



C
TRAINER

DGV/DOSB
lizenziert



Lehrplan / Curriculum für die Ausbildung zum C-Lizenz-Trainer

Profil „Breitensport“

Stand: 01/2026
(6. überarbeitete Fassung)

1 Lehrplan / Curriculum der C-Trainer-Ausbildung

Profil: Breitensport

Themenbereiche / Anforderungssituationen (AS)	LE*
Übergeordnete Themen	05
AS 01 Planung einer Trainingseinheit	10
AS 02 Kondition & Koordination	18
AS 03 Erwerb der Schlagtechniken	25
AS 04 Festigung der Schlagtechniken	20
AS 05 Kindergolfabzeichen	08
AS 06 Golfplatz & Turnier	09
AS 07 Schnupperkurs & Teamwork	10
AS 08 Vermittlung & Korrektur	10
AS 09 Motivation & Konzentration	07
AS 10 Heterogene Trainingsgruppe & Inklusion	08
AS 11 Optionale AS (z. B. Golf in Ganztagschulen) oder Verteilung der LE auf andere AS	10
GESAMT (Kompetenzorientierte Ausbildung)	140
Kompetenzorientierte Prüfung	10
GESAMT	150

*Eine Lerneinheit (LE) umfasst 45 Minuten.

2 Methodik der kompetenzorientierten Trainerausbildung im DGV

Kompetenzverständnis:

Kompetente Trainerinnen und Trainer verfügen über sportwissenschaftliches und sportdidaktisches **Fachwissen**, welches sie nutzen (= **Können**), um **Anforderungssituationen** aus ihrem sportlichen Alltag zu lösen.

Ausbildungsverständnis:

Die Anforderungssituationen bilden den zentralen Ausgangspunkt für die **Lernziel-, Aufgaben- und Prüfungskultur**.

Alle Anforderungssituationen werden in der Trainerausbildung mithilfe von **Lernzielen** und **Aufgaben** zu den einzelnen **Lernschritten** (Abb. 1) erarbeitet. Dabei sind im gesamten Lernprozess eine wiederkehrende **kognitive Aktivierung**, der stetige **Lebensweltbezug** und eine regelmäßige und strukturierte **Reflexion** wesentliche Merkmale.

Mit Abschluss der Ausbildung sollen die angehenden Trainerinnen und Trainer alle Anforderungssituationen gemäß dem **Groblerntziel** bewältigen können.

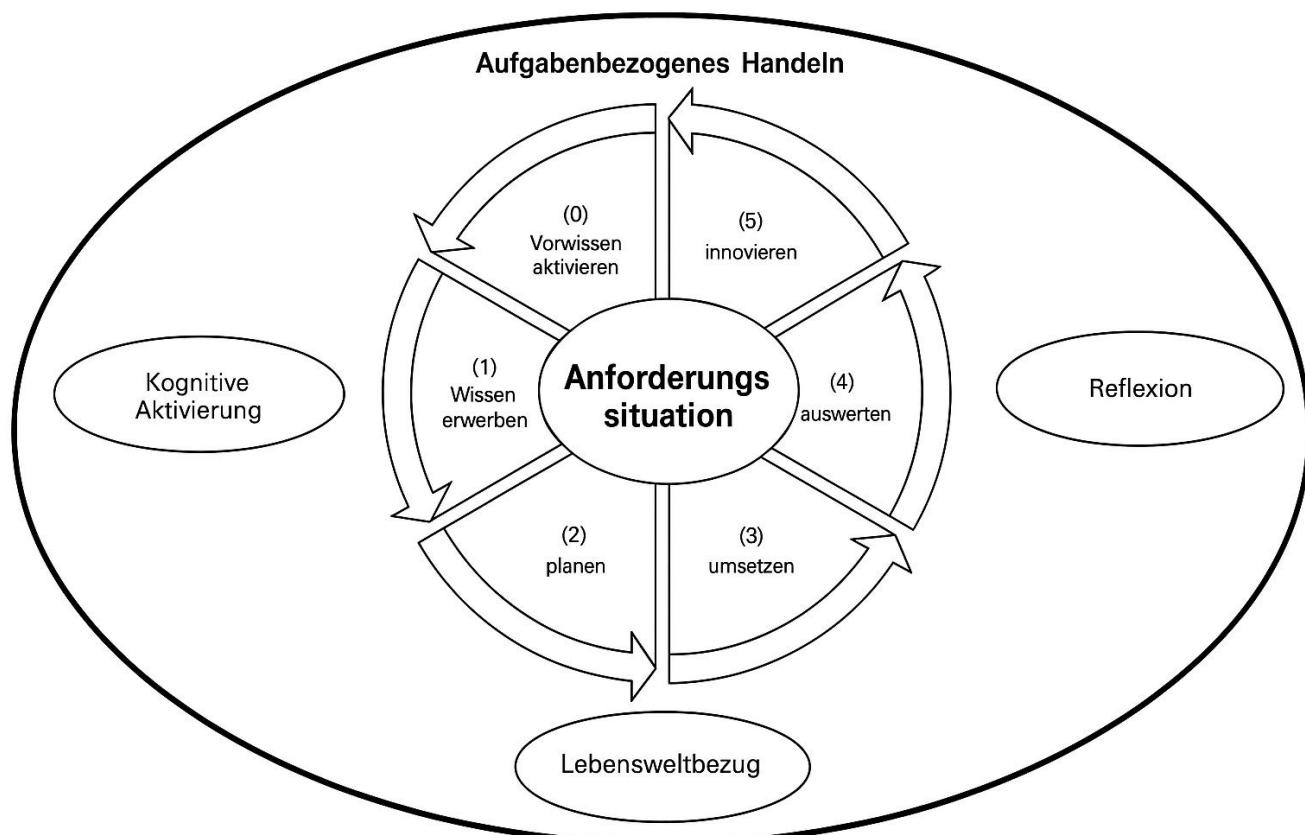


Abb.1: Lernschritte im DOSB-Kompetenzmodell

3 Inhalte der Themenbereiche / Anforderungssituationen

Themenbereich / Anforderungssituation (AS):
Übergeordnete Themen

LE 05

Einführung Sport / Golfsport

LE 1

- Olympischer Gedanke / Vision Gold
- Anti-Doping / Doping-Prävention

Informationen DOSB / DGV / LGV / Clubs und Betreiberanlagen

LE 1

- Literatur, Hilfsmittel, Internet
- DGV-Campus / Blended-Learning

Handlungsfelder C-Trainer, DGV-Ausbildungssystem

LE 1

- Amateurstatut / DGV-Merkblatt
- Ablauf der Ausbildungsgänge und Prüfungsinhalte / Lizenz und Verlängerungen
- Kompetenzorientierung / Einführung der Anforderungssituationen
- Erste Hilfe

Rechtliche Grundlagen

LE 2

- Aufsichts-, Versicherungs- und Haftungsfragen
- Ehrenkodex / Safe Sport / Prävention sexualisierte Gewalt

Themenbereich / Anforderungssituation (AS):

01 Planung einer Trainingseinheit

LE 10

Anforderungssituation:

„Du wählst deine Trainingseinheiten oft noch willkürlich aus und den TE fehlen manchmal sowohl eine zeitliche, inhaltliche und methodische Struktur als auch das notwendige Maß an Sicherheit.“

Groblerziel:

Der/die Trainer/in beschreibt eine wiederkehrende Struktur und den nötigen Sicherheitsrahmen einer Trainingseinheit. Er/Sie erörtert mögliche Inhalte und beschreibt methodische Grundsätze. Dies wendet er/sie bei der Planung und bei der Durchführung von Trainingseinheiten an.

Anforderungs- und Wissensbereiche:

- Struktur einer Trainingseinheit
- Inhalte von Lerneinheiten im Grundlagentraining
- Methodische Grundsätze
- Sicherheitsrahmen

Themenbereich / Anforderungssituation (AS):**AS 02 Kondition & Koordination****LE 18****Anforderungssituation:**

„Du übernimmst eine neue Kinder-Trainingsgruppe. Im ersten Training stellst du mangelnde Fähigkeiten der Kinder in Bezug auf deren konditionelle und koordinative Fähigkeiten fest.“

Groblernziel:

Der/die Trainer/in beschreibt Inhalte und Methoden Koordinations- und Konditionstrainings und wendet dieses Wissen bei der Planung, Umsetzung und Auswertung von Trainingseinheiten im In- und Outdoor-Bereich für allgemeines und sportartspezifisches Koordinations- und Konditionstraining an.

Anforderungs- und Wissensbereiche:

- Sportwissenschaftliche Grundlagen, Inhalte und Methoden im allgemeinen Koordinations- und Konditionstraining
- Grundlagen, Inhalte und Methoden im golfspezifischen Koordinations- und Konditionstraining

Themenbereich / Anforderungssituation (AS):**AS 03 Erwerb der Schlagtechniken****LE 25****Anforderungssituation:**

„Du startest mit einer neuen Trainingsgruppe von Anfängern (Kinder- oder Erwachsenengruppe), welche die grundlegenden Schlagtechniken erlernen wollen.“

Groblernziel:

Der/die Trainer/in beschreibt die grundlegenden Schlagtechniken, die Didaktik und Methodik im Technikerwerbstrainings und wendet dieses Wissen bei der Planung, Umsetzung und Reflektion von Trainingseinheiten für das Erlernen der Schlagtechniken des Golfspiels bei Anfängern (Kinder- oder Erwachsenengruppe) exemplarisch für eine Schlagtechnik an.

Anforderungs- und Wissensbereiche:

- Kenntnisse über die grundlegenden Schlagtechniken inklusive elementarer biomechanischer und physikalischer Kenntnisse (Treffmomentfaktoren)
- Methodisch - didaktisches Wissen im Technikerwerbtraining (Trainingslehre)

Themenbereich / Anforderungssituation (AS):**AS 04 Festigung der Schlagtechniken****LE 20****Anforderungssituation:**

„Du trainierst eine Kinder-Trainingsgruppe, welche bereits die grundlegenden Schlagtechniken beherrscht. Dir fällt auf, dass die Schlagtechniken von den meisten Kindern nur in einfachen (Standard-)Situationen erfolgreich angewendet werden.“

Groblernziel:

Der/die Trainer/in beschreibt die grundlegenden Aspekte bei der Festigung und Stabilisierung der Schlagtechniken im Technikanwendungstraining und der Druckbedingungen und wendet diese bei der Planung, Durchführung und Reflexion einer Trainingseinheit für eine Schlagtechnik an, bei welcher die Kinder unter Druckbedingungen die jeweilige Technik stabilisieren und variabel anwenden lernen.

Anforderungs- und Wissensbereiche:

- Festigung und Stabilisierung der Schlagtechniken im Technikanwendungstraining
- Druckbedingungen (RTK S. 43 ff.)

Themenbereich / Anforderungssituation (AS):**AS 05 Kindergolfabzeichen****LE 08****Anforderungssituation:**

„Du trainierst eine Kinder-Trainingsgruppe, die du kindgerecht auf die Platzreife vorbereiten möchtest. Ein/Eine Trainerkollege/Trainerkollegin hat dir das DGV-Kindergolfabzeichen dafür empfohlen.“

Groblernziel:

Der/die Trainer/in beschreibt die einzelnen Kategorien und den Ablauf des DGV-Kindergolfabzeichens und führt es gemeinsam mit einer Kinder-Trainingsgruppe durch.

Anforderungs- und Wissensbereiche:

- Kenntnis / Durchführung / Organisation DGV-Kindergolfabzeichen

Themenbereich / Anforderungssituation (AS):**AS 06 Golfplatz & Turnier****LE 09****Anforderungssituation:**

„Du trainierst eine Trainingsgruppe. Die Gruppe möchte zum ersten Mal auf dem Golfplatz spielen und sich auf die Teilnahme an ersten geeigneten Turnieren vorbereiten.“

Groblernziel:

Der/die Trainer/in erläutert die wichtigsten Grundlagen zum Platzspiel und zur Turniervorbereitung und wendet dieses Wissen in der Planung, Durchführung und Reflexion eigener Trainingseinheiten an. Er/Sie kann Anfänger in Bezug auf die sinnvolle Auswahl eines ersten Turniers beraten.

Anforderungs- und Wissensbereiche:

- Kenntnisse über grundlegende Golfregeln, Etikette und Sicherheit auf dem Golfplatz
- Kenntnisse über die unmittelbare Turniervorbereitung (Orga, Warm-Up, Einspielen), sowie dem Führen einer Scorekarte
- Kenntnis von geeigneten Turnieren und Platzlängen für Anfänger

Themenbereich / Anforderungssituation (AS):**AS 07 Schnupperkurs & Teamwork****LE 10****Anforderungssituation:**

Der Golfclub bittet dich ein zweistündiges Schnupperkurs-Training (Schüler- oder Erwachsenengruppe) mit 15-20 Teilnehmenden zu übernehmen. Ein/Eine Trainerkollege/Trainerkollegin möchte dich dabei unterstützen. Ihr möchtet möglichst viele Teilnehmende für die Sportart Golf und euren Club begeistern.

Groblerziel:

Der/die Trainer/in erläutert die Gestaltung motivierender Schnuppertrainings, zeigt Kooperationsfähigkeit im Trainerteam sowie kommunikative Kompetenzen zur Interessentengewinnung und wendet dieses Wissen bei der Planung, Durchführung und Reflexion einer zielgruppenorientierten und clubförderlichen Schnupper-Trainingseinheit gemeinsam mit einer Trainerkollegin/einem Trainerkollegen an.

Anforderungs- und Wissensbereiche:

- Kooperationsfähigkeit mit anderen Trainer/innen
- Gestaltung motivierender Schnuppertrainings (Methodik, Didaktik, Erfolgsergebnisse erzeugen)
- Sozial-kommunikatives Wissen bei der Interessentengewinnung (Zielgruppenansprache, Trainerverhalten, Abschlussgespräch führen)

Themenbereich / Anforderungssituation (AS):**AS 08 Vermittlung & Korrektur****LE 10****Anforderungssituation:**

„Du trainierst eine Kinder-Trainingsgruppe. Im Training hast du den Kindern mehrmals ausführlich die Bewegung/Technik erklärt und demonstriert. Die meisten Kinder machen die Bewegung/Technik immer noch anders.“

Groblerziel:

Der/die Trainer/in skizziert sozial-kommunikative Aspekte sowie verschiedene adressatengerechte Hilfsmittel, Wege und Methoden bei der Vermittlung von Bewegungen/Schlagtechniken. Dieses Wissen wendet er/sie bei der Planung und Durchführung von Spiel- oder Übungsreihen zur Verbesserung typischer Fehlerbilder im Golfschwung bei Kindern erfolgreich an.

Anforderungs- und Wissensbereiche:

- Bewegungswissenschaftliches Wissen (typische Fehlerbilder, Fehlerkorrekturen, Ursache-Wirkungs-Prinzip)
- Methodisch - didaktisches Wissen (Adressaten- und situationsangepasstes Repertoire an Aufgabenstellungen und Methoden zum Bewegungslernen)
- Sozial-kommunikatives Wissen (Kindgerechte, bildhafte Sprache, Vormachen statt Erklären)

Themenbereich / Anforderungssituation (AS):**AS 09 Motivation & Konzentration****LE 07****Anforderungssituation:**

„Du trainierst eine Kinder-Trainingsgruppe. Du hast den Eindruck, dass die Gruppe oft nicht ausreichend motiviert und mit Spaß bei der Sache ist. Einzelne Kinder fallen durch Störungen, mangelnde Konzentration und eine Vielzahl an Nebenbeschäftigungen negativ auf.“

Groblerziel:

Der/die Trainer/in hat ein grundlegendes Verständnis für psychologische Prozesse im Sport. Er/Sie kann diese in Bezug zur Trainingssituation und -gestaltung setzen und adäquate Maßnahmen zur Förderung von Motivation ableiten.

Anforderungs- und Wissensbereiche:

- Psychologische Grundlagen mit den Schwerpunkten Motivation & Konzentration

Themenbereich / Anforderungssituation (AS):**AS 10 Heterogene Trainingsgruppe & Inklusion****LE 08****Anforderungssituation:**

„Du trainierst die freie Trainingsgruppe am Samstagmorgen. Die Trainingsgruppe weist vom Alter und Leistungsniveau eine große Heterogenität auf. Dies spiegelt sich in unterschiedlichen physischen, kognitiven, technischen und sozialen (...) Entwicklungsständen wider. Dies gilt genauso für Personen mit körperlichen oder mentalen Beeinträchtigungen.“

Groblerziel:

Der/die Trainer/in beschreibt die Voraussetzungen für gelebte Inklusion im Golftraining und erläutert Methoden für individuelle Anpassungsmöglichkeiten von Spiel- bzw. Übungsformen. Dieses Wissen wendet er/sie bei der Planung und Umsetzung eines breitensportlichen, inklusiven Trainings mit einer heterogenen Kinder- und Jugendgruppe an.

Anforderungs- und Wissensbereiche:

- Wissen über die Bedeutung des Begriffs Inklusion und wie diese im Training gelebt wird
- Methoden zur Anpassung von Spiel- bzw. Übungsformen im Training an individuelles Leistungsniveau bzw. individuelle Lernfähigkeit

Alternativ: Verteilung der LE auf andere AS

Anforderungssituation:

„Ganztagschulen werden für Sportvereine zunehmend zu einem wichtigen Handlungsfeld, um Kinder frühzeitig für ihre jeweilige Sportart zu begeistern. Dein Golfclub möchte im Rahmen einer neuen Kooperation mit einem Golfangebot an einer Grundschule starten und beauftragt dich mit der Umsetzung.“

Groblerziel:

Der/die Trainer/in erläutert das Projekt „Abschlag Schule“ sowie relevante Rahmenbedingungen und methodisch-didaktische Prinzipien bei der Gestaltung von Ganztagsangeboten unter Verwendung von geeigneten Materialien. Sie/Er wendet dieses Wissen bei der Planung, Umsetzung und Reflexion eines Golfangebots an einer Grundschule an.

Anforderungs- und Wissensbereiche:

- Kenntnisse über „Abschlag Schule“ und Rahmenbedingungen von Ganztagsangeboten
- Methodisch-didaktisches Wissen zur Gestaltung von Ganztagsangeboten (inkl. Materialnutzung)