

INSTRUKTORENAUSBILDUNG FÜR HOCHTOUREN

I. ALLGEMEINES BILDUNGSZIEL

Der Lehrgang zur Ausbildung von Instruktoren für Hochtouren hat in einem einsemestrigen Bildungsgang unter Bedachtnahme auf § 1 des Bundesgesetzes über Schulen zur Ausbildung von Leibeserziehern und Sportlehrern zum Ziel, die Teilnehmer eingehend mit den fachlichen und erzieherischen Anforderungen eines Instructors für Hochtouren vertraut zu machen. Instruktor für Hochtouren im Sinne dieser Verordnung ist eine nach den folgenden Bestimmungen ausgebildete und qualifizierte, fachkundige Person, die befähigt ist, Personen (Gruppen) bei Bergfahrten – von der Grundschule des Bergsteigens bis zu Touren im vergletscherten Hochgebirge – zu betreuen. Die Aufgabe des Instructors für Hochtouren ist es, selbständige Bergsteiger mit hoher Eigenverantwortlichkeit und gut entwickeltem Risikobewusstsein auszubilden.

Bei allen Bezeichnungen, wie zB Instruktor, Teilnehmer, Leibeserzieher sind in gleicher Weise weibliche und männliche Personen angesprochen.

II. STUNDENTAFEL

	Stunden
A. Pflichtgegenstände	
I. Theorie	
1. Religion	5
2. Deutsch	3
3. Politische Bildung und Organisationslehre	2
4. Rechtliche Grundlagen	3
5. Sportbiologie und Erste Hilfe	12
6. Trainings- und Bewegungslehre	8
7. Pädagogik, Didaktik und Methodik	4
8. Sportpsychologie	10
9. Orientierungs- und Kartenkunde	8
10. Risikomanagement und Unfallkunde	4
11. Wetterkunde	5
12. Naturkunde und Ökologie	5
13. Gerätekunde und Ausrüstung	2
14. Sicherheitstheorie	4
II. Praxis	
15. Praktische Übungen	6
16. Praktisch-methodische Übungen	10
17. Hochtouren Fels und Eis	45
18. Bergrettungstechnik	18
Summe:	154

B. Freigegegenstände

Aktuelle Fachgebiete im Ausmaß von 10 Stunden.

III. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN UND DIDAKTISCHE GRUNDSÄTZE

In den einzelnen Unterrichtsstunden ist die pädagogische und erzieherische Zielsetzung zu berücksichtigen. In allen Gegenständen, besonders in den theoretischen, ist auf die spätere Lehr- und Führungstätigkeit des Instructors für Hochtouren Bedacht zu nehmen.

Der sinnvolle Einsatz von Formen des e-learning oder mobile learnings ist zu prüfen. Sollte ein Lehrgang unter Einbeziehung solcher Lehr- und Lernformen durchgeführt werden, so ist zu Beginn des Bildungsganges eine entsprechende und ausreichende Einführung zu geben. Die Unterlagen sind so zu

gestalten, dass Inhalt und Umfang auf einen normal laufenden Ausbildungslehrgang Bedacht nehmen. Das festgelegte Lehrziel muss auch bei Einbeziehen dieser Lehr- und Lernformen erreicht werden.

Der Lehrstoff ist unter Heranziehung von Anschauungsmaterial wie Filme, Demonstrationen usw. zum besseren Verständnis und zur leichteren Anwendung in der Praxis darzubieten.

Fächerübergreifender Unterricht ist anzustreben, und auf die Querverbindungen zwischen den einzelnen Gegenständen ist hinzuweisen. In den praktischen Übungen sind methodische Hinweise zu geben. Die Teilnehmer sind zur Selbständigkeit anzuregen.

IV. LEHRPLÄNE FÜR DEN RELIGIONSUNTERRICHT

(Bekanntmachung gemäß § 2 Abs. 2 des Religionsunterrichtsgesetzes)

a) Katholischer Religionsunterricht

Der Lehrplan für den Religionsunterricht am Lehrgang zur Ausbildung von Sportlehrern (Anlage A.1) ist sinngemäß anzuwenden, wobei der Religionslehrer nach pädagogischen und methodischen Gesichtspunkten auszuwählen hat.

b) Evangelischer Religionsunterricht

Bildungs- und Lehraufgabe:

Siehe Sportlehrerausbildung (Anlage A.1).

Lehrstoff:

Siehe Anlage A. 1 Abschnitt IV.

Der Lehrstoff ist entsprechend der Ausbildungsdauer zu kürzen und zu raffen.

V. BILDUNGS- UND LEHRAUFGABEN DER EINZELNEN UNTERRICHTSGEGENSTÄNDE, AUFTEILUNG DES LEHRSTOFFES

1. RELIGION

Siehe Abschnitt IV.

2. DEUTSCH

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verbesserung des mündlichen und schriftlichen Ausdruckes. Erwerb von Kenntnissen für Präsentationen und Moderationen.

Lehrstoff:

Einführung in die Fachterminologie; Protokollführung; Moderations- und Präsentationstechniken, Referate; Schriftverkehr mit Behörden.

3. POLITISCHE BILDUNG UND ORGANISATIONSLEHRE

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verständnis für das politische und soziale Leben der Gegenwart in Bezug auf das österreichische Staatswesen auch im europäischen Zusammenhang. Erwerb von Kenntnissen zum Verständnis sportpolitischer Institutionen.

Lehrstoff:

Wesen und Aufgabe der Republik mit Betonung der österreichischen Verhältnisse; Österreich im Rahmen der europäischen Union; gesetzliche Verankerung des Sportes und des Instruktorwesens unter besonderer Berücksichtigung des Bergsportes; Organisation der alpinen Vereine.

4. RECHTLICHE GRUNDLAGEN

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um die rechtlichen Aspekte des Bergsportes.

Lehrstoff:

Gesetzliche Grundlagen des Bergsportes bzw. des Freizeitrechtes (Wegefreiheit) in Österreich; Pflichten und Rechte der Instruktoressen; Klärung der Begriffe Sorgfaltsmaßstab, Fahrlässigkeit; Schadensfälle und Haftungsfragen im Straf- und Zivilrecht; Versicherung.

5. SPORTBIOLOGIE UND ERSTE HILFE

Bildungs- und Lehraufgabe:

Vermittlung von Kenntnissen und Maßnahmen in Erster Hilfe.

Darstellung sportbiologischer Zusammenhänge als Grundlage eines gezielten Wirkens des Instruktoressen.

Lehrstoff:

Unfallmanagement; typische Verletzungen und lebensbedrohende Zustände; Sofortbergung, Lagerung und Transport eines Verletzten; Wundversorgung; Sonne-, Hitze-, Kälteschäden; Reanimation; Tapeverbände.

Aufbau des Skeletts, des Stütz- und Bewegungsapparates; Entstehung einer Bewegung; Herz und Kreislauf; Ernährung und Verdauung; Entwicklung der sportlichen Leistungsfähigkeit; altersbedingte Besonderheiten im Übungsbetrieb; Schäden am Bewegungsapparat; sportmotorische Tests; Hygiene im Sport; Höhenbergsteigen.

6. TRAININGS- UND BEWEGUNGSLEHRE

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um die Grundlagen der Bewegungslehre und der sportartspezifischen Inhalte der Trainingslehre.

Lehrstoff:

Physikalische Grundlagen des Bergsportes, Grundlagen der Bewegungssteuerung (Koordination); psychische Einflüsse auf die Bewegungssteuerung; Bewegungseigenschaften (Rhythmus, Dynamik, Präzision); motorische Entwicklung; leistungsbestimmende Merkmale und Möglichkeiten zur Verbesserung von Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, koordinativen Fähigkeiten, Gleichgewicht usw.; Belastungsgrundsätze, Belastungsmethoden; Leistungskontrollen; Grundlagen der Trainingsplanung.

7. PÄDAGOGIK, DIDAKTIK UND METHODIK

Bildungs- und Lehraufgabe:

Aneignen von didaktischen und methodischen Prinzipien beim Vermitteln spezieller Lerninhalte des Bergsportes.

Lehrstoff:

Abgrenzung der Aufgabenbereiche von Pädagogik, Didaktik und Methodik; die Rolle des Instruktoressen als Erzieher und Begleiter; Methoden zum Erwerb von Wissen und Können. Einführung in die Grundlagen motorischen, kognitiven und emotionalen Lernens; Erarbeiten von Methoden zur Unterstützung und Festigung des Wissens- und Könnenserwerbes in diesen Bereichen; Vorstellen und Erarbeiten verschiedener Formen des Übungsbetriebes.

8. SPORTPSYCHOLOGIE

Bildungs- und Lehraufgabe:

Erwerb von Kompetenz in der Einnahme der Leitungsfunktion und des damit verbundenen passenden Führungshandelns. Wissen um gruppenspezifische Modelle und den sich daraus ergebenden Konsequenzen für das Leiten von Gruppen.

Lehrstoff:

Reflexion des persönlichen Zuganges zu den Themen Leiten und Führen; Führungstheorien; Funktion und Rolle; Motivation. Beschreiben von Gruppenprozessen anhand von ausgewählten Modellen der Gruppendynamik; Interventionen in schwierigen Gruppensituationen und damit verbundenes adäquates Leiterverhalten.

9. ORIENTIERUNGS- UND KARTENKUNDE

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um die Grundlagen der Orientierung und Funktionalität von technischen Orientierungshilfen.

Lehrstoff:

Eigenschaften, Gliederung, Funktion der Karte; kartographische Gestaltungsmöglichkeiten (Maßstab, Schrift, Höhenlinien, Signaturen etc.); Kartenrandangaben; Funktion und Handhabung technischer Orientierungshilfen (Bussole, Höhenmesser und GPS); Methoden zur Orientierung im Gelände.

10. RISIKOMANAGEMENT UND UNFALLKUNDE

Bildungs- und Lehraufgabe:

Bergsport als Risikosport erkennen und reflektieren, Risikobewusstsein fördern.

Lehrstoff:

Analyse von Bergsportunfällen, Unfallstatistik, Unfall-Ursachenforschung; Strategien zur Risikominimierung, Standardmaßnahmen; Risiko und Gesellschaft; Theorien der menschlichen Risikobereitschaft.

11. WETTERKUNDE

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um grundlegende Zusammenhänge des Wettergeschehens; Wissen um die Bedeutung des Wetterberichts.

Lehrstoff:

Physikalische Grundlagen (Luftdruck, Temperatur, Feuchtigkeit); wetterbestimmende Luftmassen; Wind; Niederschlag; Frontsysteme; Wolkenformen und Wettererscheinungen (Gewitter und Blitz); Großwetterlage; typische Alpinwetterlagen; Wetterprognose (Informationsmöglichkeiten und Interpretation, entsprechendes Handeln).

12. NATURKUNDE UND ÖKOLOGIE

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um die Entstehung und ökologische Bedeutung der Alpen; Pflanzen und Tiere in diesem Lebensraum.

Lehrstoff:

Geologischer Aufbau (Gliederung) der Ostalpen, Pflanzen und Tiere als Gestaltungselement geführter Touren, Umweltschutz, Gletscher, geografische und naturkundliche Fachliteratur.

13. GERÄTEKUNDE UND AUSTRÜSTUNG

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um Angebot und Funktionalität der modernen Bergsportausrüstung.

Lehrstoff:

Normen für Bergsportausrüstung; Beurteilung des Angebotes in Bezug auf Funktionalität, richtiger Umgang mit der Ausrüstung und deren sachgemäße Wartung.

14. SICHERUNGSTHEORIE

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um eine funktionierende Sicherungskette und deren physikalische Gesetzmäßigkeiten; Kriterien für den Einsatz verschiedener Führungstechniken.

Lehrstoff:

Grundbegriffe der Physik (Bruchlast, Sturzfaktor, Fangstoß, Bremskraft); Knoten und Anseilen; Belastbarkeit von Sicherungsmitteln und Fixpunkten in der Sicherungskette; der Bohrhaken; die Einsatzkriterien und die Vor- und Nachteile verschiedener Führungstechniken (zB Seilschaftsklettern, Verkürztes Seil, Kurzes Seil, Seiltransport).

15. PRAKTISCHE ÜBUNGEN

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um Durchführung, Organisation und Inhalte einer allgemeinen körperlichen Vorbereitung für den Bergsport.

Lehrstoff:

Methoden und Inhalte zur Verbesserung der aeroben Ausdauer, der Kraftausdauer, der Beweglichkeit, von Gleichgewicht und Gewandtheit bzw. koordinativen Fähigkeiten; ausgewählte bergsportspezifische Trainingsprogramme.

16. PRAKTISCH-METHODISCHE ÜBUNGEN

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen und Umsetzung von Methoden und Inhalten zum Erlernen, Festigen, Verbessern der für den/die Bergsport/Hochtouren relevanten Wissens- und Könnensbereiche.

Lehrstoff:

Aufbau methodischer Übungsreihen und Übungsbetrieb zu grundlegenden Techniken des Bergsportes (Erlernen, Festigen, Verbessern der Klettertechnik in Fels und Eis; Steigeisengehen; Gehen in weglösem Gelände; Abseilen und Ablassen; Sicherungskette in Fels und Eis).

17. HOCHTOUREN FELS UND EIS

Bildungs- und Lehraufgabe:

Risikobewusste Führungs- und Ausbildungsarbeit auf Hochtouren.

Lehrstoff:

Festigung und Verbesserung des Eigenkönnens in Fels und Eis; Routenwahl und Routenfindung; Thematik Standortwahl Standplatz; Standplatzbau und Sicherungskette; Klettern und Gehen in Seilschaft; Führen auf Hochtouren; Abseilen; Rückzugstechniken; Standardmaßnahmen; Übungstouren; Problemsituationen und mögliche Lösungsansätze bei Führungstouren.

18. BERGRETTUNGSTECHNIK

Bildungs- und Lehraufgabe:

Beherrschen behelfsmäßiger Rettungstechniken im Fels und das Wissen um organisierte Rettung.

Lehrstoff:

Selbstrettung; Kameradenrettung; Bergung und Abtransport; Helikopterbergung.