

## TENNISLEHRERAUSBILDUNG

### I. ALLGEMEINES BILDUNGSZIEL

Der Lehrgang zur Ausbildung von Tennislehrern hat in einem zweisemestrigen Bildungsgang unter Bezugnahme auf § 1 des Bundesgesetzes über Schulen zur Ausbildung von Leibeserziehern und Sportlehrern zur Aufgabe, die Teilnehmer eingehend mit den erzieherischen und fachlichen Aufgaben eines Tennislehrers vertraut zu machen.

Tennislehrer im Sinne dieser Verordnung ist eine nach den folgenden Bestimmungen ausgebildete und qualifizierte Person, die befähigt ist, sowohl den planmäßigen Aufbau der Grundschule im Tennisunterricht zu gestalten als auch die Betreuung und Unterweisung von Fortgeschrittenen und Leistungssportlern im Tennis durchzuführen.

### II. STUNDENTAFEL

(Gesamtstundenzahl und Stundenausmaß der einzelnen Unterrichtsgegenstände. Die Aufteilung der Stunden innerhalb der einzelnen Semester erfolgt durch den Schulleiter.)

	1. Semester	2. Semester	Summe
<b>A. Pflichtgegenstände</b>			
<b>I. Theorie</b>			
1. Religion .....	5	-	5
2. Deutsch .....	-	2,5	2,5
3. Lebende Fremdsprache .....	5	-	5
4. Betriebskunde und Kaufmännisches Rechnen .....	-	5	5
5. Sportbiologie (Funktionelle Anatomie, Physiologie und Gesundheitserziehung) .....	7,5	-	7,5
6. Erste Hilfe .....	-	5	5
7. Sportpsychologie und Lebenskunde .....	-	5	5
8. Allgemeine Pädagogik, Didaktik und Methodik .....	2,5	-	2,5
9. Spezielle Methodik und Didaktik .....	12,5	-	12,5
10. Allgemeine Bewegungslehre und Biomechanik .....	2,5	-	2,5
11. Spezielle Bewegungslehre und Biomechanik .....	7,5	7,5	15
12. Allgemeine Trainingslehre .....	7,5	-	7,5
13. Spezielle Trainingslehre .....	7,5	15	22,5
14. Seminar für Fachfragen .....	5	5	10
15. Spezielle Organisationslehre .....	7,5	-	7,5
16. Wettkampfbestimmungen und Regelkunde .....	-	2,5	2,5
	70	47,5	117,5
<b>II. Praxis</b>			
17. Allgemeine praktisch – methodische Übungen .....	10	7,5	17,5
18. Spezielle praktische Übungen .....	5	7,5	12,5
19. Spezielle praktisch – methodische Übungen .....	25	30	55
20. Massage .....	-	12,5	12,5
	40,0	57,5	97,5
<b>Summe:</b>	110	105	215

### III. Unterrichtspraxis

Zwischen dem 1. und dem 2. Semester sind 20 Stunden Praxis bei einem staatlich geprüften Tennislehrer zu erbringen.

### **III. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN UND DIDAKTISCHE GRUNDSÄTZE**

Im Unterricht ist in allen Gegenständen, besonders in den theoretischen Fächern, auf die spätere Tätigkeit des Tennislehrers 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. Fächerübergreifender Unterricht ist anzustreben und auf Querverbindungen zwischen einzelnen Gegenständen ist hinzuweisen.

### **IV. LEHRPLÄNE FÜR DEN RELIGIONSUNTERRICHT**

(Bekanntmachung gemäß § 2 Abs. 2 des Religionsunterrichtsgesetzes)

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

Der Lehrplan für den Religionsunterricht im Lehrgang zur Ausbildung von Sportlehrern (Anlage A.1 Abschnitt IV) ist sinngemäß anzuwenden, wobei der Religionslehrer nach pädagogischen und methodischen Gesichtspunkten auszuwählen hat.

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

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

Siehe Anlage A. 1 Abschnitt IV.

##### **Lehrstoff:**

Siehe Anlage A. 1 Abschnitt IV.

Der Lehrstoff ist entsprechend der Ausbildungsdauer zu kürzen und zu raffen.

### **V. BILDUNGS- UND LEHRAUFGABEN DER EINZELNEN UNTERRICHTSGEGENSTÄNDE, AUFTEILUNG DES LEHRSTOFFES AUF DIE EINZELNEN SEMESTER**

#### **2. DEUTSCH**

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

Gewandtheit im mündlichen und schriftlichen Ausdruck im Hinblick auf die beruflichen Erfordernisse.

##### **Lehrstoff:**

###### **2. Semester**

Referate und Präsentationen zu sportrelevanten Themen; Diskussionen; Verhalten bei Interviews.

#### **3. LEBENDE FREMDSPRACHE**

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

Verbesserung der Sprachfertigkeit und Einführung in die Sportsprache.

##### **Lehrstoff:**

###### **1. Semester**

Konversation im Hinblick auf die spätere Unterrichtserteilung; Erweiterung des sportspezifischen Wortschatzes; Übungen zur Verbesserung des Lese- und Hörverständnisses mit Hilfe einfachster Texte bzw. Tonbandaufnahmen aus dem Bereich des Sports; Übersetzen von leichten Sporttexten, Sportreportagen, aktuellen Zeitungsartikeln usw.

#### **4. BETRIEBSKUNDE UND KAUFMÄNNISCHES RECHNEN**

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

Wissen um die Organisation und Verwaltung eines Vereines, Betriebes, einer Sportstätte. Wirtschaftliches Denken, Vermitteln mathematischer Kenntnisse, die zur Lösung von Aufgaben im wirtschaftlichen und sportlichen Betrieb erforderlich sind.

**Lehrstoff:**

2. Semester

Wirtschaftliche Betriebsführung; Versicherungsfragen; Sportmanagement; Sportmarketing; Steuerfragen.

## 5. SPORTBIOLOGIE (FUNKTIONELLE ANATOMIE, PHYSIOLOGIE UND GESUNDHEITSERZIEHUNG )

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Kenntnis des menschlichen Körpers und seiner Funktionen, um das Training nach den biologischen Grundsätzen gestalten zu können. Wissen um die Eigengesetzlichkeit des organischen Lebens und Verständnis für die Grenzen der menschlichen Leistungsfähigkeit, damit im Tennislehrberuf darauf Rücksicht genommen werden kann. Wissen um grundsätzliche Fragen der Hygiene. Verstehen der Problematik des Dopings.

**Lehrstoff:**

1. Semester

Aufbau und Funktion der Zelle; Gewebelehre; Gelenke und Knochenverbindungen; Entstehung einer Bewegung; Muskel und Muskelstoffwechsel; Herzanatomie; Kreislauf; Atmung; Ernährung und Verdauung; Nervensystem; Niere; Harnwege (Anatomie, Physiologie); Hormonsystem; Doping: Bestimmungen, Arten, Auswirkungen; Leistungsdiagnostik; Wirkung verschiedener Trainingsbelastungen (übergreifend); Testverfahren und Interpretation; Spezialthemen (Wiederherstellung, Massage, Sauna); Grundlage der Sporthygiene und ihre Anwendung in der Praxis.

## 6. ERSTE HILFE

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Vermittlung von Kenntnissen, die notwendig sind, um Erste Hilfe leisten zu können.

**Lehrstoff:**

2. Semester

Erkennen von Sportverletzungen und lebensbedrohlichen Zuständen (Unterkühlung, Schock, Hitzschlag, Sonnenstich usw. ) sowie die richtige Versorgung mit besonderer Berücksichtigung der Herzmassage und Atemspende; praktische Durchführung von Maßnahmen in der Ersten Hilfe; Verbandslehre; Versorgung sportspezifischer Verletzungen.

## 7. SPORTPSYCHOLOGIE UND LEBENSKUNDE

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Einführung in die psychologischen Grundbegriffe aus dem Bereich der Verhaltens-, Lern- und Entwicklungspsychologie. Übertragung auf das Gebiet des sportlichen Trainings und der einzelnen Trainingsphasen. Wissen um eine sinnvolle Lebensgestaltung.

**Lehrstoff:**

2. Semester

Gruppendynamik und Führungsverhalten; psychoregulative Maßnahmen (Stress, Angst, Aggression); Konfliktlösung und Gesprächsführung.

## 8. ALLGEMEINE PÄDAGOGIK, DIDAKTIK UND METHODIK

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Verstehen der Grundsätze der Didaktik und Methodik des Sports sowie Wissen um die Erkenntnisse zur kritischen Wertbestimmung des Sports und einer sinnvollen und zielführenden Trainingsgestaltung.

**Lehrstoff:**

1. Semester

Methoden des Unterrichts; Führungsstile, Schulungsmethoden für verschiedene leistungsbestimmende Faktoren.

## 9. SPEZIELLE METHODIK UND DIDAKTIK

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

Vermittlung der Grundsätze der Lehrmethode.

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester

Unterrichtsplanung; Organisation des Gruppenunterrichts; Aufstellungs- und Betriebsformen im Gruppenunterricht (Schule und Verein); Tennis im Seniorenalter; Tennisvariationen (Beach-, Snow- und Streettennis).

## 10. ALLGEMEINE BEWEGUNGSLEHRE UND BIOMECHANIK

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

Verstehen von allgemeinen Bewegungsabläufen sowie ihre kritische Beurteilung. Wissen um die spartenspezifischen Bewegungen und deren Beeinflussung sowie ihre kritische Beurteilung im Hinblick auf ein erfolgreiches Wirken im Tennissport.

Lehrstoff:

#### 1. Semester

Allgemeine Gesetze und Prinzipien der Sportmotorik; sportmotorische Grundeigenschaften und komplexe sportmotorische Eigenschaften sowie deren Beurteilung aus der Sicht der Bewegungslehre; Bewegungseigenschaften; Einführung in die Biomechanik sportlicher Bewegungen; Bewegungsanalysen; Testverfahren.

## 11. SPEZIELLE BEWEGUNGSLEHRE UND BIOMECHANIK

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

Vermittlung der Bewegungslehre der Grund- und Spezialschläge.

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester

Bewegungsmöglichkeiten in den Gelenken und Gelenkbeanspruchungen bei den einzelnen Schlag- und Bewegungstechniken; Variationsmöglichkeiten innerhalb der einzelnen Schlagtechniken; Möglichkeiten der Schlagoptimierung (Ansatzpunkte und Methoden).

#### 2. Semester

Schlaganalyse; Funktionsanalyse; Bewegungsanalyse; Korrekturmethode; Schlaganalysen im Leistungstraining anhand von Fallbeispielen; Bewegungsstruktur im Leistungstraining anhand von Fallbeispielen.

## 12. ALLGEMEINE TRAININGSLEHRE

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

Erreichen der Fähigkeit, selbständig ein wirksames und sachgemäßes Training vorzubereiten und durchzuführen.

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester

Faktoren der sportlichen Leistungsfähigkeit; Setzen von Trainingsreizen - Belastungsmerkmale; Anpassungsvermögen; Trainingsbelastungsmethoden; Trainingsgrundsätze; allgemeine und spezielle Trainingsmittel; Planung und Kontrolle des Trainings (Trainingsbuch, Trainingsplan, Tests usw.); Belastungsfähigkeit bei Kindern und Jugendlichen.

## 13. SPEZIELLE TRAININGSLEHRE

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

Vermittlung des Grund- und Spezialwissens über Leistungsentwicklung; Trainings- und Wettkampfanalyse. Trainingsinhalte der Trainingsabschnitte und Trainingsmethoden.

**Lehrstoff:**

## 1. Semester

Aufbau des Modelltrainings; das Drilltraining; Schlagoptimierung; taktisches Spezialwissen anhand von Modellsituationen; Einführung ins Coaching; tennisspezifisches Konditionstraining im Nachwuchsbereich; tennisspezifische Konditionstests.

## 2. Semester

Spezielle leistungsbestimmende psychische Faktoren; Methoden des mentalen Trainings; Trainings- und Wettkampfplanung; Trainings- und Wettkampfaufzeichnungen (Trainingsbuch); Wettkampftraining für Leistungsspieler in Vereinen; Kinder- und Jugendtraining.

#### 14. SEMINAR FÜR FACHFRAGEN

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Verarbeitung von aktuellen und spartenspezifischen Themen als Vorbereitung auf die Unterrichtstätigkeit.

**Lehrstoff:**

## 1. Semester

Spartenspezifische aktuelle Themen.

## 2. Semester

Spartenspezifische aktuelle Themen.

#### 15. SPEZIELLE ORGANISATIONSLEHRE

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Vermittlung des Wissens über grundlegende und effiziente Organisationsformen in modernen Vereinen und Tennisschulen unter Berücksichtigung der verschiedensten Wirkungsebenen.

**Lehrstoff:**

## 1. Semester

Moderne Vereinsarbeit; Kinder- und Jugendarbeit in Vereinen; Tennisschulen und Tenniscamps; Systeme zur Abwicklung von Turnieren auf Vereinsebene und im Campbetrieb; Ranglistensysteme.

## 2. Semester

Marketing und Sponsoring; Zusammenarbeit Tennisschule-Verein-Schule; Tennislehrer im Tourismus; Tennislehrer im Breitensport.

#### 16. WETTKAMPFBESTIMMUNGEN UND REGELKUNDE

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Vermittlung der aktuellen Regelkunde und Wettspielordnung.

**Lehrstoff:**

Tennisregeln und Wettspielordnung.

#### 17. ALLGEMEINE PRAKTISCH - METHODISCHE ÜBUNGEN

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Einführung in die diversen Formen der allgemeinen und speziellen Konditionsschulung.

**Lehrstoff:**

## 1. Semester

Schulung von bestimmten Konditionselementen; Schaffung bestimmter psycho-physischer Voraussetzungen.

## 2. Semester

Konditionsschulung im Bereich der leistungsbestimmenden konditionellen Belastungskomponenten für den Tennissport; tennisspezifische sportmotorische Tests.

## 18. SPEZIELLE PRAKTISCHE ÜBUNGEN

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

Verbesserung der Demonstrationsfähigkeit und Schlagsicherheit (Tests).

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester

Funktionstests (Aufschlag, Vorhand Topspin, Rückhand Slice, Vorhand und Rückhand Volley); Fähigkeit, alle geschnittenen Schläge und Spezialschläge zu demonstrieren.

#### 2. Semester

Weiterführung der im 1. Semester begonnenen Inhalte.

## 19. SPEZIELLE PRAKTISCH – METHODISCHE ÜBUNGEN

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

Vermittlung des praktisch-methodischen Grund- und Spezialwissens im Anfänger-, Fortgeschritten- und Hochleistungstraining.

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester

Trainerbeurteilungen; Einsatz von methodischen Hilfsmitteln; das Zuspiel; Bewegungsanalysen.

Leistungstraining: Methoden der Schlagoptimierung; Methoden und Belastungen im Drilltraining; Steigerung der Trainingsanforderungen anhand einer Trainingstabelle (Systematik); Aufbau des Modelltrainings anhand der 6 Grundmodelle; tennisspezifisches Schnelligkeits- und Schnellkrafttraining (praktische Beispiele); tennisspezifisches Schnelligkeitsausdauertraining (praktische Beispiele); tennisspezifisches Gewandtheitstraining; tennisspezifisches Ausdauertraining; taktisches Training; Einführung ins Coaching; Funktionsanalysen (anhand einer Tabelle) und Bewegungsanalysen (Videoanalysen); Matchanalysen.

#### 2. Semester

Weiterführung der im 1. Semester begonnenen Inhalte.

## 20. MASSAGE

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

Vermittlung von theoretischen und praktischen Kenntnissen zur Durchführung der Massage.

### **Lehrstoff:**

#### 2. Semester

Theoretische Einführung in die Grundbegriffe (Wirkungsmechanismus, Verbote, Mittel usw.); Vertrautmachen mit den einzelnen Massagegriffen; Erlernen der Ganzmassage durch Aneinanderreihen der Griffen; Kurzmassage; Teilmassage; Selbstmassage; regenerative Maßnahmen.