



Leitung:
Dir. Mag. Wolfgang Frühwirth
Kadettengasse 19d
A-8041 Graz
www.bspa.at



Österreichische Lehrwarte- und Instruktorausbildung

Abteilungsvorstand:
MMag. Georg VEITZ

Sekretariat:
Regina STANGL

Telefon:
+43 316 327980

Fax:
+43 316 327980-16

E-Mail:
regina.stangl@bspa.at

2. Änderung

26.03.2012

Ausschreibung zur Instruktorausbildung für FITSPORT mit Schwerpunkt gesundheitsorientiertem Sporttreiben, koordinative und konditionelle Grundausbildung für Kinder u. Jugendliche 2012

Die Bundessportakademie Graz führt gemeinsam mit allen Verbänden eine Ausbildung zum staatlich geprüften Instruktor für FITSPORT durch.

Kurzbeschreibung zur Ausbildung / zum Kurs

Ausbildungsleitung

MMMag. Thomas GUTSCHLHOFER, Tel. Nr. 0316/327980-17, E-Mail: thomas.gutschlhofer@bspa.at

Fachverband

Alle Verbände

Ausbildungsziel

Betreuung von Gruppen im gesundheitsorientiertem Kinder- und Jugendsport im Konditions- und Koordinationstraining in Vereinen.

Zielgruppe

Interessierte des Konditions- und Koordinationstrainings mit Schwerpunkt auf gesundheitsorientiertem Sporttreiben für Kinder und Jugendliche, welche die Voraussetzungen für die Eignungskriterien erbringen können.

Schwerpunkt: Theoretische Grundlagen und praktische Grundausbildung des Konditions- und Koordinationstrainings mit Schwerpunkt auf gesundheitsorientiertem Sporttreiben für Kinder und Jugendliche mit den praktischen Schwerpunkten: leichtathletische Grundausbildung, einfache Geräteturn- u. Akrobatikübungsformen, Jonglier- und Ballkoordination, Gleichgewichtsschulung (zB. Einradfahren), Kraft- u. Stabilisationstraining.

Schulungen zur Bewegungsbeobachtung und -analyse im praktischen Ablauf von Bewegungsaufgaben. Planungen von Trainingseinheiten mit Einbeziehung von Motivationsgrundlagen, um nachhaltige Trainingsabläufe im gesundheitsorientierten Breitensport bzw. im beginnenden Leistungssport gewährleisten zu können.

Ausbildungsaufbau

Blockveranstaltungen

Allgemeine und spezielle Inhalte (Theorie und Praxis), Anwendungen und Umsetzung in Vereinen und Schulen.

Es herrscht bei allen Unterrichtseinheiten Anwesenheitspflicht!

Ausbildungstermine

Kursteil I: 11.06. bis 16.06.2012 BSPA Graz Liebenau

Kursteil II: 24.09. bis 29.09.2012 BSFZ Schielleiten

Kursteil III: 25.10. bis 28.10.2012 BSPA Graz Liebenau

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt generell an die Bundessportakademie Graz, Kadettengasse 19d, 8041 Graz.

E-Mail: infograz@bspa.at, Tel.Nr.: 0316/327980, Fax: DW 16

Die Kursanmeldung soll bitte nur dann eingesandt werden, wenn alle Kursteile besucht werden können.

Anmeldeschluss für die Eignungsprüfung

Mittwoch, 25. April 2012

Ausbildungsbeginn

Montag, 11. Juni 2012

Aufnahmebedingungen

1. **Ärztliche Bestätigung**, welche nicht älter als 6 Monate ist und die körperliche Eignung der AufnahmewerberInnen bestätigt.
2. Nachweis der Absolvierung eines 16-stündigen **Erste-Hilfe-Kurses** der nicht länger als 5 Jahre zurück liegt.
3. Die AufnahmewerberInnen müssen im Jahr der Abschlussprüfung (2012) das 18. Lebensjahr (1994) vollendet haben.

Anmeldungen ohne ärztliches Attest sind unvollständig, somit kann der Aufnahmewerber **nicht** zur Eignungsprüfung zugelassen werden!

Kontakt für Erste Hilfe- und Helferschein Kurse:

Mag. René Schönberger, Tel. Nr. 0316/327980-13, E-Mail: rene.schoenberger@bspa.at

Eignungsprüfungen

Sonntag, 29.04.2012 um 14.00 Uhr im BSFZ Schielleiten, 8223 Stubenberg/See

Es wird darauf hingewiesen, dass nach erfolgter Anmeldung keine gesonderte Einladung zur Eignungsprüfung erfolgt!

Ohne Vorlage des ärztlichen Attests ist eine Teilnahme an der Eignungsprüfung und am Kurs nicht möglich!

EIGNUNGSKRITERIEN:

1.) Koordinations-Test im Turnsaal (siehe Beilage)

Limits: Für Frauen 41 Sekunden und für Männer 38 Sekunden

2.) Ausdauer: 3000 m Dauerlauf auf der Rundbahn

Limits für Frauen: Unter 16 Minuten und für Männer unter 15 Minuten

Die Ergebnisse der Eignungsprüfung und die sich daraus ergebende Teilnahmeberechtigung werden den Teilnehmern/Innen unmittelbar nach der Eignungsprüfung bekannt gegeben.

Ausrüstung

Sportausrüstung für allgemeines Konditions- und Koordinationstraining in der Halle (Hallenschuhe mit heller Sohle) und im Freien (Regenbekleidung).

Abschlussprüfung

Samstag, 24.11.2012 um 08.00 Uhr, BSPA Graz Liebenau

Die kommissionelle Abschlussprüfung wird von einer staatlichen Prüfungskommission abgehalten, wobei die Vortragenden als Fachprüfer eingesetzt werden.

Eine Zulassung zur kommissionellen Abschlussprüfung kann erst nach positiver Ablegung aller Semesterprüfungen und der Einhaltung der Anwesenheitspflicht erfolgen. Die Absolventen erhalten ein staatliches Zeugnis.

Kurskosten

Der Kursbesuch (Unterricht + sämtliche Prüfungen) ist kostenlos. Für Fahrt-, Aufenthalts- und Verpflegungskosten müssen Sie jedoch selbst aufkommen. Weiters ist gleichzeitig mit der Anmeldung ein Beitrag von € 150,- auf das Konto der Bundessportakademie PSK 5260601, BLZ: 60000, IBAN AT03600000005260601, BIC OPSKATWW zu überweisen.

Ohne rechtzeitige Anzahlung ist eine Teilnahme an der Eignungsprüfung und somit an o. a. Ausbildung nicht möglich!!!

**Spätere Nachzahlungen sind ausnahmslos nicht möglich.
Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 20 KursteilnehmerInnen.**

Dieser Betrag wird für Lehrunterlagen sowie Arbeitsmittelbeiträge (Sportstätten, Diagnose- und Materialkosten, etc.), sowie bei zu später Abmeldung vor Kursbeginn für etwaige anfallende Storno- und Reuekosten, verwendet.

Bei Nichtbestehen der Eignungsprüfung wird die Anzahlung umgehend refundiert.

Unterkunft und Verpflegung

Für Unterkunft und Verpflegung der Kursteile in Graz haben die Teilnehmer selbst Sorge zu tragen.

Bei der Quartiervermittlung ist Ihnen das Fremdenverkehrsamt der Stadt Graz gerne behilflich.

Telefon: 0316/8075-0, E-Mail: info@graztourismus.at

Günstige Quartiere (Frühstückspension oder Halbpension) gibt es im, JUFA Graz, Idlhofgasse 74, 8020 Graz, Tel: +43(0)5/7083-210, Fax: +43(0)5/7083-211, E-Mail: graz@jufa.at, Homepage: www.jufa.at

Bei Buchungsbekanntgabe ist anzugeben, dass Sie Kursteilnehmer bei einer Instruktorausbildung an der BSPA Graz sind und damit erhalten Sie den begünstigten Preis.

Weitere Quartiermöglichkeiten:

www.appartement-graz.at

www.greenrooms.at

www.hotel-sued.com

Die Kursleitung organisiert das Quartier, die Verpflegung und die entsprechenden Sportstätten für den Kursteil II in Schielleiten. Vollpension inkl. Benützung der Anlagen kostet pro Tag ab 49,-- Euro. Für Einzelzimmerbuchungen ist mit einem Aufpreis von ca. 9,-- Euro zu rechnen. Die KursteilnehmerInnen, die kein Quartier benötigen, müssen dies rechtzeitig der Kursleitung bekannt geben und ca. € 13,-- /Tag als Anlagenbenützungsgebühr an das BSFZ Schielleiten entrichten. (Die Zimmervergabe erfolgt nach Maß der Verfügbarkeit.)

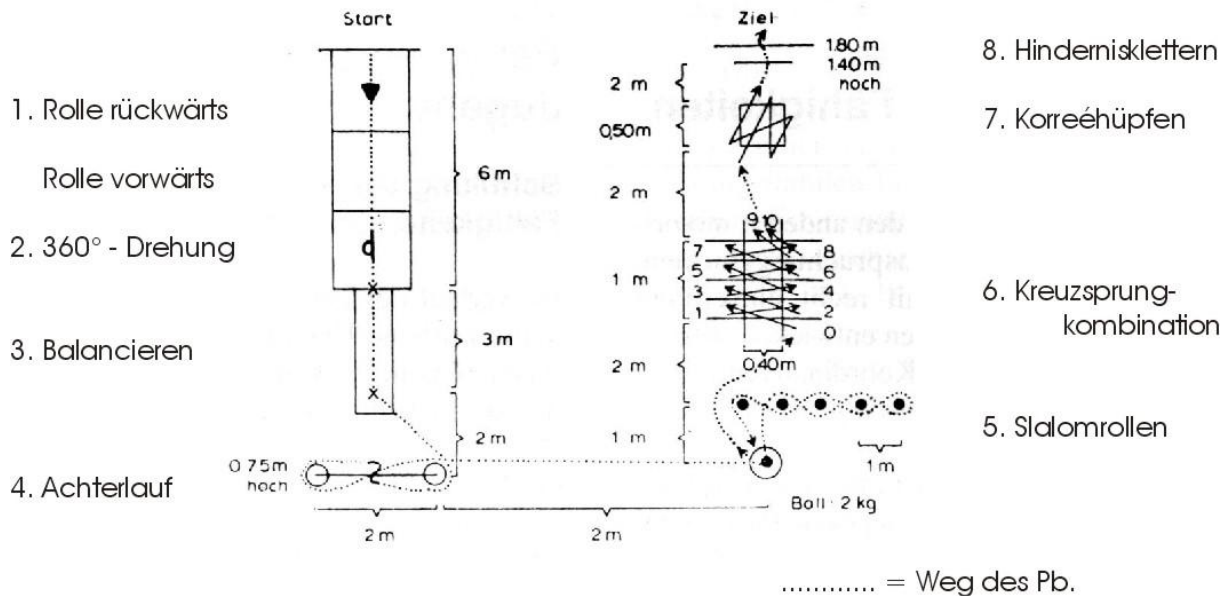
Sonstiges

Sonderbedingungen – Anrechenbarkeiten

Geprüfte Leibeserzieher, Diplomsportlehrer, Trainer und Lehrwarte, sowie Studierende an den österreichischen Instituten für Sportwissenschaften können vom Besuch jener allgemeinen Lehrveranstaltungen dispensiert werden, von denen sie gleichwertige Prüfungen im Rahmen ihrer Ausbildung abgelegt haben. Die Teilnahme an den Prüfungen in jenen Unterrichtsgegenständen, die im Rahmen der kommissionellen Abschlussprüfung geprüft werden ist jedoch verpflichtend, ebenso ist die Teilnahme an den Prüfungen in allen spartenspezifischen Unterrichtsgegenständen verpflichtend. Entsprechende Unterlagen sind dem Kursleiter **14 Tage vor Ausbildungsbeginn** vorzulegen, **eine spätere Anrechnung kann nicht erfolgen.**

Abteilungsvorstand
MMag. Georg VEITZ eh.

Direktor
Mag. Wolfgang FRÜHWIRTH eh.



Der Wiener Koordinationsparcours (nach Warwitz 1976)

Ein weiterer, vor allem für den gesamten Bereich der 11- bis 18-jährigen geeigneter Test ist der sogenannte „Wiener Koordinationsparcours“ (WKP). Sein Vorteil besteht vor allem darin, dass er Normtabellen vorweisen kann, die eine unmittelbare und übergreifende Einschätzung der koordinativen Leistungsfähigkeit ermöglichen.

Testbatterie

- Rolle rückwärts – Rolle vorwärts (auf Bodenmatten)
- 360° - Drehung um die Körperlängsachse
- Balancieren über eine umgedrehte Langbank (3m markieren);
- Achterlauf um zwei durch Gummiseil miteinander verbundene Ständer (je einmaliges Unterlaufen und Überspringen des Seils).
- Slalomrollen: Der in einem Gymnastikring bereitliegende Medizinball ist mit den Händen oder Füßen slalommäßig um die 5 Kegel zu rollen und wieder sicher im Ring zu deponieren; umgestossene Kegel sind wieder aufzustellen.
- Kreuzsprungkombination: Das Kästchenmuster wird entsprechend Planskizze wie folgt durchsprungen: Beginnend mit der Ausgangsstellung (links Fuß an der Position 0) überspringt der Proband entsprechend der Zahlenfolge jeweils mit dem äusseren Bein, also kreuzweise, das mittlere Kästchenfeld, bis er mit dem neunten Sprung beidbeinig in der Position 9/10 zum Stehen kommt; grobe Fehler (wie Betreten des Mittelfeldes, Auslassen einer Sprungfolge) führen zur Wiederholung der Aufgabe.
- Karreehüpfen: Das mit Klebestreifen (bzw. Kreide) auf dem Boden markierte Quadrat ist entsprechend der Planskizze durch Hüpfen auf einem Bein je einmal vor- und rückwärts, rechts, links und vorwärts, also insgesamt fünfmal, zu überspringen; Fehler: Auslassen eines Sprunges, Betreten des Innenfeldes.
- Hindernisklettern: Der quergestellte Barren ist als Hindernis so zu bewältigen, dass der vordere (niedrigere) Holm untertaucht und der hintere (höhere) Holm überklettert wird. Die Holme sollten den größtmöglichen Abstand erhalten.