



# **Fortbildungslehrgang, Trainerausbildung**

## **Theoretisches Grundwissen zur Wushu-Kultur und pädagogische Hilfestellungen für den Wushu-Unterricht**

für angehende Trainerinnen und Trainern als Grundlage für einen qualifizierten Unterricht

### **1. Tag und Ort der Durchführung**

a) Tage der Durchführung: von Samstag, den 11. März 2023  
bis Sonntag, den 12. März 2023

b) Ort der Durchführung: Trainingsort des Ausrichters  
Schmitthennerstraße 28  
69124 Heidelberg

### **2. Veranstaltung und Organisation**

**Veranstalter:** Deutsche Wushu Federation e.V.

**Ausrichter:** Wushu Verein Heidelberg e.V.

**Referentinnen:**

Yinge She – Schulleiterin, Wuyi Athletic Gym in Heidelberg  
Ehemalige Dozentin für Wushu-Pädagogik an der Wuhan Sport Universität, China  
Ehemalige chinesische nationale Wushu Leistungssportlehrerin

Dr.phil. Caroline Roblitschka, Sinologin,  
Wushu PhD Shanghai University of Sports,  
Forschungsgebiet: kulturspezifische und philosophische Aspekte der chinesischen  
Kampfkünste

### **3. Kontaktadresse der Organisation**

Alle hierzu benötigten Daten bitte dem Kopf der Ausschreibung entnehmen

### **4. Teilnahmebedingung**

Zweck der Ausbildung ist es, kompetente Wushu-Trainerinnen und -Trainer zu schulen.

Kenntnisse der Wushu-Kulturgeschichte sowie pädagogisches Wissen hinsichtlich der Unterrichtsgestaltung sind notwendige Bausteine auf dem Weg zur Trainerlizenz.

Die erfolgreiche Teilnahme an dieser Trainerausbildung ist nicht nur für die Gesamtausbildung zur Wushu-Trainerin oder zum Wushu-Trainer unerlässlich, sondern auch für alle Sportlerinnen und Sportler interessant, die ihren Horizont in diesen Bereichen erweitern wollen.

Eine Teilnahme beinhaltet auch die Lizenzverlängerung für TrainerlizenzinhaberInnen.

## 5. Teilnahmegebühr: 50,- Euro

## 6. Zeitlicher Ablauf

### Samstag, 11.03.2023

13:00 Uhr           Ankunft, Begrüßung, Formalien

13:30 – 15:00 h: **Wushu Theorie – Schwerpunkt Grundbegriffe, Geschichte**

Dozentin: Caroline Roblitschka

- Wushu-Grundlagen, Begriffe und Inhalte
- Eckpfeiler der Wushu-Geschichte

15:00 h bis 15:30 Uhr Pause

15:30 – 18:00 h: **Pädagogische Hilfestellung für den Wushu-Unterricht**

Dozentin: Yinge SHE

- Anatomische und physiologische Besonderheiten von Kindern und Jugendlichen im Hinblick auf ihr Wushu Training (15:30 – 16:15 h)
- Theorien und Trainingsmethoden für jugendliche Sportler/-innen (16:30 – 17:15 h)
- Das Erlernen und Trainieren von Grundfertigkeiten und -techniken des Changquan und der wichtigsten Wushu Waffen-Formen (17:30 – 18:30 h)

Zwischen den einzelnen Unterrichtseinheiten jeweils 15 Minuten Pause

ca. 18:30 Uhr   **Ende des ersten Tages**

### Sonntag, 12.03.2023

09:30 – 11:30 h: **Wushu Theorie – Schwerpunkt Philosophie**

Dozentin: Caroline Roblitschka

- Erläuterung zentraler Begriffe der chinesischen Philosophie
- Wann und wo fanden diese Begriffe Eingang in das Wushu?
- Wiederholen, mündliche Fragerunde statt Test

11:30 h bis 12:00 Uhr Pause

12:00 – 15:00 h: **Pädagogische Hilfestellung für den Anfänger-Unterricht**

Dozentin: Yinge SHE

- Lehrmethoden zur Vermittlung von Wushu Techniken für Kinder, Jugendliche und Wushu Anfänger (12:00 – 12:45 h)
- Körperliches Fitnesstraining für Kinder, Jugendliche und Wushu-Anfänger (13:00 – 13:45)
- Häufige Verletzungen im Wushu-Sport und deren Behandlung (14:00 – 15:00 h)

Zwischen den einzelnen Unterrichtseinheiten jeweils 15 Minuten Pause

ab ca. 15:00 Uhr • **Feedbackrunde und Verabschiedung**

## 7. Anmeldungsformular für die Teilnahme

**Bei Interesse, bitte das folgende, Anmeldungsformular (Seite 3) ausgefüllt und unterschrieben bis zum **25.02.2023** an [dwf-geschaefsstelle@arcor.de](mailto:dwf-geschaefsstelle@arcor.de) senden.**

**Info vor Ort: Yinge She, Tel.: 0173-6956241**



**Deutsche Wushu Federation e.V.**

German Wushu Federation

Geschäftsstelle: Am Utforter Graben 38, 47445 Moers  
Tel.: +49-2841-44878, Email: geschaeftsstelle@wushudwf.de



## **Fortbildungslehrgang, Trainerausbildung**

### **Theoretisches Grundwissen zu Wushu und Pädagogische Hilfestellungen für den Wushu-Unterricht**

#### **Anmeldungsformular**

Verein:

\_\_\_\_\_

Name des Teilnehmers:

\_\_\_\_\_

Geburtstag:

\_\_\_\_\_

Telefon:

\_\_\_\_\_

E-Mail:

\_\_\_\_\_

Ich, \_\_\_\_\_, melde mich hiermit zur  
Trainerausbildung, Theoretisches Grundwissen zu Wushu und Pädagogische  
Hilfestellungen für den Wushu-Unterricht an, welche vom 11.03. bis 12.03.2023  
in Heidelberg stattfindet.

\_\_\_\_\_ Datum

\_\_\_\_\_ Unterschrift

**Wir wünschen eine gute Anreise  
und viel Erfolg bei der Trainerausbildung!**