



SPORTINSTRUKTOR*IN ^{1/2}

MIT DEM SCHWERPUNKT GANZHEITLICHE BEWEGUNGS- ANGEBOTE IN DER NATUR

HINTERGRUND

Im letzten Jahr haben viele Menschen auf die Ressource Natur zurückgegriffen, um herausfordernde Zeiten gut zu überstehen.

Dies haben wir zum Anlass genommen, um eine neue Ausbildung zu gestalten, in deren Mittelpunkt die Steigerung des Wohlbefindens steht.

Wir beschäftigen uns in der Ausbildung mit den zentralen Wirkfaktoren „Bewegung in der Natur“ und „Gestaltung eines sozialen Rahmens der uns gut tut“.

Im Rahmen dieser Ausbildung ist ein nachhaltiger Umgang mit der Ressource Mensch und Natur von zentraler Bedeutung.

DIE AUSBILDUNG

- findet vorwiegend im Gelände statt und basiert auf einem ganzheitlichen Menschenbild
- soll den klassischen Zugang der Leistungsoptimierung im Sport um Bewegungskonzepte mit nach innen gerichteter Aufmerksamkeit ergänzen
- stellt die Qualität der Bewegung und der Wahrnehmung in den Mittelpunkt
- Beschäftigt sich mit den zu beachtenden Bedürfnissen des Lebensraums Natur und mit Natur als wichtigem Wirkfaktor für das menschliche Wohlbefinden

Die Ausbildung entspricht dem Rahmenlehrplan C1 des Bildungsministeriums und umfasst **4 Module mit ca. 170 UE (= 17 Ausbildungstage + Prüfungstag)**.



Bundessportakademie
Wien

Auf der Schmelz 6,
1150 Wien

Abt.vorstand Schneesport:
Prof. Mag. Norbert Meister
norbert.meister@bspa.at

Sekretariat: Claudia Ebner
claudia.ebner@bspa.at
+43 1 4277 27940

www.bspa.at



<https://www.bspa.at/wien/ausbildungen/detailansicht/33317105/>

SPORTINSTRUKTOR*IN ^{2/2}

MIT DEM SCHWERPUNKT GANZHEITLICHE BEWEGUNGS- ANGEBOTE IN DER NATUR

LERNERGEBNISSE

Die Teilnehmenden erhalten Basiskenntnisse in den Bereichen

- Tourenplanung und -durchführung
- Gruppenführung und Anleitungsverhalten
- Trainingslehre und Sportbiologie
- ganzheitliche Natur- und Körperkonzepte

Die Absolvent*innen sind im Anschluss in der Lage,

- leichte Wanderungen mit Gruppen zu planen und durchzuführen
- und diese mit gesundheitsorientierten und naturverträglichen Bewegungsangeboten zu erweitern

ANRECHNUNGSMÖGLICHKEIT

Alpinen Instruktor*innen und Übungsleiter*innen aus den Bereichen Wandern/Winterwandern, Hochtouren, Ski(hoch)touren und Klettersteig wird das 4-tägige Startmodul angerechnet (=Verkürzung auf 12 Ausbildungstage).

Die Eignungskriterien orientieren sich in den Grundzügen am Instruktor Wandern.

DIE MODULINHALTE IN SCHLAGWORTEN

- **Basiskompetenzen Outdoor (4 Tage):** Orientierung, Tourenplanung, Wetterkunde, Ausrüstung, Rechtskunde, Notfallmanagement im Gelände, Kommunikation, Naturschutz im Outdoorsport
- **Gruppenführung, Arbeit mit Gruppen (4 Tage):** Gruppenmodelle in Theorie und Praxis; Auftragsklärung mit Kursteilnehmer*innen; Entwicklung von Führungsrollen, die ein bio-psycho-soziales Gesundheitsbild fördern; eigene Motivklärung für naturnahe Bewegungsangebote; Auseinandersetzung mit eigenen Leitungszugängen; Interventionstechniken
- **Training und Körperkonzepte (4 Tage):** Trainingslehre, Sportbiologie, Selbstregulation durch Bewegung und Atmung (Aktivierung/Entspannung), Wahrnehmungsschulung und -lenkung
- **Körper- und Naturkonzepte (5 Tage):** Erwerben von Anleitungskompetenz in eigenwahrnehmungsorientierten Bewegungsformen, Wechselwirkung Mensch-Natur, Nutzergruppen und ökologische Aspekte, Wissen über naturverträgliche Rahmenbedingungen für Bewegungsprogramme mit Gruppen im Freien.

Bundessportakademie
Wien

Auf der Schmelz 6,
1150 Wien

Abt.vorstand Schneesport:
Prof. Mag. Norbert Meister
norbert.meister@bspa.at

Sekretariat: Claudia Ebner
claudia.ebner@bspa.at
+43 1 4277 27940

www.bspa.at



<https://www.bspa.at/wien/ausbildungen/detailansicht/33317105/>