



## JLV - Übungsleiterausbildung 2024

Sportspezifischer Teil für die Übungsleiterausbildung

<u>Referenten:</u>	Michael Greiter (Ausbildungsreferent) Michael Reis (Kampfrichterreferent) Felician Öri (Landestrainer) Michael Sohm (Physiotherapeut)	M.G. M.R. F.Ö. M.S.
<u>Ort:</u>	Theorie: Vereinslokal Hohenems Praxis: Dojo Hohenems (Konrad-Rennstrasse 12, 6845 Hohenems)	
<u>Teilnahmeberechtigung:</u>	alle angehenden ÜbungsleiterInnen die eine Übungsleiterausbildung abgeschlossen bzw. begonnen haben.	
<u>Datum:</u>	Freitag 10. Mai 2024 (17:00-21:00) Samstag 11. Mai 2024 (08:00-17:00) Dienstag 14. Mai 2024 (18:00-21:00) Samstag 18. Mai 2024 (08:00-17:00) Montag 27. Mai 2024 (17:30-19:00)	Theorie M.G. Theorie/Praxis M.G./F.Ö. Tape-Kurs M.S. Theorie/Praxis M.G./F.Ö./M.R. Lehrauftritt M.G./W.M./F.Ö.
<u>Kurskosten:</u>	35€ p.P.	
<u>Anmeldeschluss:</u>	29.04.2024	
<u>Kursprogramm:</u>		

Modul 1	Theorie (Allgemein 1)		Einheiten:
	Organisation, Rechtsgrundlagen, Versicherungsfragen	Fachverbandsstruktur	2
Funktion / Zuständigkeit			
Versicherungs-u. Haftungsfragen			
Vermittlung der Judowerte			
Gesellschaftspolitische Themen	Prävention sexueller Gewalt; Gendergerechtigkeit; Integration u. Inklusion	2	
Sportmedizin, Sportbiologie	Typische Sportverletzungen & Belastungsprobleme	4	
	Sportbiologische Zusammenhänge		
	Grundzüge der Physiologie		
	Muskel - Gelenksfunktionen		
	Grundzüge der Energiebereitstellung		
	Sportbiologie in der Praxis		
	Summe	8	

Modul 2	<b>Theorie (Allgemein 2)</b>		
	<b>Methodik</b>	Aufbau einer Trainingseinheit	<b>2</b>
		Differenzieren der Trainingseinheit nach Biologischem Alter	
		Leiten und Führen	
		Ordnungsrahmen	
	<b>Bewegungslehre</b>	Phasenstruktur der sportartspezifischen Techniken	<b>2</b>
		Bewegungsbeobachtung und Fehlerkorrektur	
	<b>Trainingslehre</b>	Entwicklung der Fähigkeit, ein zielgerechtes Training ausführen zu können	<b>4</b>
		Motorische & koordinative Fähigkeiten	
		Trainingsmethoden	
Trainingsformen			
Lernmethoden			
Organisation von Wettkampfteilnahmen			
	<b>Summe</b>	<b>8</b>	
Modul 3	<b>Praxis (Schwerpunkt Judo)</b>		
	<b>Wettkampf</b>	Wettkampfregeln; Teilnahme am KampfrichterInnenkurs (Praxis); Altersklassenbeschränkungen	<b>3</b>
	<b>Praktische Übungen</b>	Verbessern des Eigenkönnens	<b>10</b>
		Vielseitige & alternative Training & Übungsformen zur Erwärmung	
		Allgemein kräftigende Übungen	
		Spielformen zur Verbesserung konditioneller & koordinativer Fähigkeiten	
		Sportartspezifisches Techniktraining	
		Hospitation bei 3 TrainerInnen (min. InstruktorIn)	<b>3</b>
	<b>Praktisch-methodische Übungen</b>	Moderner Übungsbetrieb	<b>10</b>
Lehrmethoden			
Freudvolle Programme			
Grundtechniken			
Bewegungskorrektur			
Lehrauftritte/Prüfung			
	<b>Summe</b>	<b>26</b>	
	<b>Summe gesamt</b>	<b>44</b>	

Mitzubringen:

sind Judogi, Schreibzeug, gültige Judocard für 2024 & das Abschlusszeugnis der Theoretischen Übungsleiterausbildung des jeweiligen Dachverbandes (UNION/ASKÖ oder Olympiazentrum Vorarlberg)

Michael Greiter  
Technischer Direktor  
Vizepräsident



Michael Greiter | Sportkoordinator | Vizepräsident | Technischer Direktor | Ausbildungsreferent | Landestrainer  
Kehlerstraße 3 | 6850 Dornbirn  
T: +43 69917289356 | E: michael.greiter@hotmail.com | www.judo-vorarlberg.at  
ZVR - Zahl: 38 78 53 440 | Bankverbindung: AT03 3743 8000 0004 3067, RANMAT 21