

Trainer A Atletiek Discuswerpen

Benaming diploma : Trainer A Atletiek Discuswerpen

Doelstellingen :

Door het volgen van deze opleiding leert de cursist in te staan voor het zelfstandig begeleiden van discuswerpers die actief zijn binnen een prestatiecontext tot op een internationaal niveau en zich situeren in de LTAD-ontwikkelingsfasen: 'Train to win'.

Toelatingsvoorwaarde(n) :

- Kwalificatievoorwaarde(n):

- o Kwalificatie : het diploma van 'Trainer B Atletiek Discuswerpen' bezitten of ermee gelijkgesteld zijn.

- Ervaring:

- o Sporttechnische ervaring kunnen aantonen via een portfolio en een intakegesprek met o.a. de DSKO en head coach topsport
 - o Actief zijn op nationaal niveau binnen Discuswerpen: minimum 3 atleten begeleiden op nationaal niveau. De atleten behoren tot de categorie scholieren, junioren en/of senioren. De atleten behoren tot de top 20 van het voorbije sportjaar van een Olympische discipline. De atleten trainen minstens viermaal per week.
 - o Minstens 2 jaar training geven na het behalen van Trainer B (aantonen a.d.h.v. trainingsschema's, jaarplanning, ...)
 - o Aantonen dat je de geleerde kennis, vaardigheden en attitudes uit TrB Atletiek toepast als trainer
 - o Minstens 8 credits behaald hebben in de afgelopen 3 jaar waarvan minstens 4 credits behaald moeten worden door het volgen van een bijscholing binnen de juiste disciplinegroep (= 2 credits/bijscholing). Mogelijke credits:
 - o Volgen van een bijscholing binnen de juiste disciplinegroep (= 2 credits/bijscholing)
 - o Docent binnen VTS-trainersopleidingen gerelateerd aan atletiek en/of bijscholingen
 - o Bijscholing: 2 credits per bijscholing
 - o Trainer C: 2 credits / 3 uur
 - o Trainer B: 3 credits / 3 uur

Vrijstellingen; volgorde van de modules en opmerkingen (bv. materiaal door de cursisten zelf mee te brengen, enz.):

Eventuele vrijstelling(en)

- o Vrijstellingen kunnen aangevraagd worden op basis van de VTS-vrijstellingstabel - zie www.sport.vlaanderen/vts/vrijstellingstabel > Nuttige info voor cursisten.

Opleidingsonderdelen

De opleiding omvat 240, uren (waarvan 120 uren stage) , 5 module(s), en 19 vakken

Module 1A: Bewegingsanalyse (6 u.)	Min/Max # cursisten = 12/24	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Bewegingsanalyse		T	D	6			6 u.

Module 1B: Meten en Evalueren (6 u.)		Min/Max # cursisten = 12/24	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Meten en evalueren			T	D	6			6 u.

Module 1C: Sportpsychologie (gevorderd) (6 u.)		Min/Max # cursisten = 12/24	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Sportpsychologie (gevorderd)			T	D	6			6 u.

Module 1D: Sportfysiologie (gevorderd) (6 u.)		Min/Max # cursisten = 12/24	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Sportfysiologie (gevorderd)			T	D	6			6 u.

Module 2A: Module Sporttechnische aspecten Trainer A Atletiek (18 u.)		Min/Max # cursisten = 4/8	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Introductie tot de opleiding Trainer A Atletiek			GE		2			2 u.
Topsportbeleid en -cultuur in Atletiek			GP	D	1			1 u.
Medisch-wetenschappelijke omkadering in Atletiek			GP	D	2			2 u.
Atletenprofiel opstellen in Atletiek			GP	D	2			2 u.
Biomechanica in atletiek			GP	D	2	1		3 u.
Monitoring Tools in Atletiek			GP	D	4			4 u.
Communicatietechnieken in Atletiek			GP	D	4			4 u.

Module 2B: Module Sporttechnische aspecten Trainer A Atletiek Discuswerpen (6 u.)		Min/Max # cursisten = 1/2	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Sportwetenschappelijke vertaling richting Discuswerpen			GP	ND		4		4 u.
Fysieke basisvorming binnen Discuswerpen			GP	ND		2		2 u.

Module 3: Module Trainingspraktijken en coaching Trainer A atletiek Discuswerpen (28 u.)		Min/Max # cursisten = 1/2	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Wedstrijdpraktijken Trainer A Discuswerpen			GP	ND	1	4		5 u.
Trainingspraktijken Trainer A Discuswerpen			GP	ND		20		20 u.
Meerjarenplanning binnen Discuswerpen			GP	ND	1	2		3 u.

Module 4: Module Stage Trainer A atletiek Discuswerpen (138 u.)		Min/Max # cursisten = 1/2	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
Stage Trainer A atletiek Discuswerpen			PF	ND			120	120 u.
Feedback en reflectie stage Trainer A atletiek Discuswerpen			GE			18		18

Module 5: Module Levenslang leren (niveau 2) (26 u.)		Min/Max # cursisten = 12/24	Type	D/ND	Theorie	Praktijk	Stage	Totaal
---	--	-----------------------------	------	------	---------	----------	-------	--------

