

Leitung:

Mag. Alfred Wagner
Fürstenweg 185
A-6020 Innsbruck
www.bsba.at

InfoInnsbruck@bsba.at



Österreichische Trainerausbildung

Abteilungsvorstand:
Mag. Wolfgang Leitenstorfer

Sekretariat:
Frau Höpperger

Telefon:
+43 512 507 4540

Fax:
+43 512 507 4550

E-Mail:
patricia.hoepperger@bsba.at

Der Weg zum staatlich geprüften österreichischen Skitrainer

STUFE I: Lehrwarteausbildung für Kinderskilauf und Jugendskirennlauf (ÖSV – D Trainer)

„Der Absolvent dieser Ausbildung ist eine qualifizierte fachkundige Person, die befähigt ist, im Grundlagen- und Aufbautraining des Kinderskilaufs und Jugendskirennlaufs zu unterweisen und Kinder und Jugendliche insbesondere im Wettkampf zu betreuen!“
(Bundesgesetzblatt Nr. 529 28.08.92)

Einstieg in die Ausbildung:

Durch Ablegung einer praktischen Eignungsprüfung erlangen Interessenten die Berechtigung, die Ausbildung zu beginnen! Der Kandidat stellt bei der Eignungsprüfung sein skifahrerisches Können nach den österreichischen Leitbildern unter Beweis!

1. Durchfahren eines Slaloms oder Riesenslaloms auf Bewertung durch die Kommission!
2. Fahrt mit Bewegungsaufgaben (Rhythmuswechsel etc.)
3. Geländefahrt!

Die Prüfungskommission beurteilt das Können der Kandidaten, wobei alle Prüfungsteile positiv abgelegt werden müssen, um in die Ausbildung aufgenommen zu werden!

Ablauf der Ausbildung:

Die Ausbildung wird in Kursform durchgeführt und dauert ca. 170 Unterrichtsstunden, die in 3 Blöcken angeboten werden.

Die Inhalte umfassen neben Praktischen Übungen (z.B. Ski fahren, Konditions- und Koordinationstraining) und Praktisch-methodischen Übungen (z.B. Kurssetzung, Korrekturen, methodische Hilfen) auch theoretische Fächer wie Sportbiologie, Psychologie, Trainingslehre und Bewegungslehre u.a., die dem Kandidaten Einblick in die Arbeit mit Kindern und jugendlichen Skifahrern vermitteln!

In verschiedenen Freigegegenständen erhalten die Teilnehmer Informationen über aktuelle Fachgebiete des alpinen Nachwuchsrrennlaufs!

Außerhalb des Unterrichts hat der Teilnehmer ein Pflichtpraktikum von 20 Übungseinheiten bei einem Skiclub oder Skiverband abzuleisten!

Abschluss der Ausbildung:

In den praktischen Fächern umfasst die kommissionelle Abschlussprüfung die Überprüfung des skifahrerischen Eigenkönnens durch Slalom oder Riesenslalom, Gelände- und Technikfahrten.

In der Theorie werden mündliche Prüfungen aus Sportbiologie, Erste Hilfe (auch Praxis) Spezielle Bewegungslehre und Biomechanik und Trainingslehre abgehalten!

Alle anderen Fächer werden vor der Abschlussprüfung schriftlich geprüft!

Der Einsatzbereich der Absolventen liegt vor allem bei den Vereinen, aber auch in Racingcamps und Skischulen.

Für Leibeserzieher an Pflicht- und höheren Schulen stellt die Ausbildung eine ausgezeichnete Möglichkeit der Fortbildung dar!

STUFE II: 1. und 2. Semester der österreichischen Trainerausbildung

TRAINER – “GRUNDKURS“

Das erste und zweite Semester der Trainerausbildung soll allgemeine Grundlagen für höhere Ansprüche in der Trainerarbeit bieten! Durch die gemeinsame Arbeit mit Vertretern aus vielen Sportarten erhält der Teilnehmer Einblick in Probleme, aber auch in Möglichkeiten anderer Sparten!

Grundlegendes mit Zielsetzung Leistungssport, dazu Vielseitigkeit – Verständnis und Einblick für und in andere Sportarten sind Ziel dieses Abschnittes der Ausbildung!

Einstieg in die Ausbildung:

Vor Beginn des 1. Semesters muss der Interessent eine Eignungsprüfung ablegen (siehe unten), wobei sich diese Eignungsprüfung für Kandidaten mit abgeschlossener Lehrwarteausbildung für Kinderskilauf und Jugendskirennlauf auf eine Überprüfung des skifahrerischen Eigenkönnens beschränkt, während bei den übrigen Teilnehmern auch die Inhalte der Lehrwarteausbildung überprüft werden!

Bei anderen Sportarten erlangt der Interessent durch den positiven Abschluss einer Lehrwarteausbildung die Berechtigung, in das 1. Semester der Trainerausbildung einzusteigen!

Nur Absolventen der unterschiedlichen Lehrwarteausbildungen der Sparte: FIT -; müssen vor Eintritt in das 1. Semester der Trainerausbildung noch eine Aufnahmeprüfung ablegen!

Diese Aufnahmeprüfung umfasst einen Lehrauftritt im Bereich Krafttraining mit Geräten und/oder Training der Koordinativen Fähigkeiten!

Ablauf der Ausbildung:

Die Ausbildung wird in Kursform durchgeführt und dauert ca. 200 Unterrichtsstunden, die in mehreren Blöcken angeboten werden.

Alle leistungsbestimmenden Komponenten des Sports werden entwickelnd dargestellt und erläutert!

Die Inhalte umfassen neben Praktischen Übungen (z.B. Verbesserung des Eigenkönnens) und Praktisch-methodischen Übungen (Trainingspraxisübungen), die den Schwerpunkt der Grundausbildung darstellen viele Theoriefächer, die den Teilnehmern Grundlagen in der Trainingsarbeit bieten!

Von ethischen Werten im Fach „Religion“ über Rhetorik und Ausdrucksübungen in Deutsch, Fachenglisch und Organisationslehre der Verbände und Vereine Österreichs, Betriebswirtschaftslehre und Sport, werden bis zu Schwerpunktfächern wie Sportbiologie mit Anatomie und Physiologie, Erste Hilfe und Sportpsychologie und natürlich Methodik, Trainingslehre und Bewegungslehre alle Inhalte geboten, die für einen Trainer Basis für die Trainingsarbeit bieten!

Daneben muss der Kandidat/die Kandidatin ein selbstgewähltes Thema bearbeiten, worüber er/sie eine Seminararbeit abgeben muss!

Abschluss der Ausbildung:

Am Ende des 2. Semesters werden alle unterrichteten Fächer in

schriftlichen Arbeiten überprüft und bei einem Lehrauftritt die praktisch-methodischen Fortschritte des Kandidaten getestet!

Die Seminararbeit wird der Thematik nach in die Beurteilung des jeweiligen Fachgebietes einbezogen!

Mit dem Abschluss des 2. Semesters erreicht der Interessent die Berechtigung, zur Eignungsprüfung zum 3. Semesters (Skilanglauf, u.a.) anzutreten bzw. sofort das 3. Semester zu beginnen!

STUFE III: 3. Semester der österreichischen Trainerausbildung:

SPEZIALKURS – SKI ALPIN (ÖSV – C-Trainer)

Skitrainer alpin im Sinne der Verordnung ist eine qualifizierte Person, die befähigt ist, im Grundlagen-, Aufbau und Hochleistungstraining zu unterweisen und Leistungs- bzw. Spitzensportler vor, in und nach dem Wettkampf zu betreuen!

Einstieg in die Ausbildung:



Bereits vor dem 1. Semester der Trainerausbildung muss der zukünftige Skitrainer eine praktische Eignungsprüfung ablegen, die strukturell derjenigen entspricht, die beim D-Trainer abgehalten wird.

Das Anforderungsniveau an das Eigenkönnen ist äußerst hoch!

1. Slalom auf Zeit und Bewertung durch die Fachkommission
2. Riesenslalom mit Bewertung durch die Fachkommission
3. Techniküberprüfung durch Bewegungsaufgabenstellung
4. Geländefahrt

Das Zeitlimit für die Teilnehmer errechnet sich aus der Bestzeit plus 10%.

Teilnehmer, die beim Slalom ausfallen, dürfen einen 2. Versuch starten!

Die Prüfungskommission beurteilt das Können der Kandidaten, wobei alle Prüfungsteile positiv abgelegt werden müssen, um in die Ausbildung aufgenommen zu werden!

Ablauf der Ausbildung:

Auch diese Ausbildung wird in Kursform durchgeführt, dauert aber ca 240 Stunden!

Schwerpunkte liegen auch hier in der praktischen und praktisch methodischen Arbeit in allen Skidisziplinen vor allem im Bereich Technik – Leitbilddemonstration, Kurssetzung und methodische Wege zur Spitzenleistung!

Die Theoriefächer umspannen Deutsch (Verfassen einer Diplomarbeit), eine lebende Fremdsprache, Skispezifische Sportbiologie, Spezielle Trainingslehre, Spezielle Bewegungslehre und Biomechanik, Trainings- und Wettkampfpsychologie, die internationale Wettlaufordnung, Audiovisuelle Hilfsmittel und Fachliteratur, Gerätekunde und Sportstättenbau und Skilauf und Umwelt!

In einem Seminar für Fachfragen werden aktuelle Themen des Skirennlaufs behandelt!

Außerhalb des Unterrichts muss der Kandidat eine Praxiszeit beim ÖSV- oder einem Landesverband Österreichs im Ausmaß von 30 Tagen nachweisen!

Abschluss der Ausbildung:

Am Ende der Ausbildung werden die Abschlussprüfungen durchgeführt!

Bei der mündlichen kommissionellen Abschlussprüfung werden die Fächer Sportbiologie, Erste Hilfe, Spezielle Trainingslehre und Spezielle Bewegungslehre mündlich geprüft.

Eine Beurteilung Der Grundtechnik und der Renntechnik der Kandidaten erfolgt durch die jeweiligen Ausbilder und ein spezieller praktisch methodischer Lehrauftritt gibt Auskunft über die unterrichtspraktischen Kenntnisse des Kandidaten!

Alle anderen unterrichteten Fächer werden im Vorfeld schriftlich geprüft!

Nach positivem Abschluss der kommissionellen Prüfung erhalten die Absolventen ein staatliches Zeugnis und ein Trainerdiplom sowie die sog. C- Lizenz des österreichischen Skiverbandes!

Der Einsatzbereich dieser Trainer ist liegt besonders bei Schulen mit skisportlichem Schwerpunkt, bei den Landesverbänden und nat. auch beim ÖSV bis hinauf zu Europacup und Weltcup.