



Ausschreibung

Übungsleiter Kajak-Flachwasser (Jugendbetreuer)

Dieser Kurs richtet sich an aktive Flachwasserpaddler*innen. Kursziel ist es eine solide theoretische und praktische Grundkompetenz des sportlichen Flachwasserpaddelns zu vermitteln und die Absolvent*innen in die Lage zu versetzen diese Kenntnisse selbst in der Ausbildung von insb. jugendlichen Anfänger*innen anzuwenden bzw. weiterzugeben.

Kursteil 1 Allgemeine Grundlagen für Kajak:

Tag1: 10:00 – 13:00 (4UE), 14:30 – 17:30 (4UE), 19:00 – 20:30 (2UE)

Tag2: 09:00 – 12:00 (4UE), 14:00 – 17:00 (4UE)

Vortragender Dr. Manuel Köhler, **Terminmöglichkeiten 12.-13.3. oder 2.-3.4.2022** (Festlegung von Kursort und Termin mit Einbeziehung der Teilnehmer*innen)

Kursteil 2 Spezielle Grundlagen Flachwasser Rennsport:

10:00 – 13:00 (4UE), 14:30 – 17:30 (4UE), 19:00 – 20:30 (2UE)

09:00 – 12:00 (4UE), 14:00 – 17:00 (4UE)

Vortragender Daniel Lipcsei (OKV Stützpunktrainer Flachwasser Wien), Termin und Kursort zu bestimmen (unter Miteinbeziehung der Teilnehmer*innen)

Die Teilnahme am Kurs ist stark praxisorientiert und erfolgt daher im Kajak. In der Turnhalle / im Kraftraum ist Sportbekleidung Pflicht.

Kosten: Die Ausbildungskosten der Vortragenden betragen 2.100€ und werden auf die Angemeldeten aufgeteilt. Weiters fallen Kosten für Anreise, Hallenmiete, Kost und Logie an.

Anmeldung: Bitte ein formloses Mail an manuel.koehler@kanuverband.at und office@kanuverband.at

Voraussetzungen für eine Teilnahme:

- Vollendetes 16. Lebensjahr für die Zertifizierung zum Übungsleiter (Die Teilnahme ist für etwas jüngere Sportler auch möglich)
- Gute Schwimmkenntnisse
- 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 am Flachwasser führen/trainieren zu können. Die Übungen haben immanenten Prüfungscharakter. Die Form der Teilnahme bestimmt somit die erfolgreiche Zertifizierung zum Übungsleiter.

Stundentafel

Die roten Ziffern entsprechen den Einheiten im Spezialteil

Die grüne Ziffer entspricht den Einheiten, die nach dem Besuch der Ausbildung als Praxis in eigenständiger Ausbildungsarbeit zu erbringen sind.

Unterrichtsgegenstand	Stundenanzahl Praxis	Stundenanzahl Theorie
Methodik und Didaktik im Kanusport: Anfängertraining	4 (Plastikkajak)	
Materialkunde Wettkampfregele		2
Eigene Praxiserfahrung im Verein	8	
Biomechanik und Schlagtechniken, Eigenkompetenz	4 (Plastikkajak) + 4	2
Rechtliche Aspekte und Organisation des Sports, Funktion des Trainers		2
Praktische methodische Übungen, Lehrauftritte, Videoanalyse im Wettkampf	4	
Sportwissenschaft und Grundlagen des Trainings	2 (Turnhalle) 2 (Kraft) 2	4 + 4
Gesamtstundenanzahl	12 + 10 + 8	6 + 8



Übersicht 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, Verhalten bei Unfällen/Verletzungen
- Sicherheit und Materialkunde, Anpassen des Bootes (Fußstütze, Sitzanlage, Fittings, Spritzdecke), Paddel-Typen, Teile, Material, richtige Größenauswahl (allg. Teil für WW-Boote, Spezialteile für FW-Boote)
- Biomechanik und Schlagtechniken, Komponenten eines Paddelschlages, Arten der Paddelschläge (WW-Schlagtechniken, Rückwärtsschlag, Stop – Schlag, Bogenschlag vorwärts & rückwärts, Ziehschlag, hohe Paddelstütze, flache Paddelstütze, Wriggen), im Spezialteil FW-Paddeltechnik
- Rechtliche Aspekte, Wettkampffregeln
- Praktisch methodische Übungen, Aufwärmen, Dehnen und Konditionstraining
 - Ein & Aussteigen ins Boot, Stabilität im Boot, Sitzhaltung, Positionen, Paddeltheorien, Paddelhaltung Allg. Teil Fokus WW-Boot, Spezialteil FW-Boot)
 - Gruppenorganisation, Notfall Ablauf
- Sportwissenschaft und Grundlagen des Trainings, Sportbiologie, Trainingslehre

Für den OKV

Dr. Manuel Köhler (Leiter Ausbildungsreferat)

Dr. Wolfgang Höchtel (VP Flachwasser)

Berggasse 16, A-1090 Wien, Österreich

Tel : +43 (0) 664 24 02 536

Email : office@kanuverband.at

Website : www.kanuverband.at

ZVR-Zahl : 178316517