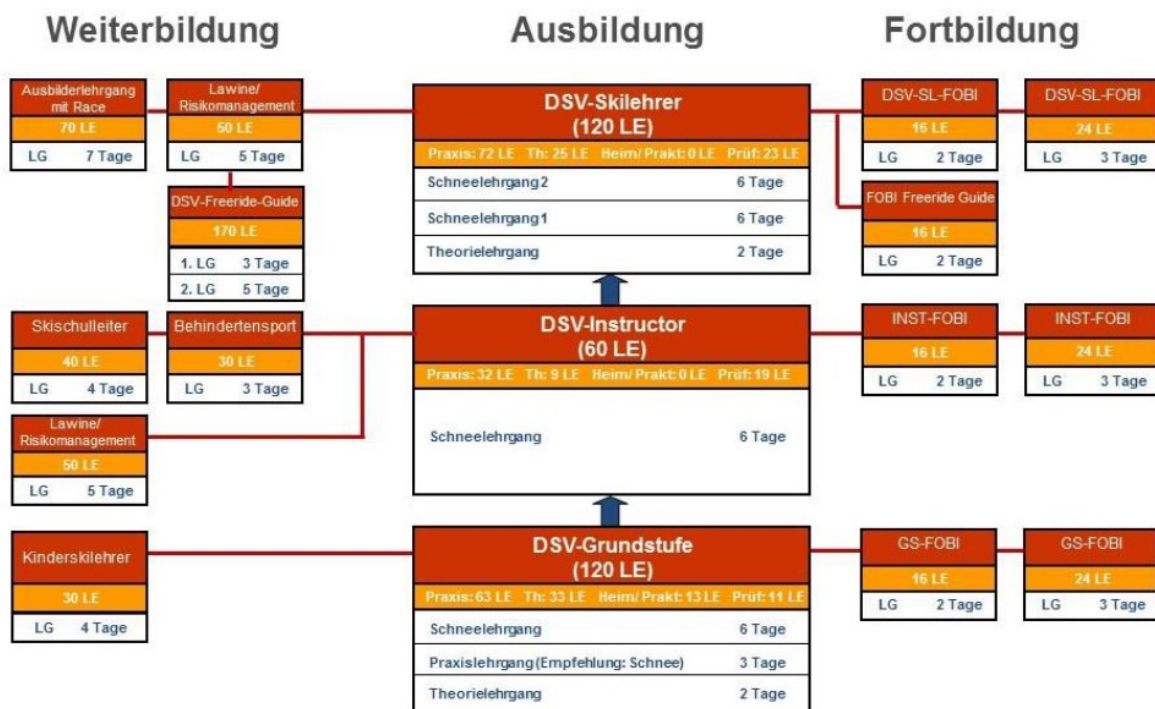




„Schule und Schneesport“ – Ausbildung zur Grundstufe (C-Trainer Breitensport) für Sportlehrkräfte

Die **DSV Grundstufe** ist die erste Ausbildungsstufe im Deutschen Skiverband. Die Ausbildung umfasst 120 Lerneinheiten je 45 Minuten, davon 63 LE Praxis, 33 LE Theorie, 13 LE Heimstudium/ Praktikum und 11 LE Prüfung.



Um Sportlehrkräften den Erwerb der C-Lizenz zu erleichtern und den im Studium erworbenen Qualifikationen Rechnung zu tragen, ermöglicht der Niedersächsische Skiverband dieser Zielgruppe eine um **40 LE verkürzte Ausbildung**. Unser Ziel dabei ist es, die Qualität des Skiunterrichts im Rahmen von Schulschifahrten weiter zu verbessern. Die C-Trainer-Lizenz berechtigt ebenso dazu, in einem Verein oder bei Skischulen als Skiübungsleiter zu arbeiten.

Die Ausbildung zum Übungsleiter Grundstufe (C-TR) orientiert sich im niedersächsischen Skiverband an den strukturellen Vorgaben des Deutschen Skiverbandes (DSV-Curriculum Alpin) und ist auf zwei Lehrgänge plus Praktikum aufgeteilt:

Theorie- und Methodiklehrgang	(2,5 Tage)	(27 LE)
Schneelehrgang	(7,5 Tage)	(80 LE)
Heimstudium/ Praktikum		(13 LE)



Sportlehrkräften werden sowohl der Theorie- und Methodiklehrgang (27 LE) als auch das Praktikum/ Heimstudium (13 LE) erlassen, da wir davon ausgehen, dass zentrale theoretische und methodische Aspekte der C-Trainer Ausbildung im Sportstudium bereits erworben worden und die im Praktikum zu erwerbende Unterrichtsroutine besteht. Ihre Ausbildung orientiert sich ferner an den Vorgaben der Bestimmungen für den Schulsport (RdErl. d. MK v. 1.9.2018 - 24 - 52 100/1 – VORIS 22410) und findet im Rahmen eines **Wochenlehrganges in den Alpen** statt.

1. Grundsätzliche Ziele der Ausbildung und der Prüfung

- Persönliches Fahrkönnen verbessern und Bewegungsformen bewerten lernen.
- Lernziele für Einsteiger und Fortgeschrittene sowie die Zielform des hochwertigen parallelen Kurvenfahrens in sportlich-souveräner Fahrweise demonstrieren können.
- Theoretische Grundlagen kennenlernen und in die Praxis umsetzen können

2. Zulassungsvoraussetzungen

- Universitätsabschluss für ein Lehramt mit Sport als Langfach / Hauptfach (Master Abschluss oder das 1. Staatsexamen) muss mit Ausbildungsbeginn vorliegen. Sportstudenten erhalten keine Zulassung zu dem verkürzten Ausbildungsweg.
- Abgeschlossenes 2. Staatsexamen für ein Lehramt mit Unterrichtsfach Sport oder zum Zeitpunkt der Ausbildung im Referendariat für ein Lehramt.
- Angemessenes skisportliches Fahrkönnen
- Nachweis an der Teilnahme an einer „Erste-Hilfe-Grundausbildung“ gemäß den „Gemeinsamen Grundsätzen zur Aus- und Fortbildung in Erster Hilfe“ der Bundesarbeitsgemeinschaft Erste Hilfe, zum Zeitpunkt der Lizenzierung nicht älter als zwei Jahre (**Umfang aktuell 9 Lerneinheiten**)
- Bestätigung der DSV-Card Bestellung/ online unter:
www.deutscherskiverband.de/ausbildung_dsv-card_lizenz_antrag_de.html

3. Inhalt des Lehrganges (Theorie, Methodik, Praxis und Prüfungen): 7,5 Tage in den Alpen.

Bereich Technik:

- Einführung und Üben der Elementarschule (Lernziele): Skifahren lernen über Winkelstellung (Bremspflug/ Pflugbögen).
- Aufwärmen und Einfahren
- Zusammenhänge von Situation, Aktion und Funktion: „Wenn-dann-“ und „Um-zu-Beziehungen“ kennenlernen.
- Skitechnik und Situation: Timing, Umfang, Richtung und Intensität
- Kurvenfahren: Belastung und Aufkanten sowie Drehimpuls und Mischformen
- Demonstrationenkönnen Pflugbogenfahren
- Training der Bewegungsmerkmale für hochwertiges paralleles Kurvenfahren
- Vermittlung einer regulierenden Körperposition über den Kurvenverlauf
- Verbesserung des persönlichen Fahrkönnens

Bereich Methodik:

- Elementarschulung: Unterrichtsstruktur (Start-Ziel), Lernen und Lehren (Didaktik/Methodik), Übungstypen und Organisationsformen, Kompetenzen
- Bewegungsanalyse (Videokorrektur)
- Kinderskikurse
- Vermittlungsformen für ängstliche oder motorisch schwächere Schülerinnen/Schüler



Bereich Theorie:

- Skilehrplan/ Grundmerkmale des Skifahrens
- Materialkunde
- Alpine Gefahren und Risikomanagement
- Sportpsychologie / Umgang mit Angst
- Recht & Sicherheit
- Skilehrplan / Bewegungslehre
- Umweltaspekte im Schneesport
- Durchführung von Skischulfahrten

4. Prüfung

Die Prüfung für die Trainer C-Lizenz Breitensport (DSV-Grundstufe) setzt sich aus den **zwei Prüfungsteilen PRAXIS und THEORIE** zusammen.

PRAXIS

Die Praxisprüfung besteht aus einem METHODIK- und einem TECHNIK-Teil.

METHODIK:

Die Methodikprüfung umfasst eine 20 min. Lehrprobe zur parallelen Skitechnik inkl. schriftlicher Ausarbeitung

TECHNIK:

Die Technikprüfung wird kontinuierlich über den gesamten Wochenverlauf abgenommen und als Tagesnoten für das technische Fahrkönnen und die Demonstrationsfähigkeit dokumentiert. Die Bewertung ergibt sich aus dem Notendurchschnitt von vor dem Lehrgang bekanntgegebenen und im Wochenplan gekennzeichneten Inhalten.

THEORIE:

Theorieprüfung (Fragen aus den Theorie- und Praxisbereichen) – entweder als Klausur (offene Fragen, Multiple-Choice, Dauer ca. 45 Min.) oder als Kolloquium (Dauer ca. 10 - 15 Min. pro Teilnehmer).

Die Benotung aller Prüfungsteile erfolgt jeweils in Halbnotenschritten von 1 bis 6.

Die Prüfung gilt als nicht bestanden, wenn einer der drei Teilbereiche TECHNIK, METHODIK oder THEORIE schlechter als 4,5 benotet ist. Die Teilprüfungen für METHODIK und THEORIE können auf Anfrage einzeln wiederholt werden. Bei Nichtbestehen des TECHNIK-Teils muss der gesamte Schneelehrgang nochmals belegt werden. Bestandene Teilprüfungen behalten innerhalb von zwei Jahren nach dem Lehrgang 2 ihre Gültigkeit.

5. Theorietemen:

Folgende Themenfelder sind prüfungsrelevant

- Sportpädagogik (Methodik/Didaktik)
- Sportpsychologie
- Sportmedizin / Erste Hilfe
- Recht & Sicherheit



- Trainingslehre
- Skilehrplan / Grundmerkmale des Skifahrens
- Sportorganisation im NSV/DSV, u. a. Organisation und Aufbau des Lehrwesens
- Materialkunde
- Alpine Gefahren und Risikomanagement
- Bewegungslehre
- Biomechanik
- Sport & Gesellschaft
- Ökologie

Durch die Anerkennung des Sportstudiums und der Lehrerausbildung werden die meisten Inhalte als bekannt vorausgesetzt. **Alle nicht bekannten Themenkomplexe sind selbstständig zu erarbeiten.**

6. Bescheinigungen

Es ist möglich im Rahmen der Ausbildung drei unterschiedliche Bescheinigungen zu erhalten.

1. Beim Bestehen der Prüfung „erfolgreiche Teilnahmebescheinigung“ und „DSV Grundstufe Ski alpin“
2. Beim Nichtbestehen der Prüfung, aber grundsätzlicher Eignung für das Betreuen einer Gruppe im Rahmen von Skilauf an Schulen „erfolgreiche Teilnahmebescheinigung“.
3. Bei keiner Eignung für das Betreuen einer Gruppe im Rahmen von Skilauf an Schulen „Teilnahmebescheinigung“ am Lehrgang.

7. Pflichtliteratur (bitte selbstständig erwerben)

Offizieller DSV-Lehrplan Ski Alpin (verbindlich für Ausbildung Ski)

Herausgeber: Deutscher Skiverband

ISBN-10: 3613507137


ISBN-13: 978-3613507135

DSV Theorielehrbuch (verbindlich für Ausbildung Ski)

Herausgeber: Deutscher Skiverband



8. exemplarischer Wochenplan zum Verständnis des Ausbildungsablaufs

 Niedersächsischer Skiverband e. V. Lehrgang 2 („Praxislehrgang“) für die Ausbildung zum Übungsleiter Grundstufe Ski Alpin (Trainer- C Breitensport)								
	Tag 1 Samstag	Tag 2 Sonntag	Tag 3 Montag	Tag 4 Dienstag	Tag 5 Mittwoch	Tag 6 Donnerstag	Tag 7 Freitag	Tag 8 Samstag
Praxis Vormittag 9 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ Uhr (4 LE) Mittagspause 12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Uhr Nachmittag 13 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ Uhr (4 LE)	Individuelle Anreise	Technik Bewegungsmerkmale ganze Kurve: <u>Körperposition,</u> <u>Rhythmus</u>	Technik Bewegungsmerkmale ganze Kurve: <u>Beininitiiierung</u> Bewegungsmerkmale Kurvensteuerung: <u>Knie und Becken zur</u> <u>Kurvenmitte,</u> <u>Oberkörperausgleich</u> <i>(Techniknote 1)</i>	Technik Bewegungsmerkmale Kurvenwechsel: <u>Körperschwerpunkt</u> <u>vor-einwärts</u> ggf. Training an individuellen Schwerpunkten innerhalb der Gruppe Videoanalyse <i>(Techniknote 2)</i>	Methodik Anfängerschulung: Bewältige die erste Abfahrt (LZ 1-LZ 7) Abbau der Pflugstellung bis zum parallelen Kurvenfahren	Technik <u>Verbesserung des</u> <u>persönlichen</u> <u>Fahrkönnens:</u> Mittlere und kurze Radien: mittleres und höheres Tempo ggf. Videoanalyse <i>(Techniknote 3)</i>	Methodik <u>Lehrproben</u> <i>(Methodiknote 2)</i>	Technik <u>Vielseitiges</u> <u>Skifahren/</u> <u>Geländevariation</u>
Arbeitskreis Vor-/Nach- bereitung (1 LE)	17 ⁰⁰ Uhr Begrüßung Allgemeines Referat Materialkunde	16 ⁰⁰ Uhr Arbeitskreis Skilehrplan/ Grundmerkmale des Skifahrens	16 ⁰⁰ Uhr Arbeitskreis	16 ⁰⁰ Uhr Arbeitskreis Bewegungslehre	16 ⁰⁰ Uhr Arbeitskreis Organisation von Skiexkursionen Rechtliche Grundlagen Erfahrungsaustausch	16 ⁰⁰ Uhr Theorieklausur anschließend Themenvergabe Lehrprobe	16 ⁰⁰ Uhr	ca. 14 ⁰⁰ Uhr Lehrgangsende Individuelle Rückmeldungen und Ausgabe der Prüfungsbögen
Abendessen								
Abend- programm (2-3 LE)	21 ⁰⁰ Uhr Offizielle Lehrgangs- eröffnung	20 ³⁰ Uhr Referat Alpine Gefahren und Risiko-management	20 ³⁰ Uhr Arbeitskreis individuelle Vorbereitung auf die Theorieklausur	20 ³⁰ Uhr Referat Anforderungen in den Lehrproben	ab 17.15 Uhr Hüttenparty	20 ³⁰ Uhr Fragen zur Lehrprobe	20 ³⁰ Uhr Abschlussabend	Individuelle Abreise