



# Sicherheitsfragen Skifahren und Snowboarden

Die erforderlichen Informationen um die Fragen zu beantworten entnimmst du dem Merkblatt [«Unfallprävention im Skifahren und Snowboarden»](#) sowie die Web Applikation [«Snowsafety.ch»](#).

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?	2
	Regeln Nummer:  2–5:  6+7:  8:  9+10:	
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.	<b>Gerät:</b>  <b>Ausrüstung:</b>	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.	<b>Verhältnisse:</b>  <b>Gelände:</b>  <b>Mensch:</b>	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?	<b>Im Leiterteam:</b>  <b>Pisten- und Rettungsdienst:</b>	2
15	Wie gehst du vor, wenn du eine Trainings- oder Wettkampfanlage erstellen möchtest?		1
16	Du sorgst für eine angepasste Trainings- und Wettkampfintensität. Nenne je ein mögliches Anzeichen einer zu hohen bzw. zu tiefen Intensität	<b>Zu hohe Intensität:</b>  <b>Zu tiefe Intensität:</b>	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

Vorname und Name: