



Tätigkeitszeugnis für Herrn Norman Sieg.

Auf der Suche nach einem kompetenten Referenten zu der für alle im Leistungssport tätigen Trainer sehr wichtigen Problematik „Erhöhung der Belastbarkeit“ kam mir ein glücklicher Zufall zu Hilfe:

Herr Sieg war mein Physiotherapeut nach einem Bandscheibenvorfall.

Während dieser langwierigen Behandlung lernte ich nicht nur Herrn Siegs umfangreiches Wissen und Können als Physiotherapeut kennen und schätzen, sondern erfuhr auch von seinem beruflichen und leistungssportlichen Werdegang.

Die Art und Weise, wie er mir die Ursachen meiner Schmerzen erläuterte und die Empfehlungen für künftige Behandlungen ließen auch psychologisches Einfühlungsvermögen und pädagogisches Geschick erkennen.

Damit war der richtige Referent gefunden für die Aus- und Weiterbildung der Trainer im Leichtathletik-Verband Sachsen.

Während meiner Tätigkeit als Lehrwart des Leichtathletik-Verbandes Sachsen bis zum Jahr 2006 war Herr Sieg zu folgenden Themen in der Aus- und Weiterbildung von Trainern C und B als Referent tätig:

- „Steigerung der Belastungsverträglichkeit im leistungsorientierten leichtathletischen Grundlagentraining durch die Beseitigung von muskulären Defiziten und durch gezielte Prophylaxe von Verletzungen“.
- „Probleme der Wiederherstellung und Prophylaxe im Nachwuchs - und Hochleistungssport unter dem Aspekt der Erhöhung der Belastungsverträglichkeit“.

Einschätzung der Lehrtätigkeit in der Theorie und Praxis

(diese Einschätzung beruht auf meinen gezielten Hospitationen in einigen Unterrichtsstunden von Herrn Sieg)

Die Arbeit von Herrn Sieg gefiel besonders durch seine Selbstständigkeit, Zuverlässigkeit und große Kreativität.

Durch die Verknüpfung seines Wissens und Könnens als Physiotherapeut mit der Trainingsmethodik und seine eigenen leistungssportlichen Erfahrungen gelang es ihm, den wissenschaftlich fundierten Unterrichtsstoff praxisbezogen darzubieten.



- 2 -

Hervorzuheben sind weiterhin

- die umfangreich erarbeiteten und zur aktiven Mitarbeit motivierenden Lehrmaterialien für die Kursteilnehmer,
- die Unterrichtsführung einschließlich der hervorragenden Präsentation des dargebotenen Stoffes,
- die Fähigkeit des Referenten, in die Schwerpunktthematik „Belastungserhöhung“ solche generellen Maßnahmen zur Gesundheitsförderung und damit zur Leistungssteigerung wie Ernährung und Hygiene mit einzubeziehen sowie auch auf die Bedeutung vielfältiger Risikofaktoren hinzuweisen,
- die Vielfalt der Übungsbeispiele mit den unterschiedlichsten Geräten zur Kräftigung/ Stabilisation/Mobilisation/Dehnung/Entlastung - differenziert für die speziellen Anforderungen in den Sprung-, Wurf- und Laufdisziplinen,
- die ständigen – und auch erfolgreichen Bemühungen, zwischen Wissensvermittlung und Trainings- und Wettkampferfahrungen der Kursteilnehmer Bezüge herzustellen.

Die von Herrn Sieg didaktisch-methodisch sehr gut vorbereiteten und durchgeführten Unterrichtsstunden in Theorie- und Praxis trugen wesentlich dazu bei, bei den Trainern das Interesse für diese außerordentlich wichtige, aber auch komplizierte Problematik zu wecken und damit ihr Verantwortungsbewusstsein gegenüber der Gesundheit der Sportler zu entwickeln.

Herr Sieg verfügt sowohl über die fachlichen, methodischen, aber auch sozialen Kompetenzen, um erfolgreich als Referent in der Aus- und Weiterbildung in den Bereichen des Leistungssports, des Freizeit- und Gesundheitssports und in der Rehabilitation arbeiten zu können.

Dr. Hans-Peter Löffler

(Dozent an der Deutschen Hochschule für Körperkultur
bis zu deren Abwicklung im Jahr 1992.
Seit 1995 Leiter des Kurses Leichtathletik
im Internationalen Trainerkurs an der Uni Leipzig)