



LandesSportBund  
Sachsen-Anhalt e.V.

Name, Vorname:

### 1. Hospitationsnachweis

Hospitieren Sie bei mindestens zwei Trainingseinheiten in einem oder mehreren Vereinen. Notieren Sie die in der Tabelle aufgeführten Punkte und reflektieren Sie anschließend die beobachtete Einheit anhand der aufgeführten Fragen unter Punkt 2.

	Hospitation 1	Hospitation 2	Hospitation 3
Datum			
Verein			
Trainingsstunde von – bis			
Sportart & -stätte			
Sportgruppe (Anzahl, Alter, eventl. Besonderheiten)			
Ziel der Trainingsstunde			
Unterschrift Trainer*in/Übungsleiter*in			

## 2. Reflexion

Beantworten Sie die nachfolgenden Fragen für **zwei** Vereinshospitationen zu den drei Schwerpunkten Stundenaufbau, Management der Gruppe und Auftreten der/des Übungsleiters\*in. Geben Sie jeweils an, welche Hospitation Sie auswerten.

### I. Stundenaufbau

Beobachten Sie die Trainingsstunde und beantworten Sie folgende Fragen. Bewerten Sie anschließend Ihre Beobachtungen. Sie können für Notizen die Vorlage für die Trainingsplanerstellung nutzen:

- Erkennen Sie die einzelnen Stundenteile und welchen zeitlichen Anteil nehmen diese in der Trainingseinheit ein? Beurteilen Sie ihre Relation zueinander und geben Sie an, ob und was Sie verändern würden. Begründen Sie!
- Welche Ziele verfolgt der/die Übungsleiter\*in? Mit welchen Methoden und Inhalten tut er/sie dies und wie beurteilen Sie die Passung von Zielen, Methoden und Inhalten?
- Wie sind die Organisationsformen für die Umsetzung der Aufgabenstellungen gewählt?

### II. Management der Gruppe

Beobachten und beurteilen Sie folgende Aspekte:

- Wie wird das Üben organisiert? (Vorbereitung, Raumnutzung, Übersichtlichkeit, Markierungen, Bereitstellung Trainingsmaterial, Gruppeneinteilung, Standort des/der ÜL)
- Wie erfolgt der Ablauf der Trainingseinheit? (Leerlauf, Hektik, keine/zu lange Pausen, Umgang mit unvorhergesehenen Störungen)
- Achten Sie auf die durchgeführten Übungen des Übungsleitenden für seine Trainingsgruppe. Passen die Inhalte und die gewählten Vermittlungsmethoden zur Zielgruppe (Alter, Anzahl, Trainingsstand)? Begründen Sie!
- Gibt es einen Konsens über einzuhaltende Regeln und wie geht der/die Übungsleiter\*in mit unangemessenem Verhalten um?
- Welche Vorkehrungen trifft der/die Übungsleiterin, um seine/ihre und die Sicherheit der Teilnehmenden zu gewährleisten (Absicherung der Übungsstätten, freie Wege, Schmuck, passende Sportkleidung)?

### **III. Auftreten der/des Übungsleiters\*in**

Beobachten Sie das Auftreten der/des Übungsleiters\*in hinsichtlich folgender Punkte:

- Wie tritt der/die Übungsleiter\*in gegenüber der Gruppe auf? (Ausstrahlung, Nähe/Distanz, Umgangston, Toleranz bei unterschiedlichem Lerntempo, respektvoller Umgang, Lärmpegel)
- Schätzen Sie, insoweit dies für Sie möglich ist, die Fachlichkeit des/der Trainer\*in ein (klare Begriffe, Demonstration und Erläuterung, Fehlerkorrektur). Fachlichkeit umfasst das Wissen über den zu vermittelnden Trainingsgegenstand (Eigenerfahrung mit der sportlichen Technik, kennt Regeln und Wettkampfbestimmungen, Kenntnis Sicherheitsmaßnahmen), die Art der Vermittlung (Zielgruppenanpassung) einschließlich verwendeter Methoden und das Erkennen und Korrigieren von Fehlern.
- Wie motiviert der/die Übungsleiter\*in die Übenden (Bereitschaft der Sportler\*innen herstellen, Feedback ermöglichen, Ermunterung)?

## Verlaufsplanung

Übungsleiter\*in:

Ziel(e):

Ort:

TN-Anzahl/ -Alter:

Datum/ Uhrzeit:

Zeit	Ziel	Methode	Inhalt	Organisationsform/ Trainingsmittel
hh:mm - hh:mm (mm')	<b>Beispiele:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Einleitung</li><li>• Spezielle Erwärmung</li><li>• Schluss</li></ul>	<b>Beispiele:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Dauermethode</li><li>• Teillernmethode</li></ul>		<b>Beispiele</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Innenstirnkreis</li><li>• Reihe</li><li>• Hocker</li></ul>