ob in der Kinder- und Jugendarbeit oder dem Training mit Erwachsenen, das Handlungsfeld eines Trainers birgt viel Verantwortung, zahlreiche Herausforderungen und umfasst mehr als nur das disziplinspezifische Sporttreiben.

Zukünftigen Trainern und Trainerinnen obliegt eine zielführende allgemeinsportliche und auf die Disziplin ausgerichtete Grundausbildung bei Anfängern jeden Alters. Sie planen und leiten regelmäßig Trainingseinheiten, geben ihr Wissen motivierend an ihre Trainingsgruppen weiter, fördern Talente im Verein und führen an den wettkampfbezogenen Sportbetrieb heran.

Somit gilt es in erster Linie, das „Lehren und Ausbilden“ zu lernen. Die Trainerausbildung zielt daher nicht darauf ab, das eigene schießsportliche Können zu optimieren. Im Gegenteil, es wird vorausgesetzt, dass der Wechsel aus einer persönlich ambitionierten Schützenrolle in die Trainerrolle bereits erfolgt ist. Die eigenen umfangreichen Erfahrungen als Sport- oder Bogenschütze sind natürlich gewinnbringend, um nach der Ausbildung durch die didaktisch-methodische Kompetenzerweiterung sowie den Kontext zur sportwissenschaftlichen Trainingslehre, das Vereinstraining qualitativ zu bereichern.

### **Was erwartet Sie in der Ausbildung?**

In der Einstiegsstufe (= Basislizenz) setzt die „Trainer-C Breitensport“ Ausbildung darauf, erforderliche Grundlagen für den Start ins Trainerdasein zu legen. Der Kompetenzerwerb in der Ausbildung gliedert sich in verschiedene Inhaltsbereiche, nachfolgend einige Themen:

#### **Persönliche und sozial-kommunikative Kompetenz:**

- Grundlagen der Sportpädagogik, Pädagogisches Selbstverständnis, Erziehungs- und Bildungsprozess im Sport, Ehrenkodex und ethische Leitlinien im Sport
- Grundlagen guter Kommunikation, Führung von Sportlern und Sportgruppen

#### **Fachkompetenz:**

- Basiswissen aus der Sportbiologie und der allgemeinen Trainings- und Bewegungslehre, Komponenten sportlicher Leistung, motorische Grundfähigkeiten, Ausdauer, Kraft, Koordination in Theorie & Praxis
- Gesundheitliche, konditionelle und koordinative Erfordernisse und deren Berücksichtigung und Einbindung im Training bei der allgemeinen und spezifischen Übungsgestaltung
- Grundtechnik der jeweiligen Disziplin sowie deren freudbetonte und wettkampfgemäße Anwendung im Anfänger- und Grundlagenbereich
- Zielgerichtete Trainingsmethoden und deren Anwendung in strukturierten Trainingseinheiten im Anfänger- und Grundlagenbereich

#### **Methoden- und Vermittlungskompetenz:**

- Pädagogisch-didaktisches Grundwissen zur Ausbildungslehre, Lern- und Lehrmethoden
- Planung und Organisation im Handlungsfeld des Trainers
- Methodischer Aufbau von Trainingseinheiten

Im Anschluss an die Breitensport-Ausbildung kann auf der ersten Lizenzstufe der Ausbildungsstruktur des Deutschen Schützenbundes die Ausbildung zum „Trainer-C Leistungssport“ (= Aufbaulizenz) erfolgen. Ab dieser Ausbildungsstufe geht es um den vertieften Kompetenzerwerb als Trainer hinsichtlich Förderung und Entwicklung leistungsorientierter Athleten.

Schwerpunkte sind Planung, Organisation, Durchführung und Steuerung des Grundlagen- und Aufbautrainings bei leistungsorientierter Ausrichtung im Trainings- und Wettkampfbetrieb. Erste Grundlagen der Sportpsychologie, der speziellen Trainingslehre mit der Trainingsplanung im langfristigen Leistungsaufbau gemäß Rahmenkonzeptionen des DSB und die Vertiefung/Ergänzung leistungssportlicher Technikenkenntnisse in der Spezialdisziplin finden hier Anwendung.

### **DOSB Jugendleiter-Lizenz-Ausbildung (Übungsleiter-J)**

Liegt Ihr Interesse speziell auf der allgemeinen Jugendarbeit im Verein, bietet sich als Ausbildung die Jugendleiter-Lizenz an. Inhaltlich beschäftigt sich diese Ausbildung mehrheitlich mit der überfachlichen Jugendarbeit, um den Nachwuchs an den Verein zu binden und ihn zu fördern.

Der DSB beschreibt in seinem Qualifizierungsplan das Handlungsfeld wie folgt: „Die Tätigkeit des Jugendleiters umfasst die Planung, Organisation und Durchführung von außersportlichen (z. B. kulturellen), sportartübergreifenden und in geringem Maße sportartspezifischen Angeboten für die Kinder- und Jugendarbeit in Schießsportvereinen. Zudem fördern Jugendleiter die Interessenvertretung und Beteiligung von Kindern und Jugendlichen in den Organisationsstrukturen der Vereine.

Die Jugendleiter sind pädagogisch tätig und tragen dazu bei, die Sporttreibenden in ihrer sportlichen, persönlichen und sozialen Entwicklung zu unterstützen sowie Selbstständigkeit, Teamfähigkeit und selbst bestimmtes Lernen des Einzelnen zu fördern.“

*Quellen:*

*DOSB*

*DSB: Qualifizierungsplan für die Aus- und Fortbildung (2025)*