



## 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
<b>Praxis</b>  Vormittag 9 <sup>00</sup> - 12 <sup>00</sup> Uhr (4 LE) ----- Mittagspause 12 <sup>00</sup> - 13 <sup>00</sup> Uhr ----- Nachmittag 13 <sup>00</sup> - 16 <sup>00</sup> Uhr (4 LE)	Individuelle Anreise	<b>Technik</b>  Grundmerkmale für hochwertiges Kurvenfahren: <u>Fahrweise und</u> <u>Körperposition</u>	<b>Technik</b>  Grundmerkmale für hochwertiges Kurvenfahren: <u>Kurvensteuerung</u> (Kurvenausfahrt)  -optional Video- <i>(Techniknote 1)</i>	<b>Technik</b>  Grundmerkmale für hochwertiges Kurvenfahren: <u>Kurvenwechsel</u> (Kurveneinfahrt)  -optional Video- <i>(Techniknote 2)</i>	<b>Methodik</b>  <u>Lehrprobe 1</u>  ggf. varianten- reiches Skifahren/ Rhythmus- wechsel  <i>(Methodiknote 1)</i>	<b>Technik</b>  <u>Verbesserung des</u> <u>persönlichen</u> <u>Fahrkönnens/</u> Sportliches Skifahren  <i>(Techniknote 3)</i>	<b>Methodik</b>  <u>Lehrprobe 2</u>  ggf. varianten- reiches Skifahren/ Rhythmus- wechsel  <i>(Methodiknote 2)</i>	<b>Technik</b>  <u>Vielseitiges</u> <u>Skifahren/</u> Geländewechsel  <i>(Techniknote 4)</i>
<b>Arbeitskreis</b>  Vor-/Nach- bereitung  (1 LE)	17 <sup>30</sup> Uhr  <b>Begrüßung</b>  Allgemeine Informationen/ Organisation	16 <sup>00</sup> Uhr  <b>Arbeitskreis</b>  Skilehrplan/ Grundmerkmale des Skifahrens	16 <sup>00</sup> Uhr  <b>Arbeitskreis</b>  Bewegungslehre	16 <sup>00</sup> Uhr  <b>Videoanalyse</b>	16 <sup>00</sup> Uhr  <b>Arbeitskreis</b>  Methodik/ Didaktik	16 <sup>00</sup> Uhr  <b>Theorieklausur</b> <i>(Theorienote)</i>  Themenvergabe Lehrprobe 2	16 <sup>00</sup> Uhr  <b>Arbeitskreis</b>  Rückblick Lehrgang	ca. 15 <sup>00</sup> Uhr  <b>Lehrgangsende</b>  Bekanntgabe der Prüfungs- ergebnisse
<b>Abendessen</b>								
<b>Abend- programm</b>  (2-3 LE)	Nach dem Abendessen  <b>Offizielle Lehr- gangseröffnung</b>  21 <sup>30</sup> Uhr  <b>Referat</b>  Sportorganisation im NSV/DSV	20 <sup>30</sup> Uhr  <b>Referat</b>  Kinderskilehrplan	20 <sup>30</sup> Uhr  <b>Referat</b>  Alpine Gefahren und Risiko- management	20 <sup>30</sup> Uhr  <b>Referat</b>  Materialkunde	18 <sup>00</sup> Uhr  <b>Referat</b>  Anforderungen Lehrprobe	20 <sup>30</sup> Uhr  <b>Fragen und</b> <b>Antworten zur</b> <b>Lehrprobe 2</b>	20 <sup>30</sup> Uhr  <b>Reflexion</b> <b>Lehrproben</b>	Individuelle Abreise