



## Rookie-Trainer-Ausbildung | Mentorenprogramm für Kinder- und Jugendtrainer

Das Programm der Rookie-Trainer-Ausbildung dient als eine Unterstützung von engagierten Jugendlichen bei ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit als Kinder- oder Jugendtrainer in einem Verein.

Viele Trainerinnen und Trainer im Breiten- und Freizeitsport sehen sich trotz ihres erst jungen und meist gerade erst beginnendem Engagement schon mit hohen Anforderungen von verscheidenden Seiten gegenüber - neben der regelmäßigen Durchführung von Trainingseinheiten wird von ihnen oft direkt die Organisation von Spieltagen, Vereinsevents oder sogar Einsätze im Kampf- und Schiedsrichterbereich verlangt. Obwohl viele ein Engagement ehrenamtlich in ihrer (meist ohnehin schon knappen) Freizeit ausüben, wird dieses Engagement „eingefordert“ – es sind leider nur noch wenige Ehrenamtliche in den Vereinen aktiv.

An dieser Stelle setzt das Programm der Rookie-Trainer-Ausbildung | Mentorenprogramm für Kinder- und Jugendtrainer an. Außerhalb von offiziellen Lizenzsystemen angesiedelt, kann diese den jungen Engagierten gezielte Hilfestellungen für ihre aktuellen Herausforderung in der alltäglichen Praxis bieten. Neben den gezielten Hilfestellungen werden den jungen Trainerinnen und Trainer auch weitere Inhalte vermittelt, welche ihnen bei ihrem Engagement helfen. Insbesondere die Persönlichkeitsentwicklung der jungen Engagierten, sowie die Verbesserung der sogenannten „Soft-Skills“ stehen neben sportartspezifischen, pädagogischen und sportorganisatorischen Grundlagen im Vordergrund. Im nächsten Schritt wird ein „Mentorennetzwerk“ aufgebaut, um Neueinsteiger langsam an die anfallenden Aufgaben heranzuführen.

Der Aufbau eines Mentorenprogramms für zukünftige Teilnehmerinnen und Teilnehmer ist Teil dieses Programms. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer sammelt im Rahmen der Ausbildung ebenfalls Erfahrungen im Mentoring und kann nach Interesse weitergebildet werden. Somit wird ein niedrigschwelliger Einstieg für Jugendliche kreiert (eine Aufgabe, langsames Heranführen und klare Perspektiven) und ein Zugehörigkeitsgefühl geschaffen, sowie die Selbstwirksamkeit, die sozialen Kompetenzen und das Selbstbewusstsein der jungen Engagierten gestärkt.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an diesem Programm durchlaufen in insgesamt vier Phasen:

- Rookie I: Einstieg ins Ehrenamt durch ein unverbindliches Engagement in vorhandenen Mannschaften oder J-Teams.
- Rookie II: Ausübung des Ehrenamts durch gemeinsame (min. zu zweit) Übernahme einer Kinder- oder Jugendsportmannschaft im Breiten- und Freizeitsportbereich mit einem Rookie Stufe II oder III.
- Rookie III: Einstieg als Mentor durch die Unterstützung eines oder mehrerer Rookies Stufe I bei der Ausübung ihres unverbindlichen Engagements, während bei Interesse auch eine Ausweitung der Mentorentätigkeit möglich ist (Mentoring von Stufe II Rookies)
- Rookie IV: Einstieg in den Nachwuchsleistungssport und Vertiefung der Mentoring Fähigkeit: Gemeinsam mit einem im Nachwuchsleistungssport tätigen Trainer werden gezielt weitere sportartspezifische Kenntnisse für den Nachwuchsleistungssport vermittelt. Diese sportartspezifischen Kenntnisse sollen an die betreuten Mentees weitergegeben werden.

In jeder dieser Phasen erhalten die jungen Trainer und Trainerinnen gezielte Lerninhalte, welche sie bei ihren aktuellen ehrenamtlichen Tätigkeiten unterstützen. Dabei ist es vorgesehen, dass die Lerninhalte zunächst anhand von „alltäglichen Situationen“ bzw. anhand der Zielgruppe der betreuten Jugendmannschaft in erster Linie über einen Austausch von Handlungsempfehlungen und Erfahrungsberichten von Ausbildern und anderen Rookie-Trainerinnen und -Trainern vermittelt werden (Rookie I / Rookie II), um dann in den weiteren Ausbildungsstufen die Grundlagentheorien zu erlernen bzw. verinnerlichen.

Über zwei bis drei Saisons werden die jungen Engagierten im Rahmen dieser Ausbildung bei ihrer Tätigkeit als junger Trainer bzw. junge Trainerinnen begleitet. Am Ende dieses Prozesses sollen die Jugendlichen sich sehr gut auf ein eigenständiges Engagement im Verein vorbereitet fühlen und langfristig auch Aufgaben der aktuellen Ausbilder (in erster Linie als Mentor/begleitender Trainer bzw. Trainerin oder Organisatorische Aufgaben) übernehmen können.

Mithilfe dieses Programms wird so ein nachhaltiges Ausbildungsprogramm für Trainerinnen und Trainer im Verein etabliert. Die Nachwuchsgewinnung junger Engagierter ist nämlich unabdingbar für eine langfristige und erfolgreiche Vereinsarbeit.



# TSV QUAKENBRÜCK E.V. – YOUNG DRAGONS

OFFIZIELLER KOOPERATIONSPARTNER DER ARTLAND DRAGONS



Kernmethoden der Ausbildung:

Trainingsbesuche der Ausbilder/Mentoren mit anschließenden Feedback-Gesprächen  
(Coach-to-Coach-Gespräche)

Workshops und Tageslehrgänge oder alternative Formate (Webinare) zu gemeinsam mit Teilnehmerinnen und Teilnehmern abgestimmten Inhalten

Organisation und Durchführung von Jugendfreizeiten mit dem Ziel des Austausches untereinander und der Anwerbung neuer Jugendlicher für Ehrenamtliche Tätigkeiten

Koordination von weiteren Ausbildungs- bzw. Lizenzlehrgängen.

Im Rahmen ihrer Ausbildung sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die nachfolgenden Lerninhalte thematisiert und einen Wissenstransfer auf ihre weitere Arbeit im Kinder- und Jugendsport vollzogen haben.

Grundverständnis für die Bedürfnisse ihrer Mannschaften entwickeln:

- Grundlagen Kinder- und Jugendpsychologie (u.a. Entwicklungs- und Motivationspsychologie)
- Grundlagen der Anatomie und Physiologie
- Grundlagen der Gruppensoziologie

Sportpädagogische und -didaktische Grundkenntnisse

- Lerntheorien (psychosozialer Ansatz) z.B.: Erfahrungslernen, Problemorientiertes Lernen
- Lehrmethoden (insbesondere der Nutzbarmachung von „kleinen Spielen“)

Grundlagen der Trainings- und Bewegungslehre

Trainingswissenschaftliche Grundlagen:

- Trainingsprinzipien
- Trainingsplanung und Steuerung
- Talent (Identifikation- und Förderung, RAE, Bio-Banding)
- Lerntheorien (motorischer Ansatz) Bewegungslernen, Erwerb der sportlichen Grundfähigkeiten)
- ASM / FMS (Athletic Skills Modell, Functional Movement Screen)

Sportartspezifische Kenntnisse

- Individualtechniken im Basketball
- Individual- und Gruppentaktik
- Strukturen im Deutschen Basketball (DBB, LV, BBL, LSB, KSB etc.)

Der „perfekte“ Trainer / Die „perfekte“ Trainerin

- Theorien der Führung
- Theorien des Coachings
- Kommunikationstheorien
- „Sich selbst verstehen“
  - Selbstregulation und Selbstführung- und Management
  - Lebenslanges Lernen und Persönlichkeitsentwicklung

Sportmanagement

- Planung, Durchführung und Evaluation von Projekten wie z.B.: Vereinsfahrten und -feste, Turniere, Trainingslagern
- Förderprogramme und Fördermittel für Vereine (Sport)

Wertevermittlung im Sport – Kulturverständnis und Ethisches Handeln

Mithilfe dieser Wissensgrundlagen sollen die Trainerinnen und Trainer am Ende ihrer Ausbildung ihre eigene Persönlichkeit gefestigt und eine eigene (fundierte) Trainings- und Spielphilosophie entwickelt haben.