

J+S - Grundausbildung

Kompetenznachweis Praxis & Theorie

Leiterkurse Skifahren und Snowboard Allround

Inhaltsverzeichnis

Leitziele der J+S-Leiterausbildung Jugendsport	2
Wissen	2
Können	2
Haltung	2
Evaluation Fachkompetenz Praxis.....	3
Skifahren.....	4
SNOWBOARDEN.....	5
Evaluation Fachkompetenz Theorie - Ablauf	6
Sicherheitsfragen Skifahren und Snowboard.....	7

MAIN PARTNER



PREMIUM PARTNER

RAIFFEISEN

helvetia

BKW

GOLD PARTNER



MEDIA PARTNER

SRG SSR

EQUIPMENT PARTNER



Leitziele der J+S-Leiterausbildung Jugendsport

Grundsätzlich muss man sich die folgende Frage stellen:
„Würde ich als erziehungsberechtigte Person dieser Leiterperson meine Kinder anvertrauen?“

Wissen

J+S-Leiterinnen & Leiter sind fähig :

- ... das **Ausbildungsverständnis** wiederzugeben,
- ... die Beziehung zwischen dem **Schnee**, dem **Gerät** und dem **Körper** zu verstehen,
- ... die nächsten Schritte seines/ihrer **J+S-Ausbildungsweges** zu planen.

Können

Sie sind fähig :

- ... **qualitativ gute Lektionen** zu planen, durchzuführen und auszuwerten.
- ... die **Formen** der Sportart zu beschreiben.
- ... die **geforderten Formen** auf ihrem Gerät zu präsentieren.

FACHKOMPETENZ
WISSEN
METHODENKOMPETENZ
KÖNNEN
SOZIALKOMPETENZ
HALTUNG
SELBSTKOMPETENZ



Haltung

J+S-Leiterinnen und -Leiter nehmen ihre Verantwortung wahr :

- ... indem sie die **Werte des Schweizer Sports** in der Praxis verkörpern,
- ... indem sie die verschiedenen Rahmen und Dokumente im Bereich der **Ethik** wiedergeben (Ethik-Charta, Verhaltensgrundsätze von J+S, FTEM Schweiz, usw.).
- ... seine **Rechte und Pflichten** einhält (Fürsorgepflicht, Meldepflicht, Weiterbildungspflicht).

Evaluation Fachkompetenz Praxis

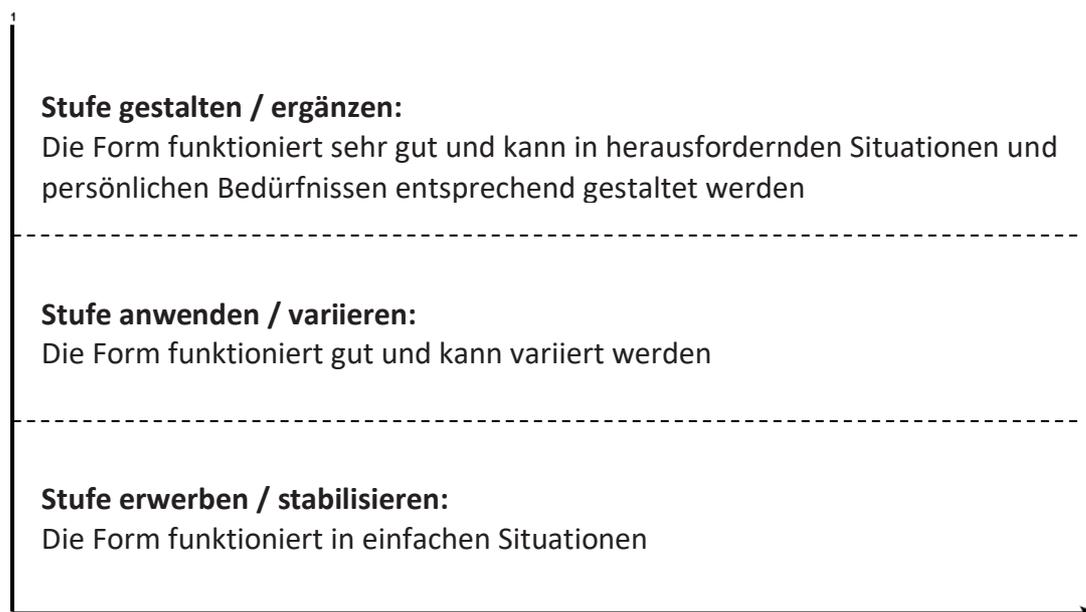
/ LEISTUNGSDOKUMENTATION

Bei den Praxistagen werden Lernwege zu anspruchsvollen Formen ausgehend von einfachen, strukturverwandten Formen erarbeitet.

Die Formen sollen in möglichst vielen Varianten umgesetzt werden.

Dein sportpraktisches Können dokumentierst du mit einem Stern pro erfüllte Lernstufe.

Als Orientierung dienen folgende Abgrenzungen:



/ VORBEREITUNG

Nimm während der Woche bei der Auswertung des Tages im Unterricht dein Lernjournal und versuche, die geübten Formen selbst zu bewerten.

- Was weiss / kann ich bereits zu dem Thema/ Form? Wie ist meine Haltung zum Thema?
- In welchen Lehrunterlagen im J+S-Handbuch finde ich Erklärungen zu dem Thema?
- Was finde ich auf der Internetseite www.jugendundsport.ch ?
- Was finde ich sonst auf dem Internet?

/ AUSWERTUNG

Beurteilung mit «erfüllt / nicht erfüllt»

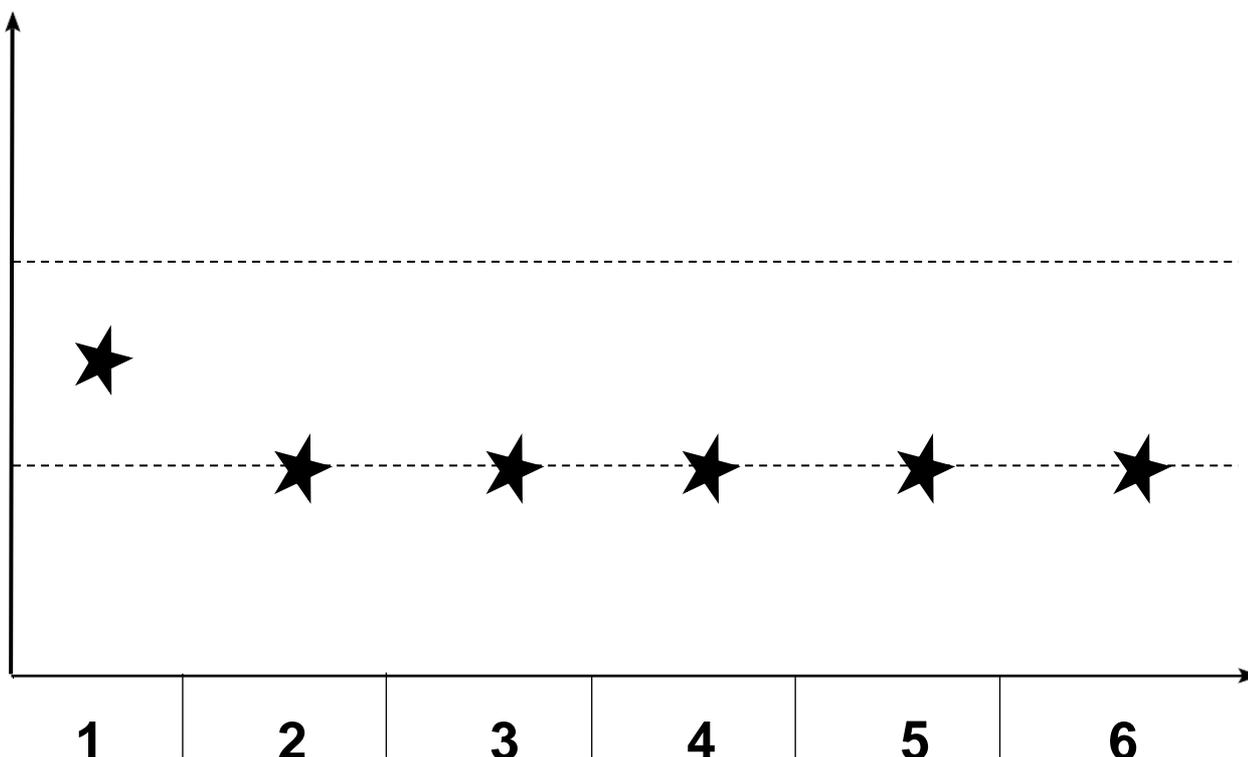
Bis Ende der Woche wirst Du dieses Schema aus Deinem Lernjournal ausgefüllt und mit dem Schema der Klassenlehrperson verglichen haben.

- Auf welcher Lernstufe befinde ich mich in den jeweiligen Formen?
- Welche Übungen haben mir geholfen?
- Was hat mir besonders gut gefallen?
- Zu welchem Unterrichtskonzept kann ich einen Bezug herstellen mit den heutigen Erlebnissen?

Skifahren

	Formen	Lehrmittel Band 2	Best Practice	Minimalen Qualifikationskriterien
1	Freies Hangabschwingen Schwungvarianten und Anpassung ans Gelände	S. 129	p. 42	
2	Geschnittene Parallelschwünge / Carveschwünge 6-8 aneinandergereihte und ausgefahrene Schwünge	S. 172-175	p. 54	
3	Schwingen auf 1 Ski / Einbeinschwung 6-8 aneinandergereihte Schwünge auf einem Ski inkl. Wechsel	S. 186-189	p. 47	
4	Springen / Basic-Air Basic-Air „Normal“ über einen Kicker	S. 202-203	p. 41	
5	Progression Pflugschwung – Parallelschwingen 6-8 aneinandergereihte Schwünge 3-4 Pflugschwünge / 3-4 Parallelschwünge	Pflugschwung: S. 144-147 Parallelschwung: S. 150-153	p. 30 p. 36	
6	Switch (Fakie) – Parallelschwung „Switch“ 4 – 6 aneinander gereihte Schwünge	S. 182-185	p. 46	

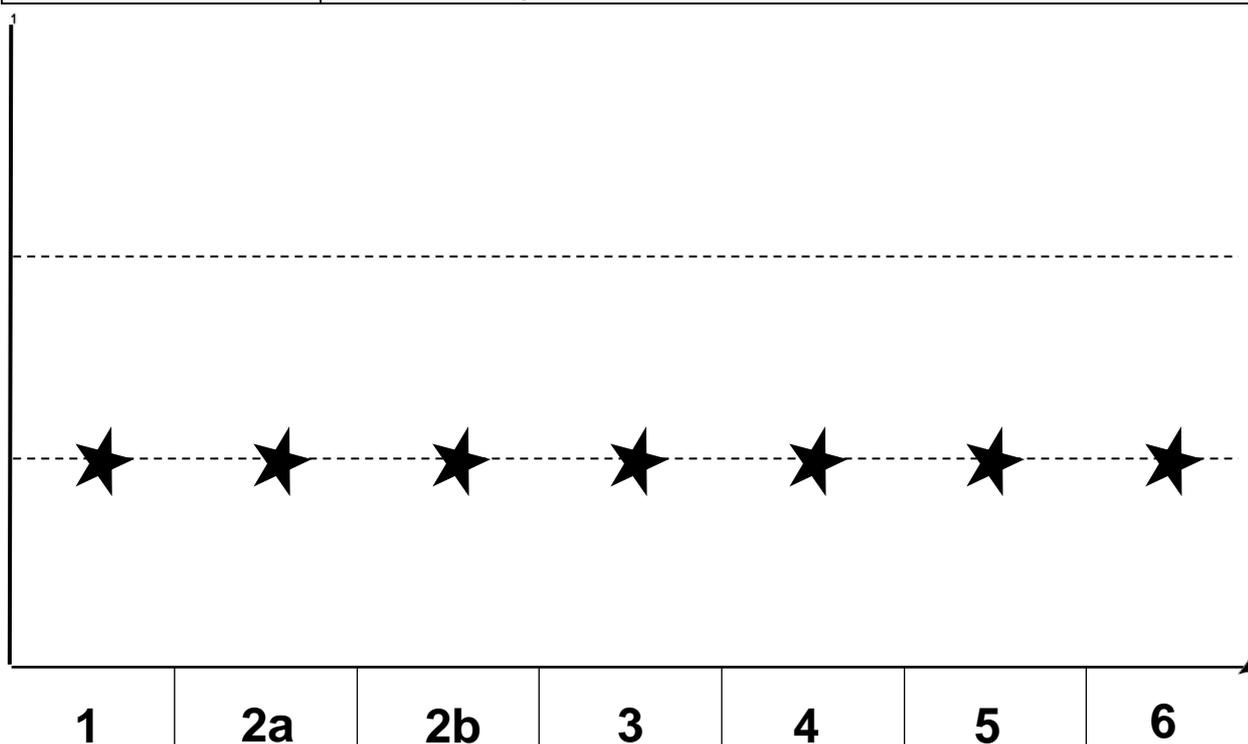
QUALIFIKATION	
Eignungsabklärung	Für die erfolgreiche Bewältigung der Eignungsabklärung müssen mind. zwei der drei Formen auf dem erforderlichen Niveau beherrscht werden. Gefordert : Kann bei Bedarf in jedem Gelände und bei allen Verhältnisse den Lernenden Hilfe leisten.
KNW Praxis	<ul style="list-style-type: none"> • Siehe Anhang für «Evaluation Fachkompetenz Praxis» • Beurteilung mit «erfüllt / nicht erfüllt»



SNOWBOARDEN

Formen		Lehrmittel Band 3
1	Basic Turn gearvt 4-6 gearvte Schwünge im einfachen Gelände	S. 118-121
2a/b	Ollie, Walzer 2 Ollies in der Falllinie (Fullbase) 2 Walzer, je 360° gedreht, in der Traverse gefahren	Ollie: S. 152-155 Walzer: S. 90-93
3	Drehschwung switch 4 - 6 über Vor- mitdrehen ausgelöste Schwünge im mittleren Gelände	S. 122-25
4	Basic Air Kicker Anfahrt (Fullbase) Absprung (angepasst an Trickanlage) Flugphase (kompakt) Landung (Fullbase)	S. 158-161
5	Spins auf der Piste 2 verschiedene 180° (180-Grad Rotationen auf der Piste)	S. 172-177
6	Noseturns 1 Noseturn und 1 Noseturn switch (von Zehenkante auf Zehenkante)	S. 198-201

QUALIFIKATION	
Eignungsabklärung	Für die erfolgreiche Bewältigung der Eignungsabklärung müssen mind. zwei der drei Formen auf dem erforderlichen Niveau beherrscht werden.
KNW Praxis	<ul style="list-style-type: none"> • Siehe Anhang für «Evaluation Fachkompetenz Praxis» • Beurteilung mit «erfüllt / nicht erfüllt»



Evaluation Fachkompetenz Theorie - Ablauf

/ ZIELSETZUNG

Der Kompetenznachweis findet anhand eines Lehr- und Lerngesprächs in Kleingruppen statt.
(Verständnis – Stufe 2)

/ INHALT

Fragen zum Handlungsbereich «Vermitteln», zum Sportmotorischen Konzept und die Sicherheit werden bezüglich den künftigen Praxistätigkeiten bearbeitet und beantwortet.

/ ORGANISATION

20 bis 30-minütiges Gespräch mit 2-4 Teilnehmenden (10'/TN) und 1-2 Expertinnen oder Experten.

Das Lernjournal darf beim Gespräch benutzt werden.

/ ABLAUF

Die TN ziehen 3 Fragen (mindestens eine aus «Vermitteln» und Sportmotorisches Konzept) und beantworten diese wie folgt:

Die TN beantworten jeweils ihre eigenen Fragen und können bei Bedarf und unter Zustimmung der Expertin oder des Experten bei anderen TN ergänzen und bei Vertiefungsfragen miteinbezogen werden.

Die Experten stellen Vertiefungsfragen und leiten das Lehr- Lerngespräch mit dem klaren Ziel, das Wissen der TN zu erweitern.

/ BEURTEILUNG

Beurteilung mit «*erfüllt / nicht erfüllt*» wie folgt:

- Wurden die Fragen verstanden und nachvollziehbar beantwortet?
- Konnten die Antworten und Ausführungen mit den vier Handlungsfeldern und dem Technischen Modell verknüpft und begründet werden?
- Konnte auf die Vertiefungsfragen sinnvoll eingegangen werden?
- Konnten bei Ergänzungen zu den Antworten anderen TN neue und korrekte Aspekte aufgezeigt werden?

Die Bekanntgabe der Beurteilung erfolgt im Qualifikationsgespräch. Ist der Kompetenznachweis «*nicht erfüllt*», muss der gesamte Kurs wiederholt werden.



Sicherheitsfragen Skifahren und Snowboarden

Die erforderlichen Informationen um die Fragen zu beantworten entnimmst du dem Merkblatt «[Unfallprävention im Skifahren und Snowboarden](#)» sowie der Webapplikation «[Snow Safety](#)».

Generelle, sicherheitsrelevante Aspekte		
Nr.	Frage	Punkte
1	Formuliere die erste FIS-Regel (Grundregel).	1
2	Nach welchen vier weiteren Bereichen werden die FIS-Regeln strukturiert? Regeln Nummer: 2-5: 6+7: 8: 9+10:	2
3	Formuliere zwei der vier SKUS-Richtlinien im Snowpark.	1
4	Die Einhaltung der FIS-Regeln und der SKUS-Richtlinien dienen der Unfallprävention. Welche Funktion haben diese bei einer Unfalluntersuchung?	1
5	Wie gehst du im Falle eines Unfalls auf der Piste vor? Zähle die ersten 3 Schritte auf.	1.5
6	Welches Material trägst du zur Hilfestellung bei Unfällen bei dir?	1.5
7	Wo informierst du dich vor der Ausübung von anderen Sportarten im Rahmen des Off Snow Trainings hinsichtlich der Unfallprävention?	1

Persönliche Schutzausrüstung

Nr.	Frage	Antwort (Stichworte)	Punkte
8	Welches sind die wesentlichen Punkte bei der Überprüfung des Schneesportgeräts und der Ausrüstung? Nenne je zwei Punkte.	Gerät: Ausrüstung:	2
9	Wie wird der Helm korrekt getragen?		1.5
10	Wieso ist das Tragen eines Rückenprotektors in Snowparks empfehlenswert?		1

Präventionsmassnahmen bei der Sportaktivität

11	Die drei Faktoren (Verhältnisse, Gelände, Mensch) beeinflussen deine Unterrichtsgestaltung massgeblich? Nenne je ein Begriff dazu.	Verhältnisse: Gelände: Mensch:	1.5
12	Wie werden Abfahrtsrouten markiert?		1
13	Nenne zwei Beispiele von «Sonderanlagen».		1
14	Nenne zwei Punkte, wie du vorgehst, wenn du mit deiner Gruppe im freien Gelände (abseits von Pisten, Abfahrtsrouten und Sonderanlagen) fahren möchtest?	Im Leiterteam: Pisten- und Rettungsdienst:	2
15	Wie gehst du vor, wenn du eine Trainings- oder Wettkampfanlage erstellen möchtest?		1
16	Du sorgst für eine angepasste Trainings- und Wettkampfindensität. Nenne je ein mögliches Anzeichen einer zu hohen bzw. zu tiefen Intensität.	Zu hohe Intensität: Zu tiefe Intensität:	1
17	Wie sorgst du beim Erstellen von Videoaufnahmen für sichere Bedingungen aller Beteiligten? Nenne zwei Kriterien.		1
18	Was beachtest du beim Benützen des Sessellifts mit Kindern unter 1,25 m?		1

Total erreichte Punkte: von 23

Test bestanden: ja nein

Vorname und Name:

Allgemeines

Links:

www.jugendundsport.ch

www.swiss-ski.ch

www.snowsports.ch



Jugend + Sport

BASPO

2532 Magglingen

www.jugendundsport.ch

The logo for Swiss Ski, featuring the word "SWISSski" in red, with a small red cross symbol at the end of the word.

Swiss-Ski

Home of Snowsports

Arastarsse 6

CH-3048 Worblaufen

www.swiss-ski.ch

The logo for Swiss Snowsports, featuring the words "SWISS" and "SNOWSPORTS" in white on a blue background, with a red stylized cross symbol in the middle.

SWISS SNOWSPORTS

Home of Snowsports

Arastarsse 6

CH-3048 Worblaufen

www.snowsports.ch