



## Übungsleiterfortbildung im NSV

### Allgemein

In unseren Fortbildungslehrgängen vermitteln wir Übungsleitern und Instruktoern die neuesten Inhalte und Trends im Lehrwesen. Die notwendige zeitliche wie inhaltliche Begrenzung der Ausbildung macht eine regelmäßige Fortbildung notwendig. In dieser sollen die bisher vermittelten Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten aktualisiert und vertieft werden. Hier werden ebenso ergänzende und weiterführende Ausbildungsthemen angeboten.

Die Inhalte der Fortbildungen werden in einem Wochen- bzw. Tagesplan strukturiert. Ein beispielhafter Wochenplan ist am Ende dieses Handouts eingefügt. In den Fortbildungen der Wochenlehrgänge „FB 4 Verbesserung des pers. Fahrkönnens“, „FB 5 Vorbereitung auf die DSV-Skilehrer-Ausbildung“, „FB 2 Rennlauf und sportliches Fahren“ sowie - wenn möglich - in der „FB 1 Lehrerfortbildung“ werden zwei „Wahltag“ in das Fortbildungsprogramm integriert.

### Durchführung „Wahltag“

„Wahltag“ bedeutet, dass die Ausbilder gemeinsam Themen für diesen Stationsbetrieb auswählen, die rechtzeitig im Vorfeld ausgehängt werden.

Die Fortbildungsteilnehmer tragen sich bis zu einem abgesprochenen Zeitpunkt in die Angebotsliste ohne Zuordnung zu Ausbildern ein. Je nach (themenabhängiger) Teilnehmerzahl und Ausbilderabsprache werden alle oder eine Auswahl der Themen angeboten und spätestens zum Frühstück des „Wahltag“ eine Gruppeneinteilung ausgehängt (gemischte Gruppen).

### Zielsetzung und Vorteile „Wahltag“

Ziel dieser Vorgehensweise ist es, ein breit gefächertes und abwechslungsreiches Angebot präsentieren zu können, bei dem jeder Übungsleiter ein regelmäßiges Update der aktuellen Ausbildungsphilosophie (Lehrplan, etc.) erhält.

Des Weiteren soll durch die Workshops mit Wahlthemen eine abwechslungsreiche und persönliche Fortbildung gestaltet, sowie ein übersichtliches Fortbildungsprogramm dargestellt werden.

Da einzelne Ausbildungsinhalte in einem Workshop mit größeren Gruppen (z.B. „Hotline Fahren“ - mit Umlaufbetrieb) durchgeführt werden können, ist es dem Ausbilderteam so auch möglich, Themen für kleineren Gruppen (z. B. „Slope & Style“) anzubieten. Ein kundenorientiertes Arbeiten steht somit im Mittelpunkt.

In Abhängigkeit der Anmeldezahlen des Lehrganges ist es ebenfalls möglich die beiden Themen „FB 5 Vorbereitung auf die DSV-Skilehrer-Ausbildung“ bzw. „Sichtung“, sowie „FB 2 Rennlauf und sportliches Fahren“ über die zweitägigen Workshops zu bedienen und hier ganz speziell auf diese Belange einzugehen.



## Beispielhafter Wochenplan

Inhalte für die Fortbildungen „FB 4 Verbesserung des pers. Fahrkönnens“ und „FB 5 Vorbereitung auf die DSV-Skilehrer-Ausbildung“

	Vormittag	Nachmittag
Tag 1	<b><u>Skisafari</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Skifahren im gesamten Skigebiet und in unterschiedlichen Situationen</li> <li>• beschreibe die Grundbegriffe des Kurvenfahrens und strukturiere die Kurvenfahrt</li> <li>• nenne die Bewegungsmerkmale für hochwertiges Kurvenfahren                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- bewege Dich auf dem Ski</li> <li>- finde eine regulierende Körperposition</li> </ul> </li> <li>• beschreibe die Grundstruktur der Bewegungen beim Kurvenfahren</li> </ul>	
Tag 2	<b><u>steigere Dein persönliches Fahrkönnen</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bei sportlichen kurzen Radien sowie mittleren Radien bei höherem Tempo</li> </ul>	<b><u>steigere Dein persönliches Fahrkönnen</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bei Pflugbögen</li> <li>• bei kurzen sowie mittleren Radien und langsamer bis sehr langsamer Fahrweise</li> </ul>
Tag 3 Tag 4	<b><u>Wahltag und Stationsbetrieb in gemischten Gruppen</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Themen der Wahltag werden individuell vor Ort ausgewählt</li> <li>• Beispielthemen                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- strukturiere Deinen Unterricht</li> <li>- Verbessere Dein Fahrkönnen im Gelände, Buckel oder Hotline</li> <li>- Einführung in Slope &amp; Style</li> <li>- Einführung in Race</li> <li>- ...</li> </ul> </li> </ul>	
Tag 5	<b><u>steigere Dein persönliches Fahrkönnen</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• und achte auf die Situation                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beziehung „wenn..., dann...“ – Situationseinfluss</li> <li>- Beziehung „um zu“ – Zusammenhang Aktion und Funktion</li> </ul> </li> </ul>	<b><u>strukturiere Deinen Unterricht – z.B.</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• übe zu Unterrichten</li> <li>• beachte die unterschiedlichen Könnensstufen</li> <li>• trainiere in Kleingruppen</li> <li>• gebe Rückmeldungen (beobachten, beurteilen, beraten)</li> <li>• nutze die Videoanalyse</li> </ul>
Tag 6	<b><u>Zusammenfassung/Schwerpunkttraining</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• fasse die Grundlagen der Skitechnik und die Bewegungsmerkmale für hochwertiges Kurvenfahren zusammen</li> <li>• fahre variabel, rhythmisch und fließend in unterschiedlichen Situationen</li> </ul>	