



## Hilfen zur Zeitplanerstellung

Zur Erstellung des Zeitplanes können die Karteikarten für den jeweiligen Lehrgang in der richtigen Reihenfolge sortiert werden. Die Themen werden dann mit der entsprechenden Dauer in den Zeitplan (Excel-Tabelle) eingetragen.

Bei der Gestaltung eines Lehrganges sollten folgende Punkte berücksichtigt werden:

- Uhrzeit der ersten Einheit eines Lehrgangstages jeweils auf das Einzugsgebiet der Teilnehmer abstimmen.
- Aufeinander aufbauende Themen in der richtigen Reihenfolge anbieten.
- Pausen entsprechend körperlicher / geistiger Beanspruchung setzen.
- Praxiseinheiten nicht direkt nach dem (Mittag-)Essen anbieten.
- Pausen und eventuelle Umziehzeiten müssen in der zeitlichen Planung berücksichtigt werden, zählen aber nicht als Ausbildungszeit.
- DTB-Basisschein Trampolin II: Freies Üben im letzten Lehrgangsteil vor der Überprüfung anbieten (meistens Sonntagmorgen).
- DTB-Basisschein Trampolin II: Bei großen Gruppen oder bei Aufteilung auf mehrere Termine kann der Lehrgang auf bis zu 20 Lehreinheiten ausgedehnt werden.
- DTB-Basisschein Trampolin II: Probanden (Kinder) nicht über zu lange Zeiträume einsetzen.
- 
- 
- 

## Hilfen zur Lehrgangsdurchführung

- Grundregeln für den Lehrgang zu Beginn festlegen.
- Teilnehmer die Einhaltung der Grundregeln abverlangen (Vorbildfunktion).
- Roten Faden vorgeben.
- Theorie: Nur das Wesentliche ansprechen.
- Theorie: Prinzipien durch Beispiel(e) verdeutlichen.
- Aktive Teilnahme abfordern, sofern nicht gesundheitliche Gründe dagegen sprechen.
- Erwärmungsphasen nicht zu sehr ausdehnen, da der Belastungsumfang insgesamt sehr hoch ist.
- Verschiedene Medien einsetzen (Tageslichtprojektor, Puppe, Bilder, Bücher, diverse Objekte, Videos, Kopien, Zeichnungen, Musik, ...).
- Verschiedene Methoden anwenden.
- Bei inhomogenen Gruppen differenzieren.
- Basisschein Trampolin II: Probanden in Leerlaufzeiten beschäftigen.
- 
- 
- 

