

INSTRUKTORAUSBILDUNG FÜR SNOWBOARDEN

I. Allgemeines Bildungsziel

Der Lehrgang zur Ausbildung von Instruktoren für Snowboarden hat in einem einsemestrigen Bildungsgang unter Bedachtname auf § 1 des Bundesgesetzes über Schulen zur Ausbildung von Leibeserziehern und Sportlehrern zur Aufgabe, die Teilnehmer eingehend mit den fachlichen und erzieherischen Aufgaben eines Lehrwartes für Snowboarden vertraut zu machen. Instruktor für Snowboarden im Sinne dieser Verordnung ist eine nach den folgenden Bestimmungen ausgebildete und qualifizierte fachkundige Person, die befähigt ist, im Grundlagen- und Aufbautraining des Snowboardens zu unterweisen und insbesondere im Wettkampf zu betreuen.

II. Stundentafel

(Gesamtstundenzahl und Stundenausmaß der einzelnen Unterrichtsgegenstände. Hierbei ist bei jedem Unterrichtsgegenstand das Wochenstundenausmaß und daneben in Klammern das gesamte Stundenausmaß im Falle der Einbeziehung von Formen des Fernunterrichtes angegeben.)

A. Pflichtgegenstände	1. Semester	
I. Theorie:		
1 Religion	1,0	(5,0)
2 Deutsch	0,5	(2,5)
3 Politische Bildung und Organisationslehre	0,5	(2,5)
4 Betriebskunde und Kaufmännisches Rechnen	0,5	(2,5)
5 Geschichte der Leibesübungen (des Sports)	0,5	(2,5)
6 Sportbiologie (Funktionelle Anatomie, Physiologie und Gesundheitserziehung)	2,0 - 3,0	(10,0 - 15,0)
7 Erste Hilfe	1,5	(7,5)
8 Sportpsychologie und Lebenskunde	1,5	(7,5)
9 Pädagogik, Didaktik und Methodik	1,5 - 2,5	(7,5 - 12,5)
10 Bewegungslehre und Biomechanik	1,5 - 2,5	(7,5 - 12,5)
11 Trainingslehre	3,0 - 4,0	(15,0 - 20,0)
12 Audiovisuelle Hilfsmittel und Fachliteratur	0,5	(2,5)
13 Seminar für Fachfragen - Alpine Gefahren	1,0 - 2,0	(5,0 - 10,0)
14 Gerätekunde und Sportstättenbau	1,0	(5,0)
15 Wettkampfbestimmungen und Regelkunde	0,5	(2,5)
16 Snowboarden und Umwelt	0,5	(2,5)
II. Praxis:		
17 Allgemeine praktisch methodische Übungen	3,0	(15,0)
18 Spezielle praktische Übungen	4,0	(20,0)
19 Spezielle praktisch methodische Übungen	5,0	(25,0)
	12,0	(160)
B Pflichtpraktikum		
Außerhalb des Unterrichtes im Ausmaß von 20 Übungseinheiten	4,0	(20,0)
C Freigegegenstand		
Aktuelle Fachgebiete	4,0	(20,0)

Die Wochenstundenzahl von 32 darf nicht überschritten werden!

III. Allgemeine Bestimmungen und didaktische Grundsätze

Sollte der Lehrgang unter Einbeziehung des Fernunterrichtes durchgeführt werden, ist zu Beginn des Bildungsganges bei Ausgabe des Lehrmaterials eine entsprechende und ausreichende Einführung 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 des Fernunterrichtes 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 Lehrwärters für Snowboarden Bedacht zu nehmen. Der Lehrstoff ist zum besseren Verständnis und zur leichteren Anwendung in der Praxis unter Heranziehung von Anschauungsmaterial 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 zur Selbständigkeit anzuregen.

IV. LEHRPLÄNE FÜR DEN RELIGIONSUNTERRICHT

(Bekanntmachung gemäß J 2 Abs. 2 des Religionsunterrichtsgesetzes)

a) Katholischer Religionsunterricht

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

b) Evangelischer Religionsunterricht

Bildungs- und Lehraufgabe: 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 LEHRAUFGABEN DER EINZELNEN UNTERRICHTS- GEGENSTÄNDE, AUFTEILUNG DES LEHRSTOFFES

1. RELIGION

Siehe Abschnitt IV.

2. DEUTSCH

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verbesserung des mündlichen und schriftlichen Ausdrucks.

Lehrstoff:

(0,5 Wochenstunden)

Einführung in die Fachterminologie; Protokollführung; Führung von Diskussionen und Referaten; Schriftverkehr mit Behörden.

3. POLITISCHE BILDUNG UND ORGANISATIONSLEHRE

Bildungs- und Lehraufgabe:

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

Lehrstoff:

(0,5 Wochenstunden)

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

4. BETRIEBSKUNDE UND KAUFMÄNNISCHES RECHNEN

Bildungs- und Lehraufgabe:

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

Lehrstoff:

(0,5 Wochenstunden)

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

5. GESCHICHTE DER LEIBESÜBUNGEN (DES SPORTS)

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verstehen der historischen Grundlagen des Snowboardens mit besonderen Hinweisen auf Österreich.

Lehrstoff:

(0,5 Wochenstunden)

Überblick über die Entwicklung des Snowboardsports. Darlegung der einzelnen Schwerpunkte, sowie Aufzeigen der hierfür verantwortlichen Hintergründe.

6. SPORTBIOLOGIE (FUNKTIONELLE ANATOMIE, PHYSIOLOGIE UND GESUNDHEITSERZIEHUNG)

Bildungs- und Lehraufgabe:

Darstellung sportbiologischer Zusammenhänge als Grundlage eines gezielten Wirkens des Lehrwartes 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:

(2 - 3 Wochenstunden)

Aufbau und Funktion der Zelle; Gewebelehre; Aufbau des Skeletts und des Stütz- und Bewegungsapparates; Entstehung einer Bewegung; Muskel- und Muskelstoffwechsel; Herz und Kreislauf; Ernährung und Verdauung; Nervensystem; physiologische Besonderheiten der Altersgruppen; Schäden am Bewegungsapparat; Muskelfunktionen; Tests; Leistungsdiagnostik; Hygiene im Sport; Doping; Bestimmungen, Arten, Auswirkungen.

7. ERSTE HILFE

Bildungs- und Lehraufgabe:

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

Lehrstoff:

(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; Verbandslehrer.

8. SPORTPSYCHOLOGIE UND LEBENSKUNDE

Bildungs- und Lehraufgabe:

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

Lehrstoff:

(1,5 Wochenstunden)

Stellenwert und Möglichkeiten der Sportpsychologie; Persönlichkeit des Sportlers, des Trainers; Lernen; Motivation; Grundkenntnisse der Gruppenarbeit; Wettkampfbetreuung. Behandeln von speziellen psychologischen Fragen des Snowboardsports

9. PÄDAGOGIK, DIDAKTIK UND METHODIK

Bildungs- und Lehraufgabe:

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

Lehrstoff:

(1,5 - 2,5 Wochenstunden)

Grundbegriffe der Pädagogik, Didaktik und Methodik mit Hinweisen auf die Sparte;

Erziehungsziele, der Lehrwart als Erzieher; Gliederung einer Trainingseinheit; Lehrmethoden, methodische Hilfsmittel, methodische Übungsreihen.

10. BEWEGUNGSLEHRE UND BIOMECHANIK

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um die Grundlagen der Bewegungslehre mit Berücksichtigung spartenspezifischer Bewegungsabläufen zum Verständnis der Sportmotorik. Wissen um die Motorik und die Bewegungsentwicklung.

Lehrstoff:

(1,5 - 2,5 Wochenstunden)

Sportmotorische Prinzipien, sportmotorische Eigenschaften, motorisches Lernen; Bewegungseigenschaften, einfache Testverfahren; Spezielle Fragen der Bewegungslehre und Biomechanik (wettkampfspezifische Renntechniken); Stufen der Bewegungsentwicklung; Fahrtechniken; Bewegungsanalysen.

11. 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:

(3,0 - 4,0 Wochenstunden)

Leistungsbestimmende Faktoren; funktionelle Anpassung, Belastungskomponenten.

Trainingsziele, -inhalte, -mittel und -methoden.

Entwicklung der sportlichen Leistungsfähigkeit; Besonderheiten im Übungsbetrieb mit Jugendlichen.

Trainingsplanung; Regeneration; Testverfahren.

Konkrete Maßnahmen für einen spartenspezifischen Übungsbetrieb; Fehlerkorrektur; spartenspezifische Testverfahren.

12. AUDIOVISUELLE HILFSMITTEL UND FACHLITERATUR

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um den Gebrauch audiovisueller Hilfsmittel und einschlägiger Fachliteratur.

Lehrstoff:

(0,5 Wochenstunden)

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

13. SEMINAR FÜR FACHFRAGEN

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verarbeiten von spartenspezifischen Themen als Vorbereitung auf die Unterrichtstätigkeit

Lehrstoff:

(1,0 - 2,0 Wochenstunden)

Spezielle Themen aus der Sportsparte (Kurssetzen). Vermitteln von umfassenden Kenntnissen für die Betreuung von Kindern und Jugendlichen in den verschiedenen Situationen (Wettkampf, Training usw.); Sportmassage; Behandeln von speziellen psychologischen Fragen der Sparte; alpine Gefahren; Gefahrenbewußtsein

14. 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:

(1,0 Wochenstunde)

Zweckmäßige, dem Können angepaßte Ausrüstung, ihre Pflege und Wartung zur Erhaltung der Funktionstüchtigkeit; Anlegen von Riesenslalom und Slalomspisten; Halfpipe; Obstacle; Boardcross.

15. WETTKAMPFBESTIMMUNGEN UND REGELKUNDE

Bildungs- und Lehraufgabe:

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

Lehrstoff:

(0,5 Wochenstunden)

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

16. SNOWBOARDEN UND UMWELT

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verständnis für die Veränderungen und die Belastung der Umwelt durch den Snowboardsport; Wissen um die allgemeinen und speziellen Umweltprobleme und deren Lösungsversuche.

Lehrstoff:

(0,5 Wochenstunden)

Schadensursachen, die durch die Verkehrsmittel (Autos etc.), die Infrastruktur, den Pistenbau, die Erzeugung von Maschinenschnee entstehen; Probleme, die durch das Snowboarden verursacht werden. Maßnahmen, welche die Belastungen der Natur verringern bzw. vermeiden helfen, ohne die positiven Werte des Snowboardsports zu schmälern.

17. ALLGEMEINE PRAKTISCH METHODISCHE ÜBUNGEN

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verbesserung der sportlichen Leistungsfähigkeit; Wissen um die diversen Formen der allgemeinen und speziellen Konditionsschulung und Techniks Schulung unter besonderer Berücksichtigung des Snowboardens. Aufwärmen und spezielle regenerative und ausgleichende Übungen sowie Dehnungsübungen und Nachbelastungstraining.

Lehrstoff:

(3,0 Wochenstunden):

Betriebs- und Organisationsformen; allgemeine Konditionsschulung und Techniks Schulung Konditionsschulung im Bereich der leistungsbestimmenden Belastungskomponenten für den Snowboardsport; Hinweise auf Schädigungsmöglichkeiten im sportlichen Training; Möglichkeiten zur Kontrolle des Trainingszustandes.

18. SPEZIELLE PRAKTISCHE ÜBUNGEN

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verbessern des Eigenkönnens im Hinblick auf einwandfreies Demonstrieren.

Lehrstoff:

(4,0 Wochenstunden)

Handhabung von Board und Bindung, Übungen auf dem Board in der Ebene, Rutschen in der Falllinie, Rutschen aus der Falllinie, Driftschwung, Driftschwung mit Kantabstoß, geschnittener Schwung, Schwungformen, Stangenfahren und Boardercross.

19. SPEZIELLE PRAKTISCH METHODISCHE ÜBUNGEN

Bildungs- und Lehraufgabe:

Die in den Lehrbereichen angesprochenen Lehrinhalte sind als jenes praktische Eigenkönnen (spezielles Fertigniveau) sicherzustellen, das zur personen- und sachgerechten Demonstration spezieller Bewegungsabläufe zum Zweck des visuellen Lernens erforderlich ist (z.B. Demonstration von wichtigen Bewegungsabläufen ...). In gleicher Weise ist die unterrichtspraktische Erfahrung einschließlich sprachlicher, organisatorischer und pädagogischer Fähigkeiten zu vermitteln.

Lehrstoff:

(5,0 Wochenstunden)

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen setzen können, daß:

im Lehrbereich Handhabung von Board und Bindung

Schüler zur eigenen Sicherheit und zum Schutz anderer zum sicheren Umgang mit dem Board und zur Auseinandersetzung mit den Sicherheitsregeln gebracht werden.

im Lehrbereich Übungen auf dem Board in der Ebene

Schüler an das Board in Ruhe und Bewegung gewöhnt werden und ihnen das Gefühl für das Gleichgewicht und für die Positionen auf dem Board (Stand- und Fahrposition) vermittelt wird.

im Lehrbereich Rutschen in der Falllinie

Schüler das Auslösen, Steuern und Beenden des Rutschens in der Falllinie lernen (Frontside und Backside).

im Lehrbereich Rutschen aus der Falllinie

Schüler das Auslösen, Steuern und Beenden des Rutschens aus der Falllinie (Frontside und Backside) sowie das sichere Queren eines Hanges lernen.

im Lehrbereich Driftschwung

Schüler, die das Rutschen in und aus der Falllinie beherrschen, über die Fahrposition, Vertikalbewegung nach unten und Streckeschub zum Frontside und Backside Driftschwung gebracht werden.

im Lehrbereich Driftschwung mit Kantabstoß

Schüler, die den Driftschwung beherrschen, über die Fahrposition und Vertikalbewegung nach oben mit aktivem Kantadruck zum Frontside- und Backside Driftschwung mit Kantabstoß gebracht werden.

im Lehrbereich Geschnittener Schwung

Schüler über die Driftschwünge zum geschnittenen Schwung über die Falllinie (Frontside und Backside) gebracht werden.

im Lehrbereich Schwungformen

Schüler zum Schwingen mit zusätzlichen Drehbewegungen und stärkerer Innenlage gebracht werden.

im Lehrbereich Stangenfahren und Boardercross

Schüler das Fahren auf die Stangenabstände abstimmen lernen sowie das Fahren über Wellen, durch Buckeln oder durch Steilkurven erlernen.

Eignungsprüfung im Lehrgang zur Ausbildung von Instruktoren für Snowboarden:

Die Eignungsprüfung im Lehrgang zur Ausbildung von Lehrwarten für Snowboarden umfaßt:

Schulische Schwungformen (gedriftete Schwünge, geschnittene Schwünge)

Geschnittene Schwünge mit Rhythmuswechsel

Schwünge in Renntechnik um Torlaufstangen (ohne Zeitmessung)

Abschlußprüfung im Lehrgang zur Ausbildung von Instruktoren für Snowboarden

Die Abschlußprüfung im Lehrgang zur Ausbildung von Lehrwarten für Snowboarden umfaßt:

Je eine mündliche Prüfung in

aa) Sportbiologie

bb) Bewegungslehre und Biomechanik

cc) Trainingslehre

Je eine praktische Prüfung in

aa) Snowboardtechnik (Schule und Gelände)

bb) Spezielle praktisch methodische Übungen (Lehrauftritt)