



Eignungstest

gültig für die Saison 2009-10

Mitglied im internationalen
Skilehrerverband

Internet:
www.skilehrerverband.de

Bürgermeister-Finsterwalder-Ring 12
82515 Wolfratshausen
Telefon 08171 - 3472-0
Telefax 08171 - 3472-10
info@skilehrerverband.de

Postbank München
231 220 – 800
700 100 80 (BLZ)



Inhaltsverzeichnis

1. Ziel des Lehrgangs	2
2. Voraussetzungen	2
3. Prüfungsinhalte	3
3.1. Übersicht	3
3.2. Inhalte	3
3.2.1. Slalom/BX (½ Tag)	3
3.2.2. Technik (1 Tag)	3
3.2.3. Freie Abfahrt (½ Tag)	6
3.2.4. Freestyle (½ Tag)	6
3.2.5. Lehrprobe (½ Tag)	7
4. Ausblick	7

1. Ziel des Lehrgangs

Der Eignungstest stellt fest, ob der Teilnehmer die Voraussetzungen erfüllt, mit weiterem eigenem Einsatz nach den folgenden Ausbildungslehrgängen die Prüfung zum Verbands-snowboardlehrer, bzw. Staatl. gepr. Snowboardlehrer zu bestehen. Erhalt der Qualifikation "Snowboardlehrer Assistent/Snowboardlehrer Assistentin".

2. Voraussetzungen

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Ausreichende Kenntnisse der dt. Sprache in Wort und Schrift
- Vorlage folgender Unterlagen bis 3 Wochen vor Lehrgangsbeginn:
- Ärztliches Zeugnis über die körperliche und gesundheitliche Eignung (nicht älter als 3 Monate).
- Nachweis über mind. 30 Stunden Praktikum an einer Profischule, Snowboardlehrer Grundstufe oder TL Eignungstest.
- Amtliches Führungszeugnis im Original (nicht älter als drei Monate).
- Nachweis einer Ausbildung in erster Hilfe (mind. 16 Stunden; nicht älter als 2 Jahre).
- 1 Passbild
- Helmpflicht bei sicherheitsrelevanten Lehrgangsinhalten.

Empfehlungen:

- Material: VS-Gerät, Protektoren,
- Kenntnis des Inhalts der im TL Eignungstest angegebenen Lehrplanseiten,
- erfolgreiches Umsetzen der Lehrgangsinhalte TL Eignungstest



3. Prüfungsinhalte

3.1. Übersicht

Zeit	Thema	Schulung/Prüfung
½ Tag	Slalom/BX	Training und Prüfung
1 Tag	Technik	Training und Prüfung
½ Tag	Freie Abfahrt	Nur Prüfung
½ Tag	Freestyle	Training und Prüfung
½ Tag	Lehrproben	Nur Prüfung

3.2. Inhalte

3.2.1. Slalom/BX (½ Tag)

Nach kurzem Training findet die Slalom-/BX-Prüfung in zwei Durchgängen statt, wobei der bessere zur Bewertung kommt. Den Teilnehmerinnen kann eingeräumt werden, als erste zu starten.

Hinweise zur Durchführung und Bewertung des Slaloms/BX

- Die Richtzeit ergibt sich aus dem Durchschnitt der besten 8 - 15% der Teilnehmer.
- Der Notensprung ergibt sich aus 1,5 - 2,7% der Richtzeit.
- (Beispiel. Wenn die Richtzeit 50 Sekunden beträgt und du brauchst für den Lauf 1,3 Sekunden länger, dann heißt das einen Note schlechter)
- Der Damenbonus beträgt 1 Notensprung auf die tatsächliche Leistung.
- Pro Torfehler werden fünf Sekunden aufgeschlagen. (keine Disqualifikation)
- Überdurchschnittliche Leistungen können von der Berechnung der Richtzeit ausgenommen werden.
- Umstecken für den 2. Lauf ist nur dann notwendig, wenn es die äußeren Bedingungen erfordern.
- Das Umkehren der Startreihenfolge ist nicht grundsätzlich vorgeschrieben. Um möglichst gerechte Verhältnisse für alle zu schaffen, können entsprechend der äußeren Bedingungen auch andere Startreihenfolgen notwendig werden, z.B. Splitten der Gruppen.
- Es besteht die Möglichkeit, dass ein Prüfer die einzelnen Läufer nach Technik beurteilt. Die Ergebnisse dieser Beurteilung sind bei der Gestaltung der Tabelle zu berücksichtigen.

3.2.2. Technik (1 Tag)

Verschiedene Prüfungsaufgaben werden gestellt und nach dem Technikprüfungsverfahren des Deutschen Skilehrerverbands durchgeführt. Dabei wird von der vorgefundenen Situation ausgegangen. Grundlage für die Technikprüfung ist das grundlegende Können. Hinzu kommt eine Auswahl von Aufgabenstellungen aus Tempo, Spur, Aktionen, Funktionen und



Bewegungsspielräumen. Die Prüfungsaufgaben werden grundsätzlich erst am Prüfungstag, je nach der vorgegebenen Situation festgelegt und nach einer kurzen Trainingszeit geprüft.

Ausgangspunkt bei der Auswahl von Prüfungsübungen sind unmittelbare situative Vorgaben, wie Gelände, Schnee, Sicht und Gerät. Grundlage der Bewertung (Benotung) und somit zur Feststellung der Leistung herangezogen werden das grundlegende Können und die Lösung der Aufgabenstellung.

Die Bewertung des grundlegenden Könnens erfolgt an Hand der neutralen Position und der ruhigen regulativen Armführung.

Die neutrale Position (zentrale Position zwischen Vor- und Rücklage, Innen- und Außenlage, hoher und tiefer Körperstellung) ist Ausgangsposition für jede Aktion (z.B. Kurve, Trick, ...) während einer Fahrt und muss nach Beendigung der Aktion wieder eingenommen werden.

Jede aktive Rumpfdrehung um die Körperlängsachse, die nicht der Kurvenerleitung dient, ist zu vermeiden.

Bewertungskriterien der Lösung der Aufgabenstellungen

- Spur (Kurvenradius, Kurvenwinkel, Kurvensymmetrie)
 - klein, mittel, groß
 - gleich bleibend, variierend
 - symmetrisch, asymmetrisch
- Tempo
 - langsam, mittel, schnell
 - gleich bleibend, variierend
- Funktionen
 - Kanten
 - Belasten-Entlasten
 - Drehen
- Aktionen
 - Beinbewegungen: Strecken - Beugen - Drehen - Anhocken
 - Rumpfbewegungen: Strecken - Beugen - Drehen - Vorrrotieren - Mitrotieren - Halten des Rumpfes
 - Gesamtkörperbewegungen: Kurvenlage - Tordieren des Boards
- Bewegungsspielräume
 - Timing: schnell - langsam, früh - spät, kurzzeitig - anhaltend, gleichzeitig - nacheinander
 - Umfang: klein - groß
 - Richtung: vor - zurück - seitlich, oben - unten
 - Intensität: viel - wenig Krafteinsatz, weich - hart, verstärkend - nachlassend, fließend - aggressiv



Die Benotung der Technik erfolgt durch die Bewertung von:

Note = (Note Grundlegendes Können + Note Lösung der Aufgabenstellung) / 2



3.2.3. Freie Abfahrt (½ Tag)

Nach kurzer Trainingszeit wird die Abfahrt im freien Gelände geprüft, wobei auch mehrere Teilstrecken ausgewählt werden können. Die Prüfung erfolgt nach folgendem Verfahren:

Fahren im Gelände:

- Grundlegendes Können (siehe Technik)
- Situationsbewältigung: Funktionelle Abstimmung bei sportlichem Tempo von Technik und Spur an
 - Hangneigung
 - Hanggliederung
 - Hangbreite
 - Schneebeschaffenheit
 - Pistenverhältnisse

Die Benotung der freien Abfahrt erfolgt durch die Bewertung von:

Note = (Note Grundlegende Können + Note Situationsbewältigung) / 2

3.2.4. Freestyle (½ Tag)

Nach kurzem Training werden die Bereiche Pistenfreestyle und Springen geprüft.

Pistenfreestyle

Je nach Pistenbeschaffenheit und -länge sollen so viele Elemente (fahren, jibben, springen) wie möglich demonstriert werden. In die Benotung fließen Gesamteindruck (= grundlegendes Können) sowie Schwierigkeit der gezeigten Elemente und deren demonstrative und technische Ausführung (= Aufgabenstellung) mit ein.

Springen

Es soll ein sicherer, weiter, hoher und demonstrativer Sprung gezeigt werden.

In die Bewertung gehen folgende Kriterien ein:

- Grundlegendes Können
 - kontrollierte Anfahrt
 - solide Sprungtechnik
 - ruhige Flugphase
 - sichere Landung
- Aufgabenstellung
 - Schwierigkeit des gezeigten Sprungs
 - demonstrative Ausführung



3.2.5. Lehrprobe (½ Tag)

Es wird eine vorbereitete Lehrprobe aus folgendem Themenkatalog geprüft (Dauer ca. 10 min.):

Lehrprobenthemen:

1. Erarbeiten Sie mit Ihrer Gruppe die Bereiche der Elementarschule vom Fallen bis einschließlich Gleichgewichtsübungen auf dem Board!
2. Erarbeiten Sie mit Ihrer Gruppe das erste Kurvenfahren, ausgehend von der Schrägfahrt!
3. Erarbeiten Sie mit Ihrer Gruppe das Switch fahren!
4. Erarbeiten und schulen Sie mit Ihrer Gruppe das Kurvenfahren mit Beugen der Beine!
5. Verdeutlichen Sie Ihrer Gruppe die funktionelle Bedeutung der Vertikalbewegung in unterschiedlichem Gelände!
6. Organisieren Sie mit Ihrer Gruppe Spielformen für den Anfängerbereich!
7. Verbessern Sie bei Ihrer Gruppe das Grundmerkmal stabile Belastungsverteilung!
8. Verbessern Sie bei Ihrer Gruppe das Grundmerkmal dynamische Stabilität!
9. Verbessern Sie mit Ihrer Gruppe die Orientierungsfähigkeit!
10. Verbessern Sie mit Ihrer Gruppe die Rhythmisierungsfähigkeit!
11. Verbessern Sie mit Ihrer Gruppe den Kurvenwechsel!
12. Verbessern Sie mit Ihrer Gruppe die Kurvensteuerung!

4. Ausblick

Ausbildungslehrgänge mit dem Ziel der Prüfung zum Verbands- oder Staatl. gepr. Snowboardlehrer.