

Kurztitel

Lehrpläne - Ausbildung von Leibeserziehern und Sportlehrern

Kundmachungsorgan

BGBI. Nr. 529/1992

§/Artikel/Anlage

Anl. 1/8

Inkrafttretensdatum

01.09.1992

Außerkrafttretensdatum

30.11.1992

Text

Anlage A.8

SKILEHRER- UND SKIFÜHRER-AUSBILDUNG

I. ALLGEMEINES BILDUNGSZIEL

Der Lehrgang zur Ausbildung von Skilehrern und Skiführern hat in einem zweisemestrigen Bildungsgang unter Bedachtnahme auf den § 1 des Bundesgesetzes über Schulen zur Ausbildung von Leibeserziehern und Sportlehrern zur Aufgabe, fachlich hochqualifizierte Skilehrer, die mit ihren erzieherischen und fachlichen Aufgaben bestens vertraut sind, auszubilden. Die Ausgebildeten müssen in der Lage sein, nach dem österreichischen Skilehrplan zu unterrichten. Skilehrer und Skiführer im Sinne dieser Verordnung sind nach den folgenden Bestimmungen ausgebildete und qualifizierte Fachlehrer für den erwerbsmäßigen Skiunterricht, die befähigt sind, einen dem österreichischen Skilehrplan entsprechenden Unterricht in allen Altersstufen zu erteilen.

II. STUNDENTAFEL

(Gesamtstundenzahl und Stundenausmaß der einzelnen Unterrichtsgegenstände. Hiebei ist bei jedem Unterrichtsgegenstand zuerst das Wochenstundenausmaß bei einem Unterricht während des gesamten Semesters daneben in Klammer das gesamte Stundenausmaß im Falle des Einbeziehens von Formen des Fernunterrichtes angegeben.)

		1. Semester		2. Semester			
		Wochen-	(Gesamt-	Wochen-	(Gesamt-		
		stunden	ausmaß bei	stunden	ausmaß bei		
			Einbe-		Einbe-		
			ziehung		ziehung		
			des		des		
			Fernunter-		Fernunter-		
			richtes)		richtes)		
A. Pflichtgegenstände							
I. Theorie							
1. Religion	1,0	(5,0)	1	(5,0)	2,0	(10,0)	
2. Deutsch	-	-	1,0	(5,0)	1,0	(5,0)	
3. Englisch	5,0	(25,0)	5,0	(25,0)	10,0	(50,0)	

4. Französisch	5,0	(25,0)	5,0	(25,0)	10,0	(50,0)
5. Politische Bildung und Organisations- lehre	-	-	1,0	(5,0)	1,0	(5,0)
6. Betriebskunde und Kaufmännisches Rechnen	-	-	4,0	(20,0)	4,0	(20,0)
7. Geschichte der Leibesübungen (des Sports) ...	-	-	2,0	(10,0)	2,0	(10,0)
8. Gerätekunde und Sportstättenbau	-	-	3,0	(15,0)	3,0	(15,0)
9. Funktionelle Anatomie und Erste Hilfe	3,0	(15,0)	-	-	3,0	(15,0)
10. Gesundheitser- ziehung, Physiologie und Lebenskunde	3,0	(15,0)	-	-	3,0	(15,0)
11. Pädagogik, Didaktik und Methodik	3,0	(15,0)	4,0	(20,0)	7,0	(35,0)
12. Bewegungslehre und Biomechanik	3,0	(15,0)	5,0	(25,0)	8,0	(40,0)
13. Trainingslehre	-	-	2,0	(10,0)	2,0	(10,0)
14. Alpinkunde	2,0	(10,0)	-	-	2,0	(10,0)
15. Schnee- und Lawinenkunde ...	2,0	(10,0)	-	-	2,0	(10,0)
16. Orientierungs- und Kartenkunde	2,0	(10,0)	-	-	2,0	(10,0)
17. Topographie der Skigebiete	-	-	1,0	(5,0)	1,0	(5,0)
18. Skiseminar	3,0	(15,0)	3,0	(15,0)	6,0	(30,0)
19. Alpinseminar ...	-	-	3,0	(15,0)	3,0	(15,0)
20. Nordischer Skilauf und Skiwandern	1,0	(5,0)	-	-	1,0	(5,0)
	33,0	(165,0)	40,0	(200,0)	73,0	(365,0)
II. Praxis						
21. Praktische Übungen	5,0	(25,0)	5,0	(25,0)	10,0	(50,0)
22. Seilkunde und Seilübungen	2,0	(10,0)	-	-	2,0	(10,0)
23. Bergrettungs- übungen	3,0	(15,0)	-	-	3,0	(15,0)
24. Unterrichtspraxis und Eigenkönnen im alpinen Skilauf	18,0	(90,0)	18,0	(90,0)	36,0	(180)
25. Alpinausbildung	10,0	(50,0)	-	-	(10,0)	(50,0)
26. Nordischer Skilauf	1,0	(5,0)	-	-	1,0	(5,0)
	39,0	(195,0)	23,0	(115,0)	62,0	(310,0)
Summe						
Theorie ...	33,0	(165,0)	40,0	(200,0)	73,0	(365,0)
Praxis ...	39,0	(195,0)	23,0	(115,0)	62,0	(310,0)
	72,0	(360,0)	63,0	(315,0)	135,0	(675,0)

III. Unterrichtspraxis

An Skischulen im Sinne der landesgesetzlichen Regelungen zwischen dem 1. und 2. Semester sechs Monate, davon können bis zu vier Monate durch eine entsprechend lange Praxis vor dem Eintritt in den Ausbildungslehrgang ersetzt werden.

B. Freigegegenstände

27. Skibobfahren: (wird in Kursform durchgeführt) in beiden Semestern nach Vereinbarung
28. Exkursionen:

C. Freifächer

29. Skiführer Ausbildung I: wird in einem fünftägigen Lehrgang im Anschluß an den Pflichtalpinkurs der Skilehrer Ausbildung durchgeführt
30. Skiführer Ausbildung II: wird in einem vierzehntägigen Prüfungslehrgang durchgeführt
31. Spezialkurs für Skilanglauf und Skiwandern: wird in einem siebentägigen Lehrgang durchgeführt

III. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN UND DIDAKTISCHE GRUNDSÄTZE

Der Bildungsgang wird in zwei Semestern durchgeführt. Sollte der Lehrgang unter Einbeziehung des Fernunterrichtes durchgeführt werden, so ist zu Beginn des Bildungsganges bei Ausgabe des Lehrmaterials eine entsprechende und ausreichende Einführung zu geben. Die Unterlagen des Fernunterrichtes sind so zu gestalten, daß der Inhalt und Umfang auf einen normal laufenden Ausbildungslehrgang Bedacht nimmt. Das festgelegte Lehrziel muß auch bei Einbeziehen des Fernunterrichtes erreicht werden.

In den einzelnen Unterrichtsstunden ist die pädagogische und erzieherische Zielsetzung zu berücksichtigen.

Im Unterricht ist in allen Gegenständen, besonders in den theoretischen Fächern, auf die spätere Berufsausübung des Skilehrers bzw. Skiführers Bedacht zu nehmen. Der Lehrstoff ist in Beziehung auf den Sport darzubieten, wobei das Verwenden von Anschauungsmaterial, Filmen, Demonstrationen usw. zum besseren Verständnis des Gebotenen und zum leichteren Anwenden in der Praxis beitragen soll. Auf die Querverbindungen in den einzelnen Unterrichtsgegenständen ist hinzuweisen. In den praktischen Übungen sind methodische Hinweise zu geben und die Schüler sind zu Selbsttätigkeit anzuregen.

IV. LEHRPLÄNE FÜR DEN RELIGIONSUNTERRICHT

(Bekanntmachung gemäß § 2 Abs. 2 des Religionsunterrichtsgesetzes)

a) Katholischer Religionsunterricht

Die Bestimmungen des Lehrplanes in Anlage A.1 sind sinngemäß anzuwenden.

b) Evangelischer Religionsunterricht

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wie Anlage A.1

Lehrstoff:

Die Bestimmungen des Lehrplanes in Anlage A.1 sind sinngemäß anzuwenden.

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

1. Religion

Siehe Abschnitt IV.

2. Deutsch

Bildungs- und Lehraufgabe:

Gewandtheit im mündlichen und schriftlichen Ausdruck im Hinblick auf die beruflichen Erfordernisse. Sicherheit in der Rechtschreibung und Ausdrucksweise. Einführung in die Sportterminologie.

Lehrstoff:

2. Semester (1 Wochenstunde):

Festigen des mündlichen und schriftlichen Ausdruckes mit Übungen in der Rechtschreibung und Zeichensetzung, Schreibung der wichtigsten Fremdwörter, die im Sport häufig Verwendung finden.

Berichte über vorgeschriebene Themen, Eingaben an Behörden. Referate und Diskussionen.

3. Englisch

Bildungs- und Lehraufgabe:

Erwerbung eines Wort- und Phrasenschatzes, der es dem Schüler ermöglicht, sich in der Fremdsprache zu verständigen. Von der Formen- und Satzlehre ist soviel zu bringen, daß der Teilnehmer in der Lage ist, praktische Aufgaben zu bewältigen und für seinen Beruf ausreichende Kenntnisse aufweist.

Lehrstoff:

1. Semester (5 Wochenstunden):

Schulung in der Aussprache durch Auswahl geeigneter Texte. Planmäßiger Aufbau eines speziellen Wort- und Phrasenschatzes. Einfache sachbezogene Texte (skiing, skating usw.).

Ausbau der notwendigen Grammatik, um dem Schüler eine Wendigkeit im Ausdruck zu vermitteln. Behandeln einfacher Gebiete des täglichen Lebens, die teilweise mit dem Sport im Zusammenhang stehen (meals, clothing, shopping usw.).

Fachausdrücke des Unterrichtes.

2. Semester (5 Wochenstunden):

Aktualitätsunterricht mit Hilfe von Zeitungsartikeln und Sportberichten. Konversationsübungen unter Verwenden des erarbeiteten Stoffes. Wortschatzübungen. Einfache Diskussionen.

Intensive Beschäftigung mit Sportthemen; Terminologie. Übersetzen von Sporttexten. Übungen im Dialog.

Auseinandersetzen mit der Entwicklung des Sportes im englischen

Sprachgebiet. Diskussionen.

Fachausdrücke des Unterrichtes.

4. Französisch

Bildungs- und Lehraufgabe:

Erwerbung eines Wort- und Phrasenschatzes, der es dem Schüler ermöglicht, sich in der Fremdsprache zu verständigen. Von der Formen- und Satzlehre ist so viel zu bringen, daß der Teilnehmer in der Lage ist, praktische Aufgaben zu bewältigen und für seinen Beruf ausreichende Kenntnisse aufweist.

Lehrstoff:

1. Semester (5 Wochenstunden):

Schulung in der Aussprache durch Auswahl geeigneter Texte. Planmäßiger Aufbau eines speziellen Wort- und Phrasenschatzes. Einfache sachbezogene Texte. Ausbau der notwendigen Grammatik, um dem Schüler eine Wendigkeit im Ausdruck zu vermitteln. Behandeln einfacher Gebiete des täglichen Lebens, die teilweise mit dem Sport im Zusammenhang stehen. Fachausdrücke des Unterrichtes.

2. Semester (5 Wochenstunden):

Aktualitätsunterricht mit Hilfe von Zeitungsartikeln und Sportberichten. Konversationsübungen und Verwenden des erarbeiteten Stoffes. Wortschatzübungen. Einfache Diskussionen.

Intensive Beschäftigung mit Sportthemen; Terminologie.

Übersetzen von Sporttexten. Übungen im Dialog. Auseinandersetzen mit der Entwicklung des Sports im französischen Sprachgebiet. Diskussionen. Fachausdrücke des Unterrichtes.

5. Politische Bildung und Organisationslehre

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verständnis für das politische und soziale Leben in der Gegenwart in bezug auf das österreichische Volk und die Republik. Wecken des Willens zu politischer Mitverantwortung, besonders im Hinblick auf den späteren Beruf. Wissen um den Aufbau des österreichischen Sportes.

Lehrstoff:

2. Semester (1 Wochenstunde):

Verschiedene Staatsformen, Wesen und Aufgaben der Republik mit besonderer Betonung der österreichischen Verhältnisse, Rechte und Pflichten des Staatsbürgers, Stellung des Staates zum Sport, Kompetenzfrage im

österreichischen Sport; Vereinswesen und Aufbau der einzelnen Sportinstitutionen, Einrichtungen des Sportes auf Bundes-, Landes-, Bezirks- und Gemeindeebene.

6. Betriebskunde und kaufmännisches Rechnen

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um die Organisation und Leitung eines Betriebes (Vereines, Heimes, Sportstätte usw.). Verstehen der Vorgänge im Wirtschaftsleben. Erziehen zu wirtschaftlichem Denken. Kenntnisse der einschlägigen Rechtsvorschriften, insbesondere der Rechte und Pflichten der Skilehrer. Vermitteln von mathematischen Kenntnissen, die zum Lösen von Aufgaben der Biomechanik notwendig sind.

Lehrstoff:

2. Semester (4 Wochenstunden):

Begriff der Betriebsführung, der Güterverwaltung, des An- und Verkaufes, Grundsätze des Vertragswesens, Versicherungsfragen, Rechtsvorschriften für die Berufsausübung (Skischulgesetze der Länder usw.). Einschlägige Ausschnitte aus dem Strafgesetz. Einführung in die Buchführung an Hand einfacher, facheinschlägiger Beispiele. Grundrechnungsarten. Kaufmännisches Rechnen.

7. Geschichte der Leibesübungen (des Sports)

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verstehen der historischen Grundlagen des Sportes mit besonderen Hinweisen auf Österreich soll zu einem Kritikbewußtsein führen.

Lehrstoff:

2. Semester (2 Wochenstunden):

Kurzer Überblick über die Entwicklung der Leibesübungen von ihrem Ursprung bis in die heutige Zeit. Darlegen der einzelnen Schwerpunkte und Aufzeigen der hierfür verantwortlichen Hintergründe mit besonderer Berücksichtigung des Skilaufes.

8. Gerätekunde und Sportstättenbau

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um den modernen Sportstättenbau und die Gerätekunde zur Anwendung im späteren Beruf.

Lehrstoff:

2. Semester (3 Wochenstunden):

Grundsätze für das Errichten von Sportstätten (Anlegen von Abfahrts- und Slalompisten), Raum- und Funktionsprogramm. Lagebestimmungen für die verschiedenen Sportstätten. Vermittlung des Verständnisses für eine zweckmäßige, dem Können angepaßte Ausrüstung, ihre Pflege und Wartung zur Erhaltung der Funktionstüchtigkeit.

9. Funktionelle Anatomie und Erste Hilfe

Bildungs- und Lehraufgabe:

Genaue Kenntnisse des menschlichen Körpers und seiner Funktion, um sportliche Aufgaben anatomisch richtig zu stellen. Vermitteln von Kenntnissen, die notwendig sind, um im Ernstfall Hilfe leisten zu können.

Lehrstoff:

1. Semester (3 Wochenstunden):

Aufbau des menschlichen Skelettes, des Stütz- und Bewegungsapparates. Funktion der verschiedenen inneren Organe, Gewerbelehre.

Erkennen von Verletzungen und der lebensbedrohlichen Zustände (Unterkühlung, Sonnenstich, Schock usw.) sowie die richtige Versorgung unter Berücksichtigung der Atemspende und Herzmassage. Praktische Durchführung von Maßnahmen in der Ersten Hilfe. Verbandslehre.

10. Gesundheitserziehung, Physiologie und Lebenskunde

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verstehen der einzelnen physiologischen Vorgänge, die der Skilehrer bzw. Skiführer zur Ausübung seiner Tätigkeit benötigt. Wissen um die Leistungsfähigkeit des Menschen und seiner Gesunderhaltung sowie Körperpflege.

Lehrstoff:

1. Semester (3 Wochenstunden):

Grundlagen der Sport- und Leistungsphysiologie (Muskelfunktion, Kreislauf, Atmung, Stoffwechsel, Ernährung, Ausscheidung, Wärmeregulation usw.). Funktion des Nervensystems und der Sinnesorgane. Spartenspezifische Probleme der Sport- und Leistungsphysiologie. Hygienische Voraussetzung für den Sport- und Trainingsbetrieb. Persönliche Lebensführung und -gestaltung.

11. Pädagogik, Didaktik und Methodik

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verstehen der grundlegenden Erkenntnisse der Pädagogik sowie der Grundsätze der Didaktik und Methodik des Sportes und Wissen um die Erkenntnisse zur kritischen Wertbestimmung des Sports. Wecken der Verständnisse für die Dynamik einer Gruppe und die Fähigkeit mit Einzelpersonen und mit einer Gruppe zu arbeiten.

Lehrstoff:

1. Semester (3 Wochenstunden):

Ausgewählte Kapitel aus der Sportpädagogik, spezielle Kapitel aus der Motivationslehre, Gruppendynamik und ihre Auswirkung.

Ziele der Erziehung, Faktoren und Methoden des Unterrichtes, Ziel- und Inhaltsbestimmungen, Unterrichtsanalyse (Lehrer - Schüler, Inhaltsbeziehung, Lehrmethoden, Unterrichtsplanung und -kontrolle). Methodische Hilfen - allgemeiner und spezieller Art. 2. Semester (4 Wochenstunden):

Charakterologie und Typologie, Wege zur Menschenkenntnis und Menschenbehandlung.

Fortsetzen der Unterrichtsanalyse (Lehrmethoden, Unterrichtsplanung, Planung und Verwendung methodischer Hilfen). Vorbereitung und Planung des Trainings, Trainingszielkontrollen.

12. Bewegungslehre und Biomechanik

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um die Bewegungsabläufe und ihre Beeinflussung. Verstehen der Grundprinzipien der Biomechanik und des motorischen Lernens.

Lehrstoff:

1. Semester (3 Wochenstunden):

Sportmotorische Prinzipien (Ökonomie, Zweckmäßigkeit, Ästhetik usw.), sportmotorische Grundeigenschaften und sportmotorische Eigenschaften (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer usw.). Bewegungseigenschaften (Grob- und Feinkoordination usw.) und ihre Verbesserung.

2. Semester (5 Wochenstunden):

Einführung in die Biomechanik sportlicher Bewegungen und Anleitungen sportmotorischer Tests, Bewegungsanalyse (Erstellen und Werten von Bewegungsdiagrammen). Rechnerisches Lösen biomechanischer Aufgaben.

13. Trainingslehre

Bildungs- und Lehraufgabe:

Erreichen der Fähigkeit, selbständig einen wirksamen und sachgemäßen Unterricht (Training) vorzubereiten und durchzuführen.

Lehrstoff:

2. Semester (2 Wochenstunden):

Historischer Überblick, Begriffsbestimmungen, Mittel zur Entwicklung des Trainingszustandes, Trainingsprinzipien, -klassen, -stufen, -glieder, -arten, -methoden, -formen, -mittel, -planung und -kontrolle in allgemeiner und spezieller Art.

14. Alpinkunde

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um die Grundlagen der Berg- und Gletscherkunde mit besonderer Betonung der subjektiven und objektiven Gefahren und deren Verhütung.

Lehrstoff:

1. Semester (2 Wochenstunden):

Aufbau der Alpen. Formenlehre von Fels und Eis. Alpine Wetterkunde. Schulung des Erkennens von Gefahren und der daraus resultierenden Verhütungsmaßnahmen.

15. Schnee- und Lawinenkunde

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verstehen der physikalischen und meteorologischen Voraussetzungen der Schneedecke zum Entstehen der Lawinen.

Lehrstoff:

1. Semester (2 Wochenstunden):

Schneebeschaffenheit, Entstehen der Lawinen, Geländebeschaffenheit, Verhaltensmaßnahmen.

16. Orientierungs- und Kartenkunde

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um die Grundsätze des Kartenlesens und der Funktion von Orientierungsgeräten.

1. Semester (2 Wochenstunden):

Standort- und Zielbestimmungen. Anlegen von Marschroutenskizzen, Alpenkartentypen, Kartenlesen.

17. Topographie der Skigebiete

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen über die Grundlagen und Auswirkungen des Skilaufs in den österreichischen - und sonstigen Skigebieten in geographischer Sicht.

Lehrstoff:

2. Semester (1 Wochenstunde):

Das Leitbild des idealen Skiplatzes. Vergleiche des Heimatgebietes zu Gebieten in näherer und weiterer Entfernung. Probleme der Unter- und Überentwicklung u. dgl.

18. Skiseminar

Bildungs- und Lehraufgabe:

Erziehung zu einer eigenen Meinungsbildung. Analysieren und Werten von spartenspezifischen Themen als Vorbereitung auf die Berufsausbildung. Wissen über die Skischul-Betriebsordnung.

Lehrstoff:

1. Semester (3 Wochenstunden):

Besprechung von aktuellen Sportereignissen, Referate und Diskussionen. Grundsätze einer allgemeinen Skischul-Betriebsführung, Pistenregeln.

2. Semester (3 Wochenstunden):

Spezielle Berufsfragen (Weiterbildung, Berufsmöglichkeiten, Leistungserhebungen, Massenmedien usw.); Grundsätze für den Umgang mit Schülern aller Altersstufen sowie mit Gleichgestellten und Vorgesetzten.

19. Alpinseminar

Bildungs- und Lehraufgabe:

Erziehen zur direkten Verbindung mit der erlebten Tagespraxis.

Lehrstoff:

2. Semester (3 Wochenstunden):

Besprechung der Alpinausrüstung, Probleme der Gruppenabfahrt im alpinen Gelände. Rechtsfragen des alpinen Skilaufs (Tourenprotokoll). Besprechen von Lawinenunfällen, Umweltschutz, Naturschutz.

Besprechen der Tagesarbeit durch den Lehrgangsleiter.

20. Nordischer Skilauf und Skiwandern

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um das Skiwandern und den sportlichen nordischen Skilauf.

Lehrstoff:

1. Semester (1 Wochenstunde):

Ausrüstung, Gerätekunde und -pflege, Wachsen. Die Grundsätze, verschiedene Lauftechniken. Anlage und Pflege von Loipen. Organisation von kleinen Wettkämpfen u. dgl.

21. Praktische Übungen

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verbessern des Eigenkönnens zum Erfassen spezieller methodischer

Maßnahmen.

Lehrstoff:

1. Semester (5 Wochenstunden):

Sportliche Grundtätigkeiten (Laufen, Werfen, Springen, Stoßen), Hallenspiele im Hinblick auf ihre Verwendung im Training, Sicherung und Festigung des Skifahrkönnens. Formen des modernen Konditionstrainings.

2. Semester (5 Wochenstunden):

Verbessern des Eigenkönnens in den drei Alpindisziplinen. Formen des speziellen Konditionstrainings. Spiele im Freien im Hinblick auf ihre Verwendung im Training. Wichtigkeit der möglichen Ordnungsformen im Übungsbetrieb.

22. Seilkunde und Seilübungen

Bildungs- und Lehraufgabe:

Wissen um den technischen Aufbau der verschiedenen Seilarten. Vor- und Nachteile im praktischen Gebrauch.

Lehrstoff:

1. Semester (2 Wochenstunden):

Anseilarten in Fels und Eis, Seilsicherung im An- und Abstieg, Seilgebrauch beim Sichern und Rettungseinsatz.

23. Bergrettungsübungen

Bildungs- und Lehraufgabe:

Erziehen zu sorgfältiger Arbeit bei der Verwendung planmäßiger und behelfsmäßiger Bergrettungsgeräte.

Lehrstoff:

1. Semester (3 Wochenstunden):

Selbst- und Fremdrettung unter Berücksichtigung des Geländes und der Unfallsituation. Bau und Gebrauch von behelfsmäßigen Bergungsgeräten, Biwakbau. Übungen im Auffinden und Bergen von Lawinen-Verschütteten, Flugrettungsübungen.

24. Unterrichtspraxis und Eigenkönnen im alpinen Skilauf

Bildungs- und Lehraufgabe:

Die in den Lehrbereichen angesprochenen Lehrinhalte, in der Folge „Österreichischer Skilehrplan“ genannt, sind als jenes praktische Eigenkönnen (spezielles Fertigniveau) sicherzustellen, das zur personen- und sachgerechten Demonstration spezieller Bewegungsabläufe zum Zweck des visuellen Lernens erforderlich ist (zB Demonstration von wichtigen Bewegungselementen, von fehlerhaften Bewegungsabläufen,

...). In gleicher Weise ist die unterrichtspraktische Erfahrung, einschließlich sprachlicher, organisatorischer und pädagogischer Fähigkeiten zu vermitteln.

Lehrstoff:

1. und 2. Semester (je 18 Wochenstunden)

Lehrbereich: Gewöhnen an das Gerät

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen treffen können, daß Schüler

- Geräte kennen und gebrauchen können;
- Geräte kontrollieren können;
- Einschränkungen und Erweiterungen der gewohnten Fortbewegung durch die Skiausrüstung erfahren.
- Im Stehen.

Ski anschnallen, Stöcke richtig fassen, ...

zB Skiheben links, rechts.
Seitsteigen links, rechts.
Umtreten (Drehpunkt
Skiende, Skischaufel, ...).
Niedersetzen - Aufstehen.
Vorlage - Rücklage.

- Im Gehen und Laufen;

zB Gleitschritte mit und ohne Stockhilfe.
Doppelstockschub.
Treppenschritte.
Grätenschritte.

- Im Aufsteigen.

Lehrbereich: Schußfahren/Gleiten

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen treffen können, durch welche die Schüler unter Erhaltung des Gleichgewichtes erfahren:

- Beschleunigung (Versteilung);
- Bremsen (Verflachung);
- Reibung;
- Führungskräfte;
- Angstabbau;
- Geschwindigkeit.

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen treffen können, daß Schüler mit liftähnlichen Einrichtungen und geeigneten Liften fahren.

Gelände: eben, leicht wellig; auch ohne Stöcke üben; aus den angebotenen Übungen nach Bedarf und Fähigkeit der Schüler auswählen und ähnliche Übungen selber finden. Die Übungen können auch in spielerischer Form (Staffel, Fangspiele, ...) und an (zB Karussell) oder mit geeigneten Geräten (zB Stangen, Bälle, Reifen, Schnüre) durchgeführt werden.

Nach Möglichkeit Torstangen (Richtungsänderungen, Wendepunkte, Abgrenzungen, ...) verwenden.

Vorerst nur

Grundstandsicherheit:

Schußfahren nicht perfektionieren; es wird später ständig mitgeübt. Auch schräg über den Hang (Schrägfahren).

zB Fahren in mittlerer, aufrechter und tiefer Körperstellung.

Mit Stockschieben.

Mit wechselweisem Skiheben (Skiende; Skispitze; links; rechts).

Aus der Spur steigen.

Mit Umtreten (Bogentreten) im Auslauf.

Spielerisches Üben mit geeigneten Geräten

(Torstange, Ball, ...).

Weniger begabte Schüler brauchen vermehrt Übungen auf dem Anfängerhang: Sanft geneigter Hang, womöglich mit ebenem Startplatz und sanftem Übergang in den Auslauf. Schußfahren (auch Schrägfahren) in abwechslungsreichem Gelände üben.

Auch Losfahren im Hang; dabei besonders auf gesicherten Auslauf achten!

Bewegungsbereites Verhalten: Sprung-, Knie- und Hüftgelenke leicht gebeugt; Ski offen (hüftbreit) führen;

gleichmäßige Belastung der Fußsohlen („satter Sohlenstand“).

Beim Stürzen nicht auf die Skienden setzen.

Lehrbereich: Pflug

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen setzen können, welche Schüler befähigen,

- die Skier (auf den Innenkanten) ins Rutschen zu bringen;
- durch Vergrößerung des Kantwinkels und/oder des Pflugwinkels zu bremsen;
- im Pflug beweglich zu bleiben.

zB im Stehen Pflugstellung einnehmen.

Schuß - Pflug im Auslauf.

Schuß - Pflug im Hang.

Pflug im Wechsel; schmal - breit (langsam und rasch).

Pflug - Bogentreten im Auslauf.

Bremspflug.

Mit Begabten nicht alle Übungen durchmachen. Ziel

der Übungen ist nur die Vorbereitung des

Pflugbogens.

Hüftbreite Skistellung beim Schußfahren erleichtert das Öffnen zum Pflug.

Durch Streckdrehen der Beine Skienden

hinausdrehen.

Lehrbereich: Pflugbogen

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen setzen können, daß die Schüler

- zum ersten Mal in Pflugstellung Kurven fahren, indem sie ungleiche Führungskräfte erzeugen (durch stärkeres Aufkanten und Belasten des Außenskis; durch stärkeres Belasten des Innenskiendes).

zB Pflugbogen im Auslauf.

Stärkeres Belasten des Außenskis (zB

Gewichtsverlagerung,

Außenbein strecken,

Innenskispitze heben,

Skiwechsel) und/oder

stärkeres Kanten des

Außenskis (zB Außenknie

nach innen drücken, Becken

nach innen verlagern).

Pflugbögen im Hang

aneinanderreihen.

Pflugwinkel verringern,

Außenski dosiert kanten -

besseres Steuern.

Pflugbögen auch deutlich

über die Falllinie fahren.

Pflugbögen mit

unterschiedlichen Radien

fahren; allmählich rasch

wechseln.

Kurze Pflugbögen auch mit

höherem Tempo fahren.

Rhythmisch

aneinanderreihen.

Belasten des Außenskis

durch Tiefgehen, um den

folgenden Pflugbogen

auszulösen.

Fahrtrichtung vorgeben (zB

durch Torstangen,

Skistöcke, Spur, Zuruf,

Markierung, ...);

Liftfahren erlernen.

Geländefahren mit

- später Pflugbögen so rhythmisch aneinanderreihen, daß sie von einer Kurvenlage in die andere gekippt werden (durch zusätzlichen Druckaufbau).

Lehrbereich: Vom Pflugbogen zum Schwingen

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen setzen können, jene Schüler, die noch Pflugbögen als Einzelbögen aneinanderreihen, über Schwünge mit Bergstemme zum Schwingen mit Talstemme zu bringen.

- Verhindern des Wegrutschens des Talskis beim Abstoß.
- Verhindern des zögernden und unsicheren Schwungwechsels.
- Verhindern des Abrutschens der Skienden in der Steuerphase.

Pflugbögen.

Sorgfältige Wahl des Übungsgeländes: flache bis mittelsteile Hänge, ungegliedert. Bei eisiger Piste und Kunstschnee sind grundsätzlich flachere Hänge zu wählen.

zB Aus dem Schrägfahren Skienden talwärts drehen: (Schwung zum Hang) - Schwung bergwärts - Bremsen lernen.

Abschwingen aus dem Pflug (Pflugschwung).

Auch mit Stockeinsatz.

Schwünge mit Bergstemme:

Mit zunehmendem Tempo; mit kleinerer Winkelstellung; mit früherem Beidrehen; mit kürzeren Radien; über leichte Buckel.

Torstangen: gleiche; später ungleiche Abstände.

Schwingen mit beidseitigem Stemmen (Einpflügen) und Beidrehen.

Schwung bergwärts (Schwung zum Hang) Talstemme - Schwung talwärts.

Schwingen mit Talstemme (Radien verkürzen). Auch mit Stockeinsatz.

X-beiniges Ausstemmen (zB beim Schwingen aus der Bergstemme).

Tiefwippen und damit deutliches Belasten (zB beim Schwingen aus der Talstemme).

X-beiniger Abstoß.

Tiefwippen und Aufkanten (Druckfassen; zB beim Schwingen aus einem Schlittschuhschritt).

zB Verkürzen des Radius gegen Schwungende mit Tiefwippen zum Wechsel der Kurvenlage. Anschließendes Erheben als Vorbereitung für das nächste Tiefwippen. Dem weniger Geschickten erleichtert dieses Erheben das Drehen der Skier.

zB Dosierte Abfangen der Tiefbewegung und zunehmender Druckaufbau über die gesamte Steuerphase.

Verstärkter Druck auf die Skienden.

Verstärkte

Vor(Dreh-)Seit-Beuge:

	„Hüftknick''. Die Belastungsveränderungen seitlich und tief/hoch dominieren; Belastungsveränderungen vorwärts/rückwärts sind immer mit den beiden kombiniert. Passive Belastungsveränderungen treten beim Schwingen ähnlich wie beim Buckelpistenfahren auf.
Beim Drehen - Abbau des Rotierens beim Schwungausrufen.	zB Halten auf Zuruf (Hockey-Stopp). Rasche Folge zweier wechselseitiger Hockey-Stopps. Fixieren des Rumpfes (zB Stangen, Schultersperre, Beckensperre).
Beim Steuern - Verhindern des unkontrollierten Rutschens nach dem Beidrehen (infolge falscher Beckenstellung); - Abbau einer ständigen Rücklage.	Stärkeres Kanten des Außenskis und Beidrehen des Innenskis durch ausschließliches Drehen des Innenbeines. Innenski dosiert mitbelasten. Kurze Schwünge und bei jedem Schwungwechsel springen. Weiter aus der Falllinie fahren.
Beim Umkanten - Fördern der gleichzeitigen Umkantbewegung.	Bewußt Radien am Schwungende verkürzen, Druckaufbau zum Wechseln der Kurvenlage. Talbein rasch beugen und Skischaufel in die kommende Schwungrichtung drehen.
Beim Stockeinsatz - Wählen des richtigen Zeitpunktes; - Verhindern zu langen Stützens auf den Stock.	Beim Schwingen ohne Öffnen der Skier unterstützt der Stockeinsatz das Umkanten und Drehen. Beim Schwingen mit Öffnen der Skier unterstützt der Stockeinsatz das Beidrehen. Fahren ohne Stöcke. Fahren um Torstangen.
Lehrbereich: Stangenfahren Der Lehrer soll Maßnahmen setzen können, daß Schüler das Fahren auf die Stangenabstände abstimmen lernen.	Im Hinblick auf die Zielrichtung Torlauf/Riesentorlauf und aus Sicherheitsgründen Torstangen verwenden. Die erlernten Arten des Schwingens sollen um Stangen und durch Tore gefahren werden. Winkelstellung der Skier
Der künftige Lehrer soll Maßnahmen	

setzen können, jene Schüler, die schon Pflugbögen so aneinanderreihen können, daß ein Pflugbogen den nächsten ergibt, durch wechselweises Beugen und Strecken der Beine zum Schwingen mit möglichst gleichzeitiger Umkantbewegung zu bringen.

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen setzen können, Schüler über das Schwingen mit Talstemme zum Schwingen mit bewußtem Druckaufbau und mit möglichst gleichzeitiger Umkantbewegung zu bringen.

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen setzen können, daß Schüler erfahren, wie die erlernten Bewegungen angewendet werden können:

- den Situationen angepaßt;
- dem Sicherheitsbedürfnis angepaßt.

Lehrbereich: Schwingen
(und Kurzschwingen)

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen setzen können, daß Schülern die Bewegungselemente bewußt werden:

- Einnehmen von unterschiedlichen Skistellungen;

- Druckaufbau.

verringern.

Für geschickte Schüler:

Schaufel des werdenden Innenskis vorschieben, in die kommende

Schwungrichtung drehen.

Mit Stockeinsatz fahren.

Um Torstangen fahren.

Horizontale und vertikale

Abstände verändern.

Fahrgeschwindigkeit

erhöhen.

Wedeln in offener

Skiführung.

Druckaufbau fördern durch:

Schwung bergwärts - Stoppen mit Hilfe der Talstemme.

Schwung bergwärts -

Talstemme - Hochspringen.

Schwingen mit Talstemme;

bewußter Druckaufbau durch

Abstoppen des Tiefgehens;

Stockeinsatz (Innenfaust in

Fahrtrichtung) zum

Beidrehen des Innenskis.

Schwingen: Skier beidbeinig

drehen - aufkanten und

durch Tiefgehen belasten

(Stockeinsatz).

Schwungradien variieren.

Auch Kurzschwingen.

In wechselndem Gelände

fahren. Auch auf steileren

Hängen und Buckelpisten

fahren.

Unterschiedliche

Betriebsformen wählen (zB

hintereinander fahren, im

Rudel fahren, in

Kleingruppen, eigene Spur

suchen).

Unterschiedliche

Schneearten (zB

Übungstiefschnee).

Fahrgeschwindigkeit,

Schwungradien und

Schwungarten bewußt

wechseln.

(zB Schrägrutschen,

Girlanden ...).

Die Bewegungselemente

finden sich beim Schwingen

(Schwungwechsel) aus der

Stemm-, Parallel- und

Scherstellung der Skier.

Möglichkeiten: oben öffnen,

unten öffnen.

Der Läufer wird beim

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen setzen können, daß bei den Schülern unrichtige Ausführungen verhindert bzw. abgebaut werden:

Bei Belastungsänderungen

- Kantengriff des Außenskis verbessern;

- nur auf einem Ski schwingen können;

- Bögen und Schwünge rückwärts fahren können;

- die Skier um 360 Grad drehen können.

Lehrbereich: Skilauf (und Bergwelt) erfahren und erleben

Der künftige Lehrer soll Maßnahmen setzen können, daß Schüler

- Befriedigung und Freude über zunehmend gelungene und sichere Bewegungsabläufe erfahren, den aktuellen Könnensstand genießen können;

- Geschwindigkeit steigern und beherrschen können;

Schwingen gegen den/die Ski gedrückt; es entsteht Druck. Verstärkt er zusätzlich diesen Druck, spricht man von (bewußtem) Druckaufbau.

zB durch:

Stärkeres Aufkanten des Skis/der Skier und/oder Radius gegen Schwungende verkürzen.

Hochbelasten: Innenski anheben und/oder Strecken des Außenbeines; Strecken beider Beine.

Tiefbelasten: Betontes, schnelles Beugen, vor allem der Knie- und Hüftgelenke (Tiefwippen). Auch kombiniert mit folgendem Hochbelasten.

zB Außenski bewußt belasten und aufkanten.

Einwärtsdrücken des Außenknies.

Kurzschnellen auf einem Ski; auch anderen Ski abschnallen, ...

Flachen Hang wählen, Übungen vorsichtig aufbauen,

zB Rückwärtsfahren im Pflug.

Pflugbogen rückwärts.

Schwingen rückwärts aus bergseitiger Stemme.

Parallelschwingen rückwärts mit betontem Hochentlasten.

zB Skiwalzer.

Auch mit Partner.

Vergleich von

Videoaufnahmen. Fahren im unterschiedlichen Gelände; Fahren in verschiedenen Schneearten; Fahren mit unterschiedlicher Geschwindigkeit.

Kurze bekannte Strecken mit hohem Tempo durchfahren. Verschiedene Fahrlinien wählen.

Verwenden von Torstangen: der Spur des Skilehrers folgen.

- Geschwindigkeit und Schwungform dem gewählten Gelände anpassen können;

- Leistungsfähigkeit (-grenzen) erleben und sich danach verhalten können;

- Wohlbefinden beim Sporttreiben (mit anderen) erfahren können;

- Bergwelt erleben können;

- Gefahren erkennen und sich gefahrenbewußt verhalten können.

Herausforderung durch schwierige Situationen (Steilheit, Enge, Buckelpiste, Schlechtschnee, Eis usw.) mit Hilfe des Lehrers annehmen lernen.
Für das betreffende Gelände weniger geeignete Schwünge langsam fahren.
Einer Spur folgen und Schwünge gezeigt bekommen.
Gelände mit adäquater Technik bewältigen: zB auf weiten Hängen eher längere Schwünge, an engeren Stellen eher kurzschwingen.
Situationen einschätzen und Ausgang von Handlungen bewerten lernen.
Eigenverantwortung und Verantwortung für andere mit Hilfe der Lehrer entwickeln; zB durch: Geeignetes Tempo auf überfüllter Piste wählen; Buckel am Tempolimit und mit Temporeserve fahren.
Aufteilen in Kleingruppen - die/der erste führt mit Aufgabenstellungen.
Im Rudel fahren; einzeln unter Beobachtung der anderen Gruppenmitglieder abfahren; Hinweis auf Fehlverhalten; Nachbereitung.
Ausgleich von Spannungen. Sensibilität für die Stimmung und Konstellation der Gruppe entwickeln.
Hinweisen auf wechselnde Stimmungen und Wetterlagen; Hinweisen auf die Veränderungen des Schnees; Vergleich der Wetterlage mit dem Wetterbericht.
Hinweisen auf Ausblick, Berggipfel; Schönheit auch im Detail: zB Lichtreflexion im Schnee, ...
Aufzeigen von Einflüssen des (Massen-)Skilaufs auf die Landschaft.
Zum richtigen Verhalten beim Skilauf abseits der Piste führen.
Hinweisen auf rücksichtsloses, gefährdendes Verhalten anderer.
Kritisches Beobachten und

- um Einzelstangen;

- durch Tore.

Lehrbereich: Springen

Der Lehrer soll Maßnahmen setzen können, daß Schüler an Unebenheiten (Kanten, Wellen und Schanzen) springen lernen durch:

- Überfahren;

- Abspringen;

Beurteilen des Verhaltens von Skiläufern auf einem Hangabschnitt, auch im Zusammenhang mit Pistenleitsystemen, Markierungen und Hinweisschildern.

Auf versteckte, nicht offensichtliche Gefahren hinweisen; Folgen aufzeigen; Fehlverhalten erkennen.

Mit regelmäßigen, aber geringen seitlichen Abständen; mit regelmäßigen seitlichen Abständen; mit unregelmäßigen seitlichen Abständen.

Auf Zeit fahren.

Gegen Partner fahren.

Später auch im gegliederten Gelände fahren.

Zuerst durch offene, regelmäßig gesteckte Tore fahren, später durch Tore mit versetzten Außenstangen fahren.

Fahren durch eine Folge von offenen und blinden Toren, in zuerst regelmäßigen, später variierten Abständen.

Fahren durch Schrägtore.

Auf Zeit fahren.

Gegen Partner fahren

(einfacher Parallelschlalom).

Auch zB durch breitere Tore mit größeren Abständen (Riesentorlauf):

Mit regelmäßigen, dann unregelmäßigen Abständen.

In zuerst ungegliederten, dann gegliederten Hängen.

Auf längeren Strecken.

Ist ein Faktor schwierig (Strecke, Schnee oder steiler Hang), ist ein geringerer

Schwierigkeitsgrad der anderen Faktoren zu wählen.

Sicherheitsorientierter

Übungsaufbau und gute

Absicherung des

Übungsgeländes (Auslauf)

sind Voraussetzung.

Im Schuß.

Mit Anheben eines Beines.

Mit Anhocken der Beine.

Beidbeinig abspringen.

In der Luft Beine anhocken; grätschen; spreizen.

In der Hocke springen.

- Überspringen.

Lehrbereich: Spielerische Formen
Der Lehrer soll Maßnahmen setzen können, daß Schüler je nach Geschicklichkeit und jeweiligem Könnensstand auch

- andere Geräte zur Fortbewegung auf Schnee benützen können;
- auf dem Innenski schwingen können.

Springen während der Schrägfahrt.
Zum Sprung mit einem Schwung anfahren.
Schwung rechtzeitig beenden.
Über mehrere Schanzen hintereinander springen.
Über Buckel, Wellen, Hindernisse.
Vorspringen.

Das Übungsgut soll immer im Anschluß an das Erlernen der entsprechenden Bewegungselemente angeboten werden.

zB Langlaufski (im alpinen Gelände), Monoski, Snowboard, Swingbo, Skibob, Firngleiter, ...

zB durch: Schrägfahren auf dem Bergski - Talski heben (Spitze auf dem Schnee); dann: Schrägfahren auf dem Bergski - Talbein seitlich wegspreizen; dann: Schrägfahren auf dem Bergski Standwaage; dann: Schrägfahren auf dem Bergski - Talski vor- und zurückschwingen; dann: Innenskischwung - Reuelschwung. Klammerschwung. Radien variieren. Kurzschwingen auf dem Innenski (Charleston).

25. Alpinausbildung

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verbessern des Eigenkönnens bedingt durch die spezielle Berufsanforderung (Alpine Verhältnisse).

Lehrstoff:

1. Semester (10 Wochenstunden)

Planung und Durchführung von verschiedenen Tourenprogrammen, Geländewahl im Aufstieg und Abfahrt, Schulung der dem Gelände-, Schnee- und Wetterverhältnissen angepaßten Abfahrtstechnik. Zweckmäßige Verwendung der Alpinausrüstung im Gelände.

26. Nordischer Skilauf

Bildungs- und Lehraufgabe:

Verwirklichung der in der Theorie erlernten Grundsätze durch praktische Übungen.

Lehrstoff:

1. Semester (1 Wochenstunde)

Verbessern des Eigenkönnens, Grundschriffe und verschiedene Lauftechniken. Vermittlung des schulgerechten Skiwanderns.

27. Skibobfahren

Bildungs- und Lehraufgabe:

Vermitteln von praktischen und theoretischen Kenntnissen des Skibobfahrens.

Lehrstoff:

1. und 2. Semester (nach Vereinbarung)

Beherrschung des Skibobs. Aufstiegsarten mit und ohne Gerät; Vertrautmachen mit dem Gerät (erste Fahrversuche). Bogen- und Schwungschule.

28. Exkursionen

Bildungs- und Lehraufgabe:

Erweiterung des Fachwissens.

Lehrstoff:

1. und 2. Semester (nach Vereinbarung)

Lehrausgänge in Skifabriken und einschlägige Industriebetriebe.

29. Skiführerausbildung I

Bildungs- und Lehraufgabe:

Die angehenden Skiführer sollen bei hochwinterlichen Verhältnissen mit den Problemen der Schneekunde und Lawinengefahr besonders praxisbezogen vertraut gemacht werden.

Lehrstoff:

A. Theoretische Lehrfächer:

Wetterkunde.

Geologie und Aufbau der Alpen.

Tourenführung und Lehrtätigkeit des Skiführers.

Fauna und Flora der Gebirgswelt, Naturschutz.

Alpine Geographie.

Alpine Geschichte und Literatur.

B. Praktische Lehrfächer:

Hochalpiner Skilauf. Tourenführung.

Praxis der Schnee- und Lawinenkunde.

a) Schneekunde:

1. Fester Niederschlag, Entstehung und Formen, Messungen.

2. Schneedecke, Aufbau, Schneearten, Eigenschaften, Umwandlungen, Abbau, Messungen an der Schneedecke, Oberflächenformen.

3. Lawinenbildende Faktoren.

b) Lawinenkunde:

Lawinenarten und Charakteristiken, künstliche Auslösung von Lawinen, Beispiele von Lawinenunfällen und Rettungseinsätzen.

c) Lawinengemäßes Verhalten

d) Suche und Bergung von Verschütteten:

Kameradenbergung.

Planmäßiger Rettungseinsatz.

Erste Hilfeleistung und Versorgung.

e) Lawinenwarndienst in den Alpenländern.

30. Skiführerausbildung II

Bildungs- und Lehraufgabe:

Einweisung in das Wissen um den Skilauf im Hochgebirge bei spätwinterlichen Verhältnissen.

Schulung des Skibergsteigens.

Lehrstoff:

A. Theoretische Lehrfächer:

Alpine Gefahren.

Spezielle Schnee- und Lawinenkunde des Spätwinters.
 Orientierung in den hochalpinen Regionen.
 Erste Hilfe unter hochalpinen Verhältnissen.
 Tourenplanung und Tourenführung.
 Ausrüstung.
 Biwak (Biwaktour).

B. Praktische Lehrfächer:

1. Hochalpiner Skilauf:
 - a) Anlegen von Aufstiegsspuren, Gehen mit und ohne Felle.
 - b) Skitechnik nach dem Österreichischen Skilehrplan, jedoch mit besonderer Berücksichtigung des „hochalpinen Skilaufes“. Bremspflug, Stemmbogen, Umsteigsschwünge, Schrägfahrt, Seitrutschen, Fahren in allen Schneearten.
 - c) Anlegen einer Abfahrtsspur für schwächere Fahrer oder einer Gruppe mit gutem und schlechtem Schnee.
2. Tourenführung, Skitouren mit Gipfelbesteigungen, Befahren von Steilflanken.
3. Winterbergsteigen: Begehen von winterlichen Graten (Fels- und Schneeegrat).
4. Bergrettung:

Spaltensturz mit und ohne Ski, Bergung aus der Spalte, Seilrolle, Flaschenzug, Kameradenhilfe, Steigbügel, Prusiken. Abtransport mit Skischlitten und Akja.
5. Flugrettung.
6. Seilfahren in der Seilschaft und am fixen Geländeseil, jedoch wirklichkeitsnahe Anwendung in spaltenreichem Gelände.
7. Orientierungsmärsche:

Praktische Anwendung von Karte und Busssole, Höhenmesser, Marschskizzen.
8. Praktische Übungen in Schnee- und Lawinenkunde:

Lehrtouren verbunden mit Anschauungsunterricht, richtiges Verhalten, Anwendung der Lawinenschnur, Untersuchungen der Schneedecke, mechanische Suchgeräte.
9. Lehrauftritt:

Der Kandidat bekommt ein Thema aus dem praktischen oder theoretischen Lehrstoff zugewiesen und muß darüber ein freies, maximal fünf Minuten dauerndes Referat halten.
10. Biwaktour.