

## AUSBILDUNG VON SKILEHRWARTEN

### I. ALLGEMEINES BILDUNGSZIEL

Der Lehrgang zur Ausbildung von Skilehrwarten hat in einem zweisemestrigen Bildungsgang unter Bedachtnahme auf § 1 des Bundesgesetzes über Schüler zur Ausbildung von Leibeserziehern und Sportlehrern zur Aufgabe, die Teilnehmer eingehend mit den fachlichen und erzieherischen Anforderungen eines Skilehrwartes vertraut zu machen. Skilehrwart im Sinne dieser Verordnung ist eine nach den folgenden Bestimmungen ausgebildete und qualifizierte fachkundige Person, die befähigt ist, einen dem österreichischem Skilehrplan entsprechenden Übungsbetrieb im Skilauf im Breitensport zu leiten und im Leistungssport vorzubereiten.

### II. STUNDENTAFEL

(Gesamtstundenzahl und Einzelausmaß der einzelnen Unterrichtsgegenstände. Hie bei ist bei jedem Unterrichtsgegenstand das Wochenstundenausmaß bei einem Unterricht während eines gesamten Semesters, daneben in Klammern das gesamte Stundenausmaß im Falle der Einbeziehung von Formen des Fernunterrichtes angegeben.)

A. Pflichtgegenstände	1. Semester		2. Semester		Summe	
I. Theorie						
1. Religion	1,0	(5,0)	-	-	1,0	(5,0)
2. Deutsch	0,5	(2,5)	-	-	0,5	(2,5)
3. Lebende Fremdsprache	1,0	(5,0)	-	-	1,0	(5,0)
4. Politische Bildung und Organisationslehre	-	-	0,5	(2,5)	0,5	(2,5)
5. Betriebskunde und Kaufmännisches Rechnen	0,5	(2,5)	-	-	0,5	(2,5)
6. Geschichte der Leibesübungen (des Sports)	-	-	0,5	(2,5)	0,5	(2,5)
7. Gerätekunde und Sportstättenbau	1,0	(5,0)	1,0	(5,0)	2,0	(10,0)
8. Sportbiologie (Funktionelle Anatomie, Physiologie und Gesundheitserziehung)	1,5	(7,5)	1,0	(5,0)	2,5	(12,5)
9. Erste Hilfe	-	-	1,5	(7,5)	1,5	(7,5)
10. Sportpsychologie und Lebenskunde	1,5	(7,5)	-	-	1,5	(7,5)
11. Pädagogik, Didaktik und Methodik	1,0	(5,0)	2,0	(10,0)	3,0	(15,0)
12. Bewegungslehre und Biomechanik	1,5	(7,5)	2,0	(10,0)	3,5	(17,5)
13. Trainingslehre	1,0	(5,0)	2,5	(12,5)	3,5	(17,5)
14. Wettkampfbestimmungen und Regelkunde	1,5	(7,5)	-	-	1,5	(7,5)
15. Audiovisuelle Hilfsmittel und Fachliteratur	0,5	(2,5)	-	-	0,5	(2,5)
16. Schnee- und Lawinenkunde	2,0	(10,0)	2,0	(10,0)	4,0	(20,0)
17. Skilauf und Umwelt	1,0	(5,0)	-	-	1,0	(5,0)
II. Praxis						
18. Unterrichtspraxis und Eigenkönnen im Skilauf	7,0	(35,0)	8,0	(40,0)	15,0	(75,0)
19. Praktisch-methodische Übungen	2,0	(10,0)	3,0	(15,0)	5,0	(25,0)
	24,5	(122,5)	24,0	(120,0)	48,5	(242,5)

## **B. Unterrichtspraxis**

Nachweis einer 30tägigen einschlägigen Praxiszeit zwischen dem 1. und 2. Semester, wobei bis zu 20 Tage bereits vor dem Eintritt in die Ausbildung eingebracht werden können.

## **C. Freigegegenstand**

20. Praktikum | 3,0 (15,0) | 3,0 (15,0) | 6,0 (30,0)

## **III. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN UND DIDAKTISCHE GRUNDSÄTZE**

Sollte der Lehrgang unter Einbeziehung von Fernunterricht durchgeführt werden, so ist zu Beginn des Bildungsganges bei Ausgabe des Lehrmaterials eine entsprechende und ausreichende Erklärung zu geben. Die Unterlagen für den Fernunterricht sind so zu gestalten, daß deren Inhalt und Umfang auf einen normal laufenden Ausbildungslehrgang Bedacht nehmen. Das festgelegte Lehrziel muß auch bei Einbeziehung von Fernunterricht erreicht werden.

In den einzelnen Unterrichtsstunden ist die pädagogische und erzieherische Zielsetzung zu berücksichtigen. In allen Gegenständen, besonders in den theoretischen, ist auf die spätere Berufsausübung des Lehrwartes Bedacht zu nehmen. Der Lehrstoff ist zum besseren Verständnis und zur leichteren Anwendung in der Praxis unter Heranziehung von Anschauungs-material wie Filmen, Demonstrationen usw. darzubieten. Fächerübergreifender Unterricht ist anzustreben, und auf die Querverbindungen in den einzelnen Gegenständen ist hinzuweisen. In den praktischen Übungen sind methodische Hinweise zu geben. Die Teilnehmer sind zu Selbständigkeit anzuregen.

## **IV. LEHRPLÄNE FÜR DEN RELIGIONSUNTERRICHT**

(Bekanntmachung gemäß § 2 Abs. 2 des Religionsunterrichtsgesetzes)

### **a) Katholischer Religionsunterricht**

Die Bestimmungen des Lehrplanes in Anlage A.1 sind sinngemäß anzuwenden.

### **b) Evangelischer Religionsunterricht**

#### **Bildungs- und Lehraufgaben:**

Wie Anlage A.1

#### **Lehrstoff:**

Aus dem in Anlage A.1 angegebenen Lehrstoff sind jene Themen auszuwählen, die in besonderer Weise dem Berufsbild entsprechen.

## **V. BILDUNGS- UND LEHRAUFGABE DER EINZELNEN UNTERRICHTS- GEGENSTÄNDE, AUFTEILUNG DES LEHRSTOFFES**

### **1. R E L I G I O N**

Siehe Abschnitt IV.

### **2. D E U T S C H**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Verbessern des mündlichen und schriftlichen Ausdrucks.

#### **Lehrstoff:**

#### **1. S e m e s t e r (0,5 Wochenstunden)**

Einführung in die Fachterminologie; Schreiben von wichtigen Fremdwörtern und Sportausdrücken; Schulung des mündlichen Ausdrucks durch Referate und Diskussionen; Protokollführung; Schriftverkehr mit Behörden; Referate und Diskussionen über spezielle Sportthemen.

### 3. LEBENDE FREMDSPRACHE

#### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Einführung in die Sportsprache.

#### 1. Semester (1 Wochenstunde)

Festigen der einfachsten grammatikalischen Regeln; Erweitern des fachspezifischen Wortschatzes, einfache Konversation.

### 4. POLITISCHE BILDUNG UND ORGANISATIONSLEHRE

#### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Hinführen zum Verständnis für und zum verantwortungsvollen Gebrauch von staatsbürgerlichen und sportbiologischen Institutionen.

#### **Lehrstoff:**

#### 2. Semester (0,5 Wochenstunden)

Stellenwert und Organisation des Sports im Rahmen der bundesstaatlichen demokratischen Staatsform Österreichs; organisatorischer Aufbau und gesetzliche Verankerung des Sports.

### 5. BETRIEBSKUNDE UND KAUFMÄNNISCHES RECHNEN

#### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Anleitung zur ökonomischen Führung eines Betriebes (Vereines usw.) und zur Anwendung der für die Sportart relevanten Rechengänge.

#### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester (0,5 Wochenstunden)

Einfache Buchhaltung; Berechnungsarten bei Zeitnehmungssystemen; Einsatz elektronischer Hilfsmittel im Sport (Taschenrechner, EDV, PC); formelhafte Darstellung und einfache Testverrechnung in der Biomechanik.

### 6. GESCHICHTE DER LEIBESÜBUNGEN (DES SPORTS)

#### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Vermittlung von historischen und gesellschaftlichen Grundlagen des Sports.

#### **Lehrstoff:**

#### 2. Semester (0,5 Wochenstunden)

Entwicklung des Sports mit besonderer Berücksichtigung der Sparte; die Olympischen Spiele in der Antike und Neuzeit.

### 7. GERÄTEKUNDE UND SPORTSTÄTTENBAU

#### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Wissen um die Verwendung und Pflege der speziellen Geräte (Ausrüstung) sowie Gestaltung und Anlegen gerechter Sportstätten für die Sparte (Pistenbau usw.).

#### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester (1 Wochenstunde)

Zweckmäßige, dem Können angepaßte Ausrüstung, ihre Pflege und Wartung zur Erhaltung der Funktionstüchtigkeit.

#### 2. Semester (1 Wochenstunde)

Anlegen von Abfahrts- und Slalomspisten; Raum- und Funktionsprogramm; Lagebestimmungen für die verschiedenen Sportstätten.

## 8. SPORTBIOLOGIE (FUNKTIONELLE ANATOMIE, PHYSIOLOGIE UND GESUNDHEITSERZIEHUNG)

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Darstellung sportbiologischer Zusammenhänge als Grundlage für ein gezieltes Wirken des Lehrwerts im Breiten- und Gesundheitssport. Hinweise auf den Leistungssport. Genaue Kenntnis des menschlichen Körpers und seiner Funktionen. Erkennen und Vermeiden von Störungen am Bewegungsapparat. Verständnis für die Grenzen der menschlichen Leistungsfähigkeit. Wissen um grundsätzliche Fragen der Sporthygiene. Verstehen der Problematik des Dopings.

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester (1,5 Wochenstunden)

Aufbau und Funktion der Zelle; Gewebelehre; Aufbau des Skeletts und des Stütz- und Bewegungsapparates; Entstehung einer Bewegung; Muskel und Muskelstoffwechsel; Herz und Kreislauf; Atmung; Ernährung und Verdauung; Nervensystem; Doping: Bestimmungen, Arten, Auswirkungen.

#### 2. Semester (1 Wochenstunde)

Grundlagen der Sport- und Leistungsphysiologie; Physiologische Besonderheiten der Altersgruppen; Muskelfunktionen; Schäden am Bewegungsapparat; Tests; Leistungsdiagnostik; Hygiene im Sport; Doping: Bestimmungen, Arten, Auswirkungen.

## 9. ERSTE HILFE

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Vermittlung von Kenntnissen, die notwendig sind, um im Ernstfall Hilfe leisten zu können.

### **Lehrstoff:**

#### 2. Semester (1,5 Wochenstunden)

Verletzungen und lebensbedrohliche Zustände (Unterkühlung, Schock, Hitzschlag, Sonnenstich usw.); richtige Versorgung unter Berücksichtigung von Herzmassage und Atemspende; Lagerung und Transport eines Verletzten; Verbandslehre.

## 10. SPORTPSYCHOLOGIE UND LEBENSKUNDE

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Wissen um eine adäquate Betreuung vor, in und nach dem Übungsbetrieb sowie um eine sinnvolle Lebensführung.

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester (1,5 Wochenstunden)

Stellenwert und Möglichkeiten der Sportpsychologie; Persönlichkeit des Sportlers, des Trainers; Lernen; Motivation; Grundkenntnisse der Gruppenarbeit; Wettkampfbetreuung.

## 11. PÄDAGOGIK, DIDAKTIK UND METHODIK

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Wissen um richtige Maßnahmen zur Führung und Ausbildung von Erwachsenen und Jugendlichen.

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester (1 Wochenstunde)

Grundbegriffe der Pädagogik, Didaktik und Methodik mit Hinweisen auf die Sparte; Erziehungsziele; der Lehrwart als Erzieher; Lehrmethoden.

#### 2. Semester (2 Wochenstunden)

Festigung des Stoffes des 1. Semesters mit besonderer Betonung der methodischen Hilfen spezieller Art; Gliederung einer Trainingseinheit.

## 12. BEWEGUNGSLEHRE UND BIOMECHANIK

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Wissen um die Grundlagen der Bewegungslehre mit Berücksichtigung spartenspezifischer Bewegungsabläufe zum Verständnis der Sportmotorik.

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester (1,5 Wochenstunden)

Sportmotorische Prinzipien (Ökonomie, Zweckmäßigkeit, Ästhetik usw.); sportmotorische Grundeigenschaften und sportmotorische Eigenschaften (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer usw.); Bewegungseigenschaften (Grob- und Feinkoordination usw.) und ihre Verbesserung; einfache Testverfahren.

#### 2. Semester (2 Wochenstunden)

Anwenden der im 1. Semester erworbenen Kenntnisse in Theorie und Praxis; einfache Fragen der Biomechanik; spezielle Fragen der Bewegungslehre und Biomechanik.

## 13. TRAININGSLEHRE

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Wissen um die Grundlagen für die Vorbereitung und Durchführung eines sachgemäßen Übungsbetriebes sowie um trainingstheoretische Grundlagen für die Trainingsplanung und -gestaltung in der Sparte.

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester (1 Wochenstunde)

Leistungsbestimmende Faktoren; funktionelle Anpassung; Belastungskomponenten.

Trainingsziele, -inhalte, -mittel und -methoden; Training der motorischen Eigenschaften.

Entwicklung der sportlichen Leistungsfähigkeit; Besonderheiten im Übungsbetrieb mit Jugendlichen.

Trainingsplanung; Regeneration; Testverfahren.

#### 2. Semester (2,5 Wochenstunden)

Konkrete Maßnahmen für einen spartenspezifischen Übungsbetrieb; Methoden der Sportsparte mit besonderer Berücksichtigung des Trainingsaufbaues in bezug auf eine einzelne Trainingseinheit sowie auf eine längere Trainingsperiode.

Fehlerkorrektur; spartenspezifische Testverfahren.

## 14. WETTKAMPFBESTIMMUNGEN UND REGELKUNDE

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Sicherheit im Anwenden der Wettkampfbestimmungen und des Regelwissens auch im Hinblick auf taktische Maßnahmen.

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester (1,5 Wochenstunden)

Bestimmungen und Vorschriften der Sparte im Detail und ihre Anwendung im Wettkampf; Behandeln der verschiedenen Organisationsfragen und Fragen der Wettkampfdurchführung.

## 15. AUDIOVISUELLE HILFSMITTEL UND FACHLITERATUR

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Wissen um den Gebrauch audiovisueller Hilfsmittel und der einschlägigen Fachliteratur.

### **Lehrstoff:**

#### 1. Semester (0,5 Wochenstunden)

Audiovisuelle Hilfsmittel und ihre Verwendung in der Praxis; spartenspezifische Fachliteratur.

## 16. S C H N E E - U N D L A W I N E N K U N D E

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Verstehen der physikalischen und meteorologischen Voraussetzungen der Schneedecke zum Entstehen von Lawinen.

### **Lehrstoff:**

1. S e m e s t e r (2 Wochenstunden)  
Schnee- und Geländebeschaffenheit; Entstehung von Lawinen.
2. S e m e s t e r (2 Wochenstunden)  
Verhalten im Gelände vor allem bei Lawinengefahr; Rettungsmaßnahmen bei Lawinenabgang.

## 17. S K I L A U F U N D U M W E L T

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Verständnis für die Veränderungen und Belastung der Umwelt durch den Skisport. Wissen um Lösungsansätze zur Vermeidung weiterer Schädigungen.

### **Lehrstoff:**

1. S e m e s t e r (1 Woche) (1 Woche)  
Schadensursachen, die durch die Verkehrsmittel (Autos usw.), die Infrastruktur, den Pistenbau, die Erzeugung von Kompaktschnee entstehen; Probleme, die durch den Varianten- und Tourenskilauf sowie durch den Skilanglauf verursacht werden. Maßnahmen, welche die Belastungen der Natur verringern bzw. vermeiden helfen, ohne die positiven Werte des Skisports zu schmälern.

## 18. U N T E R R I C H T S P R A X I S U N D E I G E N K Ö N N E N I M A L P I N E N S K I L A U F

1. S e m e s t e r (7 Wochenstunden)
2. S e m e s t e r (8 Wochenstunden)  
Siehe Anlage A.8, Gegenstand 24

## 19. P R A K T I S C H – M E T H O D I S C H E Ü B U N G E N

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Wissen um die Praxis des Unterrichts- bzw. Übungsbetriebes.

### **Lehrstoff:**

1. S e m e s t e r (2 Wochenstunden)  
Ausgewählte Unterrichtsverfahren, Lernmethoden, methodische Reihen; Betriebs- und Organisationsformen; methodische Hilfsmittel.
2. S e m e s t e r (3 Wochenstunden)  
Siehe Lehrstoff 1. Semester, jedoch ergänzt durch Lahrauftritte.

## 20. P R A K T I K U M

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Festigen des spartenspezifischen Eigenkönnens.

### **Lehrstoff:**

1. S e m e s t e r (3 Wochenstunden)
2. S e m e s t e r (3 Wochenstunden)  
Verbessern des Eigenkönnens durch Üben.