



Ausschreibung Übungsleiter Kajak Jugendbetreuer

Kursteil 1: Freitag 08.5. – 10.5.2020 18:00 OKC Bootshaus bis Sonntag 17:00 (24 Einheiten a 45 Minuten)

Kursteil 2: 21.05. - 22.05.2020 Lienz und Spittal, Treffpunkt wird noch bestimmt (10 Einheiten a 45 Minuten)

Kursteil 3: 31.05.-01.06.2020 Flattach (10 Einheiten a 45 Minuten)

Die Teilnahme am Kurs ist stark praxisorientiert und erfolgt daher im Wildwasserboot oder Slalomboot mit entsprechender Ausrüstung oder in der Turnhalle mit Sportbekleidung. **Es besteht die Möglichkeit im Fließgewässer (WW II-III) die Einheiten vom Ufer aus zu begleiten.**

Kosten: Die Kosten der Übungsleiterausbildung übernimmt der Österreichische Kanuverband, um den Nachwuchssport zu fördern. Es fallen lediglich die Kosten für Anreise, Kost, Logie, Hallenmieten und Kopiergeld an.

Anmeldung: Bitte ein formloses Mail bis 01.03.2020 an koehlermanuel@directbox.com

Voraussetzungen für eine Teilnahme:

- Vollendetes 16. Lebensjahr für die Zertifizierung zum Übungsleiter (Die Teilnahme ist für etwas jüngere Sportler auch möglich)
- Schwimmkenntnisse entsprechend dem Allroundschwimmer nach ÖJRK
- Körperliche und geistige Eignung
- Erste-Hilfe-Kurs (Führerscheinniveau 8 Stunden)
- Zur Erlangung des Übungsleiters besteht die Pflicht alle Unterrichtsgegenstände besucht zu haben.

Dem Übungsleiter im Kajak wird aufgrund der Dauer der Ausbildung und der Lehrinhalte vom OKV die Befähigung bestätigt, eine Gruppe von ca. sechs Teilnehmern auf maximal Wildwasser II - III bzw. Kajaktrainingsstrecken führen/trainieren zu können.

Die konsumierten Lehrinhalte werden in Form mündlicher Prüfungen und eines Lehrauftrittes überprüft.

Studentafel

| Unterrichtsgegenstand | Stundenanzahl Praxis | Stundenanzahl Theorie |
|---|----------------------|-----------------------|
| Methodik und Didaktik im Kanusport: Anfängertraining Anfängerrekrutierung usw. | 2 | 2 |
| Erste Hilfe / Sicherheit, Notfallmanagement (Manuel), Flusskunde (Manuel, Gerald / Andi) | 2 | 4 |
| Materialkunde (Manuel, Gerald / Andi) | | 2 |
| Eskimorolle (Manuel) | 2 | |
| Biomechanik und Schlagtechniken, Eigenkompetenz (Manuel, Gerald / Andi) | 4 | 4 |
| Rechtliche Aspekte und Organisation des Sports (Manuel), Wettkampfregeln (Gerald) | | 6 |
| Praktische methodische Übungen, Lehrauftritte (Manuel, Gerald / Andi), Videoanalyse im Wettkampf (Gerald / Andi) | 8 | |
| Sportwissenschaft und Grundlagen des Trainings (Manuel, Gerald / Andi) | 4 | 4 |
| Gesamtstundenanzahl | 22 | 22 |

Lehrinhalte

OKV-Übungsleiter Anforderungen & Charakteristik
Zertifizierungsanforderungen
Charakteristik eines Kanu OKV-Übungsleiters

Methodik Didaktik im Kanusport
Erfolgreiche Strategien und Lehrmethoden im Outdoorbereich
Auswahl von Übungs-/Ausbildungsplätzen
Lehrauftritte mit Theorie und Praxisthemen
Erstellung von Stundenplänen und deren Verwendung
Anwerben von Jugendlichen

Erste Hilfe, Notfallmanagement bzw. Eigenkompetenz
Pflichten des OKV-Übungsleiters
Punkte auf die der OKV-Übungsleiter seine Aufmerksamkeit zu lenken hat
Unfall / Verletzung was ist zu tun

Sicherheit und Materialkunde
Anpassen des Bootes (Fußstütze, Sitzanlage, Fittings, Spritzdecke)
Paddel
Typen, Teile, Material, richtige Größenauswahl
Grundlagen der Sicherheit am Wasser mit Seiltechniken und Wurfsack

Methodik der Eskimorolle

Biomechanik und Schlagtechniken
Komponenten eines Paddelschlages
Arten der Paddelschläge
Schlagtechniken
Rückwärtsschlag
Stop - Schlag
Bogenschlag vorwärts & rückwärts
Ziehschlag
Hohe Paddelstütze
Flache Paddelstütze
Wriggen

Rechtliche Aspekte
Slalom und Wettkampfregelein

Praktisch methodische Übungen
Fluss Know-How
Strömungsgeschwindigkeit, Richtungen und Änderungen bei Hindernissen
Flussabwärts und aufwärts
Kehrwasser und Linien
Wellen und Löcher
Prallhänge
Effekt von Hindernissen im Wasser
Kraft einer Strömung
künstliche Hindernisse
Aufwärmen, Dehnen und Konditionstraining
Ein & Aussteigen ins Boot
Stabilität im Boot, Sitzhaltung, Positionen,
Paddeltheorien
Paddelhaltung
Gruppenorganisation
Notfall Ablauf
Slalomkurs setzen
Kurs deuten-erklären
Spurlesen
Videostudien
Simulation

Sportwissenschaft und Grundlagen des Trainings
Sportbiologie
Trainingslehre

Prüfungsordnung zum Übungsleiter

Art der Prüfung:

Die Prüfung erfolgt in Teilprüfungen (Theoretisch & Praktisch).

Prüfungskommission:

Die Prüfungskommission wird aus dem Lehrpersonal gebildet.

Dokumentation:

Über die Teilprüfungen sind Protokolle zu führen, sie haben mindestens folgende Inhalte zu enthalten:

Ort und Zeit der Prüfung

Prüfungskommission bzw. Einzelprüfer

Name sowie Prüfungsergebnis