

## INSTRUKTORENAUSBILDUNG FÜR KLETTERN-ALPIN

### I. ALLGEMEINES BILDUNGSZIEL

Der Lehrgang zur Ausbildung von Instruktoren für Klettern-Alpin 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 Instruktors für Klettern-Alpin vertraut zu machen. Instruktor für Klettern-Alpin im Sinne dieser Verordnung ist eine nach den folgenden Bestimmungen ausgebildete und qualifizierte, fachkundige Person, die befähigt ist, Personen (Gruppen) an natürlichen und künstlichen Kletteranlagen zu betreuen, in weglosem Gelände, auf Klettersteigen und alpinen Kletterrouten zu führen. Die Aufgabe des Instruktors für Klettern-Alpin ist es, selbständige Kletterer 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
<b>A. Pflichtgegenstände</b>	
<b>I. Theorie</b>	
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 .....	6
10. Risikomanagement und Unfallkunde .....	4
11. Wetterkunde .....	5
12. Naturkunde und Ökologie .....	4
13. Gerätekunde und Ausrüstung .....	4
14. Sicherungstheorie .....	4
<b>II. Praxis</b>	
15. Praktische Übungen .....	6
16. Praktisch-methodische Übungen .....	14
17. Klettern-Alpin .....	45
18. Bergrettungstechnik .....	15
<b>Summe:</b>	<b>154</b>

### 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 Instruktors für Klettern-Alpin 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)

##### **b) 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.

##### **a) 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.

## 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 Orientierungshilfen.

### **Lehrstoff:**

Eigenschaften und Gliederung einer 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 und Interpretation 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, geografische und naturkundliche Fachliteratur.

## 13. GERÄTEKUNDE UND AUSTRÜSTUNG

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Wissen um Angebot und Funktionalität der 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 Bergsport/Klettern relevanten Wissens- und Könnensbereiche.

### **Lehrstoff:**

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

## 17. KLETTERN-ALPIN

### **Bildungs- und Lehraufgabe:**

Sichere Ausbildungs- und Führungsarbeit auf Kletterrouten.

### **Lehrstoff:**

Sichern und Klettern im Vor- und Nachstieg, Festigung und Verbesserung des Eigenkönnens im Fels und auf künstlichen Kletteranlagen; Führen im Fels; Queren von Firnfeldern; Standplatzbau; Sicherungskette; Standardmaßnahmen; Abseilen; Rückzugstechniken; 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.