



# **SKATE AUSTRIA**

# **AUSBILDUNGSKONZEPT**

**Eiskunstlauf**

## LEVEL I – ÜBUNGSLEITER

Die Übungsleiterausbildung ist vor allem an Personen gerichtet, die in der Nachwuchsarbeit der Sportvereine tätig sind und auch in Kinderkursen bzw. beim Breitensport mithelfen.

Diese Ausbildung soll den NachwuchstrainerInnen und KursleiterInnen eine gute Basis für eine qualitativ hochwertige Nachwuchsarbeit bieten. Die TeilnehmerInnen erhalten ein Nachschlagewerk und ein Übungsleiterabzeichen der LSO.

Gemeinsam mit den Dach- und Fachverbänden gelang es Sport Austria 2020 erstmals den ÜbungsleiterInnen-Ausbildungskurs österreichweit zu vereinheitlichen. Die ÜbungsleiterInnen-Ausbildung, die von den Dach- und Fachverbänden angeboten wird, ist die erste Stufe in der österreichischen Sportausbildungs-Struktur, auf Basis dieser eine weiterführende staatliche SportinstruktorenInnen- sowie anschließende TrainerInnen-Ausbildung an der BSPA absolviert werden kann.

In der ÜL-Ausbildung wird grundlegendes Wissen über die Planung, den Aufbau und die Durchführung einer Übungseinheit vermittelt. Die Ausbildung befähigt - unter Berücksichtigung der notwendigen Sicherheitsaspekte - eine Gruppe anzuleiten und Bewegungseinheiten eigenständig zu gestalten. Sport Austria ist es wichtig, dass Ausbildungsinhalte abgestimmt sind und die Kurs für alle ÜbungsleiterInnen in Österreich und nach einheitlichen Vorgaben ablaufen. Sport Austria und die drei Sportdachverbände ASKÖ, ASVÖ und SPORTUNION haben nun erstmalig eine Vereinheitlichung der ÜbungsleiterInnen-Ausbildung geschafft, die auch viele Vorteile für Fachverbände bringt.

### Neues System

Das neue System beruht auf einem Basismodul, mit sportartunspezifischen Themeninhalten, und einem Spezialmodul, mit sportartspezifischen Informationen. Erst, wenn beide Module erfolgreich absolviert wurden, gilt die ÜL-Ausbildung als abgeschlossen, und es erfolgt die Ausstellung des ÜbungsleiterInnen-Zertifikats.

# 01

## **BASISMODUL (21 EH)**

für alle Übungsleiter-InteressentInnen mit allen Theorie-Inhalten.



# 02

## **MULTIPLE CHOICE PRÜFUNG**

Nach erfolgreicher Absolvierung der schriftlichen Multiple Choice Prüfung (1 Einheit, 45min) und unter Vorweis der Abschluss-Bestätigung ist die Teilnahme an jedem „ÜL-Spezialmodul“ möglich.



# 03

## **SPEZIALMODUL (mind. 25 EH)**

Es kann jedes beliebige Spezialmodul gewählt werden. Voraussetzung ist die Dauer von mindestens 25 Einheiten. Beispiele:



Spezialmodul  
Tennis



Spezialmodul  
Leichtathletik



Spezialmodul  
Fitness & Gesundheitssport

# 04

## **PERSÖNLICHER PRÜFUNGSTERMIN**

Nach Absolvierung des Spezialmoduls im Ausmaß von 25 Einheiten erfolgt der Prüfungstermin mit praktischem Lehrauftritt.



# 05

## **ZERTIFIKAT ÜBUNGSLEITERIN**

Nach erfolgreicher Absolvierung des praktischen Lehrauftritts wird das Zertifikat ÜbungsleiterIN ausgestellt.



Das einheitliche Basismodul gilt als Grundlage für alle Spezialmodule und muss nur einmal besucht werden. Wurde das Basismodul abgeschlossen, wird dieses 5 Jahre lang bei allen Dach- und Fachverbänden angerechnet, die das neue abgestimmte ÜbungsleiterInnen-System anbieten. Damit können innerhalb dieser 5 Jahre, lediglich durch Absolvierung von Spezialmodulen, weitere ÜL-Ausbildungen abgeschlossen werden. Auf Grund der Zeit- und Kostenersparnis wird somit die Absolvierung von weiteren ÜL-Ausbildungen deutlich vereinfacht.

### **Zielgruppe**

KinderkursleiterInnen, BreitensportbetreuerInnen, NachwuchsbetreuerInnen

Mindestalter: 16 Jahre um das Zertifikat zu erhalten

Ab 14 Jahren ist die Teilnahme möglich, jedoch wird das Teilnahmezertifikat erst am 16. Geburtstag ausgegeben.

## Teilnahmepflicht und Anrechnungen

### Abschluss Basismodul (21UE)

- 100 % Anwesenheit
- Positive Absolvierung Multiple Choice Prüfung
- Abgabe Notfallplan
- Abgabe Ehrenkodex

Haben Sie am Basismodul teilgenommen, erhalten Sie eine „Teilnahmebestätigung Basismodul“.  
Haben Sie das Basismodul abgeschlossen, erhalten Sie eine „Abschlussbestätigung Basismodul“.

### Abschluss Spezialmodul (mind. 25 UE)

- 100 % Anwesenheit
- 2 Einheiten Hospitation in einem Sportverein und der Abgabe des bestätigten Hospitationsformulars beim Veranstalter
- Abgabe und positive Beurteilung Stundenbild
- Abhaltung und positive Beurteilung Lehrauftritt

Haben Sie am Spezialmodul teilgenommen, erhalten Sie eine „Teilnahmebestätigung Spezialmodul“.  
Haben Sie das Spezialmodul abgeschlossen, erhalten Sie eine „Abschlussbestätigung Spezialmodul“.

## Ausbildungsinhalte Basismodul

Das neue Basismodul besteht aus 16 Theorie- und 5 themenverschränkten Praxiseinheiten, gesamt 21 Einheiten a´ 45 min. Meistens findet das ÜL-Basismodul an einem Wochenende von Freitag Nachmittag bis Sonntag Mittag bzw. Nachmittag statt.

Thema	Umfang Theorie	Umfang Praxis	Prüfungsthema
<b>Organisation des Sports</b>	2 EH		NEIN
<b>Gesellschaftspolitische Themen</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Prävention sexualisierter Gewalt</li> <li>■ Gendergerechtigkeit</li> <li>■ Integration/ Inklusion</li> </ul>	2 EH		NEIN
<b>Rechtliche Grundlagen im Sport</b>	1 EH		JA
<b>Sportbiologie</b>	4 EH	1 EH	JA
<b>Trainingslehre</b>	4 EH	2 EH	JA
<b>Vermitteln von Bewegung und Sport</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Methodik</li> <li>■ Didaktik</li> <li>■ Pädagogik</li> <li>■ Stundenbildgestaltung</li> </ul>	3 EH	2 EH	JA

## Erste Hilfe

Um eine ÜL-Ausbildung abzuschließen, ist auch die Absolvierung eines Erste Hilfe Kurses innerhalb der letzten 5 Jahre nachzuweisen. Sport Austria bietet die hierfür notwendigen 4 Stunden Kurse „Erste Hilfe für angehende ÜbungsleiterInnen“, die sportbezogen und praxisnah unterrichtet werden, kostenlos an.

Haben Sie innerhalb der letzten 5 Jahre:

- einen 16-stündigen Erste Hilfe Grundkurs oder
- einen 4-stündigen Auffrischkurs zum Grundkurs oder
- einen 6-stündigen Erste Hilfe Kurs im Rahmen der Führerschein Ausbildung absolviert,

können diese für die Einheiten „Erste Hilfe für angehende ÜbungsleiterInnen“ angerechnet werden.

## Teilnahmegebühr

### Basismodul

Mit dem neuen System wurden Umfang, Inhalte, Kursunterlagen, Prüfungssystem sowie der Preis der ÜbungsleiterInnen-Ausbildung vereinheitlicht. Für alle Sport Austria-Vereinsmitglieder ist für das ÜL-Basismodul der vergünstigte Mitgliedspreis von € 99,- gültig.

### Spezialmodul

Ist vom jeweiligen Landesfachverband festzulegen.

## ReferentInnen Spezialmodul

ReferentIn 1: Praxis Eis

ReferentIn 2: Bewegungs- und Trainingslehre

ReferentIn 3: Grundlagen Verbands- und Organisationsstruktur, Regelkunde

## Ausbildungsinhalte Spezialmodul

Theoretische Einführung und allgemeine Methodik (Saal)	2 UE
Methodisch-praktische Übungen: Inhalte des Anfänger- und Leicht Fortgeschrittenen-Kurses – Spiel- und Betriebsformen (Eis)	2,5 UE
Methodisch-praktische Übungen: fortgeschrittener Level; Gruppenübungen: Vorzeigen/Anleiten/Korrigieren; Lehrauftrittsszenarien (Eis)	3,5 UE
Methodisch-praktische Übungen: höherer Level; Spiel- und Betriebsformen, Spiele (Eis)	2 UE
Spezielle Trainings- und Bewegungslehre (Saal, Sporthalle)	5 UE
Spezielle Methodik (Saal)	3 UE
Spezielle Methodik und Trainingslehre, Hausübung „Stundenbild“ für Eiskunstlauf (Saal)	2 UE
Regelkunde und Organisation des Sports (Saal)	3 UE
Hospitation im Sportverein (Eis)	2 UE

## Abschluss

Wenn Sie eine ÜbungsleiterInnen-Ausbildung (Umfang mind. 38 Einheiten) innerhalb der letzten 5 Jahre abgeschlossen haben, kann das gesamte Basismodul inkl. Prüfung angerechnet werden – sie können sich direkt zu einem Spezialmodul anmelden. Senden Sie im Zuge der Anmeldung zum Spezialmodul das Abschluss-Zertifikat bzw. Zeugnis Ihrer ÜL-Ausbildung samt Stundenaufstellung an den Kursorganisator.

Liegt der Abschluss Ihrer ÜL-Ausbildung länger als 5 Jahre zurück, ist eine Anrechnung nicht möglich. Das Basismodul muss samt schriftlicher Prüfung absolviert werden. Um eine ÜL-Ausbildung abschließen zu können, melden Sie sich bitte online zu Basis- und Spezialmodul an.

Sie haben eine staatliche Sportausbildung (Diplom SportlehrerIn, InstruktorIn, TrainerIn, SportwissenschaftlerIn oder Sportstudium für Lehramt) innerhalb der letzten 5 Jahre abgeschlossen? Dann kann das gesamte Basismodul inkl. Prüfung angerechnet werden – Sie können sich direkt zu einem Spezialmodul anmelden. Senden Sie dem Kursorganisator bitte im Zuge der Anmeldung zum Spezialmodul das Abschluss-Zertifikat bzw. Zeugnis Ihrer staatl. Sportausbildung samt Stundenaufstellung per E-Mail zu.

Der Abschluss Ihrer staatlichen Sportausbildung liegt länger als 5 Jahre zurück? Dann wird die Anwesenheit am Basismodul angerechnet. Die Prüfung zum Basismodul muss absolviert werden. Die Prüfungsgebühr beträgt € 15,-. Bitte melden Sie sich zum Basismodul an und senden Sie dem Kursorganisator im Zuge der Anmeldung das Abschluss-Zertifikat bzw. Zeugnis ihrer staatl. Sportausbildung samt Stundenaufstellung per E-Mail zu.

### WICHTIG:

Es können ausschließlich Abschlüsse von ÜbungsleiterInnen-, staatl. InstruktorInnen- (BSPA) sowie staatl. TrainerInnen-Ausbildungen, Diplom-SportlehrerInnen (BSPA), das Sportwissenschafts- und das Sportstudium für Lehramt für Anrechnungen herangezogen werden. Diverse andere nicht-staatliche Ausbildungen können nicht für das ÜL-Basismodul angerechnet werden (zB von Privatanbietern).

Sie wollen eine Anrechnung geltend machen? Dann senden Sie dem Kursorganisator bitte im Zuge der Anmeldung das Abschluss-Zertifikat bzw. Zeugnis ihrer Ausbildung samt Stundenaufstellung per E-Mail – die Kontaktdaten sind beim jeweiligen Kursangebot angeführt!

### Skate Austria Lizenz

Nach erfolgreichem Abschluss des Basis- und Spezialmoduls kann die Skate Austria TrainerInnenlizenz C beantragt werden.

## LEVEL II – INSTRUKTOR (in Zusammenarbeit mit der BSPA)

Der Lehrgang zur Ausbildung von Sportinstructorinnen und Sportinstructoren ist die Grundstufe der staatlichen Ausbildungen für Betreuerinnen und Betreuer im Sport.

### Zielgruppe

Zielgruppe der InstruktorInnenausbildungen sind Personen, die in Sportvereinen Sportgruppen betreuen wollen, sowie Lehrende, die sich in einer Sportart vertiefte Kenntnisse und Fähigkeiten aneignen und diese auch weitervermitteln wollen.

Nach erfolgter Eignungsprüfung und abgeschlossener Übungsleiterausbildung in einem Sportverband, werden die TeilnehmerInnen in einer mindestens 150-Unterrichtseinheiten dauernden Ausbildung befähigt, Personen für das Training im Nachwuchs- und Breitensport vorzubereiten.

### Teilnahmevoraussetzungen

- Abgeschlossene ÜbungsleiterInnenausbildung
- Praktische Eignungsprüfung
  - Theoretischer Eingangstest (Regelwerk)
  - Eiskunstlauf: Absolvierte Technikklasse 3
  - Eistanzen: Absolvierter Bronzetest der ISU

### Ausbildungsinhalte

Die Ausbildungsschwerpunkte liegen in der Planung, Organisation, Durchführung und Analyse von (vorgegebenen) Trainingseinheiten sowie in der Vermittlung von einfach erlernbaren und vielseitig anwendbaren Techniken für alle Alters- und Könnensstufen.

### ReferentInnen

ReferentIn 1: Praxis Eis (Eiskunstlauf)

ReferentIn 2: Praxis Eis (Eistanzen)

ReferentIn 3: Bewegungs- und Trainingslehre

ReferentIn 4: Verbands- und Organisationsstruktur, Regelkunde

ReferentIn 5: Biomechanik

### Ausbildungsinhalte

#### 1. Ausbildungsblock (7 Tage)

- |  |               |
|--|---------------|
| ○ Organisation des Sports  | 1,5 Std. 2UE  |
| ○ Sportbiologie:   |               |
| Somatomotorik, Muskelketten+Gelenksystem, phasisches Muskelkonzept   | 4,5 Std. 6 UE |
| ○ Praxis:  |               |
| Pezziball, Asymm. Rumpfkraftigung, Kraftigung ohne Maschinen, Spielformen+Ballkoordination, Spielorientiertes Aufwärmen+ |               |

- Intermittierende Rumpfkraftigung, Sensomotorik, Koordinationstraining, Entspannungstraining, Slacktrainer, Dehnmethode+Mobilisieren 18 Std. 23 UE
- Trainingslehre:
  - Trainingsprinzipien, Rumpf- und Stützkraftentwicklung, Krafttrainingsmethoden, Koordinative Fähigkeiten 9 Std. 12 UE
  - Ausdauer 6,75 Std. 9 UE

## 2. Ausbildungsblock (3 Tage)

- Einführung:
  - Grundlagen der Dehnung (Anatomie, Biomechanik), Erzeugen von Sprunghöhe und Dehnung, Ausführung von Sprüngen, Technische Prinzipien von „non listed jumps“ 8,25 Std. 11 UE
- Vertiefung:
  - Technisch-methodische Prinzipien beim Erlernen der Tippsprünge, Kantensprünge 6,75 Std. 9 UE
  - Pädagogik und Sportpsychologie 5,25 Std. 6 UE

## 3. Ausbildungsblock (4 Tage)

- Regelkunde
  - Aufbau des Sports, nationales und internationales Regelwerk, Wertungssystem, Technische Regeln, Special Olympics 6,75 Std. 9 UE
- Praktische Übungen am Eis:
  - Eiskunstlauf 9,25 Std. 12 UE
- Praktische Übungen am Eis:
  - Eistanzen 6,25 Std. 9 UE
  - Bewegungslehre, Biomechanik 4,5 Std. 6 UE

## 4. Ausbildungsblock (6 Tage)

- Wiederholung und Prüfungen (schriftlich und Lehrauftritt)

## Abschluss

### Skate Austria Lizenz

Nach erfolgreichem Abschluss des Basis- und Spezialmoduls kann die Skate Austria TrainerInnenlizenz B beantragt werden.

## LEVEL III – TRAINER (in Zusammenarbeit mit der BSPA)

Die Trainerausbildungen an den Bundessportakademien bieten eine fundierte praxisorientierte Ausbildung auf hohem Niveau zur Erweiterung der sportbezogenen Fach-, Methoden-, Sozial- und Selbstkompetenz der LehrgangsteilnehmerInnen. Für den Einstieg in die Trainerausbildung ist eine abgeschlossene staatliche Instruktorausbildung Voraussetzung.

In Zusammenarbeit mit relevanten Institutionen des Sports (Sportverbände, Instituten für Sportwissenschaft, Institut für medizinische und sportwissenschaftliche Beratung (IMSB), Österreichisches Bundesnetzwerk Sportpsychologie (ÖBS), Nationale Anti-Doping Agentur Austria (NADA), ...) sowie erfahrenen Ausbilderinnen und Ausbildern sowie Trainerinnen und Trainern werden die neuesten abgesicherten wissenschaftlichen Erkenntnisse zur Gestaltung des Grundlagen-, Aufbau-, Anschluss- und Hochleistungstrainings vermittelt.

Die Trainerausbildung setzt sich aus der Absolvierung des Lehrgangs zur Ausbildung von Trainerinnen und Trainern im Trainergrundkurs (242 Unterrichtseinheiten) und einer mindestens 121-Unterrichtseinheiten dauernden Spezialtrainerausbildung in der jeweiligen Sportart zusammen. Die Ausbildungen werden in der Regel in Kursblöcken von 4- 6 Tagen durchgeführt.

### Zielgruppe

Im Zentrum des Trainergrundkurses steht die Befähigung, die Entwicklung der Leistungsfähigkeit von Leistungs- und Spitzensportlern auf der Basis fachlich fundierter Expertise voranzutreiben, Trainingsprozesse selbständig planen, durchführen und evaluieren zu können, sowie im Austausch mit Lehrenden und anderen Trainerinnen und Trainern aus unterschiedlichen Sportarten eine eigene Trainingsphilosophie zu entwickeln.

Im Lehrgang zur Ausbildung von Trainerinnen und Trainern im Spezialsemester werden die allgemeinen Erkenntnisse des Trainergrundkurses für die Gestaltung des spezifischen Trainingsprozesses für Leistungs- und Spitzensportler in der jeweiligen Sportart geschärft.

Der Einsatz von nationalen und international erfolgreichen Trainerinnen und Trainern als Vortragende und Lehrende in der Spezialsportart soll diesen Lernprozess erfolgreich unterstützen.

### Teilnahmevoraussetzungen

- Abgeschlossene InstruktorInnen Ausbildung
- Praktische Eignungsprüfung
  - Theoretischer Eingangstest (Regelwerk)
  - Eiskunstlauf: Absolvierte Technikklasse 3
  - Eistanzen: Absolvierter Bronzetest der ISU

### Ausbildungsinhalte

Die Trainerausbildungen an den Bundessportakademien bieten eine fundierte praxisorientierte Ausbildung auf hohem Niveau zur Erweiterung der sportbezogenen Fach-, Methoden-, Sozial- und Selbstkompetenz der LehrgangsteilnehmerInnen. Für den Einstieg in die Trainerausbildung ist eine abgeschlossene staatliche Instruktorausbildung Voraussetzung.

In Zusammenarbeit mit relevanten Institutionen des Sports (Sportverbände, Instituten für Sportwissenschaft, Institut für medizinische und sportwissenschaftliche Beratung (IMSB), Österreichisches Bundesnetzwerk Sportpsychologie (ÖBS), Nationale Anti-Doping Agentur Austria (NADA), ...) sowie erfahrenen Ausbilderinnen und Ausbildern sowie Trainerinnen und Trainern werden die neuesten abgesicherten wissenschaftlichen Erkenntnisse zur Gestaltung des Grundlagen-, Aufbau-, Anschluss- und Hochleistungstrainings vermittelt.

Die Trainerausbildung setzt sich aus der Absolvierung des Lehrgangs zur Ausbildung von Trainerinnen und Trainern im Trainergrundkurs (242 Unterrichtseinheiten) und einer mindestens 121-Unterrichtseinheiten dauernden Spezialtrainerausbildung in der jeweiligen Sportart zusammen. Die Ausbildungen werden in der Regel in Kursblöcken von 4- 6 Tagen durchgeführt.

### ReferentInnen

- ReferentIn 1: Praxis Eis (Eiskunstlauf)
- ReferentIn 2: Praxis Eis (Eistanzen)
- ReferentIn 3: Bewegungs- und Trainingslehre
- ReferentIn 4: Verbands- und Organisationsstruktur, Regelkunde
- ReferentIn 5: Biomechanik
- ReferentIn 6: Athletik und Sportwissenschaft

### Ausbildungsinhalte

#### 1. Ausbildungsblock (2 Tage)

- Regelkunde 4,5 Std. 5 UE
- Spezielle Trainingslehre 1,5 Std. 2 UE
- Bewegungslehre
- Praktisch methodische Übungen 3,25 Std. 4 UE

#### 2. Ausbildungsblock (3 Tage)

- Spezielle Trainingslehre  
Methodische Grundprinzipien, Schwerpunktsetzung  
in der athletischen Ausbildung 4,5 Std. 6 UE
- Praktisch methodische Übungen  
Methodische Reihen, Grundlagen zur Technik von Drehungen,  
Technikmerkmale zum Erzeugen des Drehimpulses, non-listed jumps 6 Std. 8 UE
- Pädagogik und Sportpsychologie 6 Std. 8 UE

#### 3. Ausbildungsblock (3 Tage)

- Trainings- und Wettkampfbeobachtung 24 Std. 30 UE
- (Video-) Analyseverfahren 5,5 Std. 8 UE

#### 4. Ausbildungsblock (3 Tage)

- Vertiefung Eistanz 24 Std. 30 UE
- Spezielle Sportbiologie 5 Std. 6 UE
- Sportwissenschaftliche Betreuung 3,5 Std. 4 UE
- Spezielles Athletiktraining 4,5 Std. 6 UE
- Sportpsychologie 6 Std. 8 UE

#### 4. Ausbildungsblock (5 Tage)

- Biomechanik
- Wiederholung und Prüfungen (schriftlich und Lehrauftritt)

8 Std. 10 UE

13,5 Std. 20 UE

#### Abschluss

##### **Skate Austria Lizenz**

Nach erfolgreichem Abschluss des Basis- und Spezialmoduls kann die Skate Austria TrainerInnenlizenz A beantragt werden.