



LL ÜLG / 21-22

Ausbildung zum DSV - ÜL Grundstufe Skilanglauf = Trainer C Breitensport gem. DOSB

Allgemeine Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Keine gesundheitlichen Einschränkungen, die einer sportlichen Betätigung entgegenstehen
- Mitgliedschaft in einem Verein, der einem Landesskiverband angeschlossen ist

Weitere Voraussetzungen zur Teilnahme an den hier ausgeschriebenen Lehrgangsteilen 3 + 4 + 5 + 6: siehe Seite 2

- Alle Nachweise sind in Kopie mit der Anmeldung vor Beginn des Lehrgangs 4 einzureichen, spätestens jedoch vor Lehrgang 6 (Ausschlusskriterium).

Termin: 10. - 12.12.21 + 08. - 09.01.22 + 05. - 06.02.22 + 04. - 06.03.22
Anmeldeschluss: 01.12.2021

Der Anmeldetermin ist verbindlich einzuhalten, um bei Nicht-Zustandekommen des Lehrgangs (Schneemangel, < 5 Teilnehmende) die Unterkunft fristgerecht stornieren zu können.

Der Lehrgang findet **nur bei ausreichender Schneelage** und unter den dann geltenden **Corona-Auflagen** statt. **Es gilt die 2G-Regel (Nachweis mitbringen; zusätzlich ist bei der Anreise ein Schnelltest unter Aufsicht durchzuführen (wird gestellt); doppelte Absicherung erforderlich wegen Unterbringung in Doppelzimmern).**

Über eine ggf. erforderliche Absage / Verlegung wird am Montag vor Lehrgangsbeginn bis 20:00 Uhr entschieden. Die Teilnehmenden werden dann umgehend benachrichtigt.

Ausbildungsort:	St. Andreasberg, Loipe Jordanshöhe / Richard-Schulze-Arena, Sonnenberg
Leitung:	Dieter Lühning, NSV-Landeslehrteam Nordic
Organisation:	Christian Schomburg, NSV-Landeslehrteam Nordic
Ausbilder*innen:	NSV-Landeslehrteam Nordic (Michael Wildenhayn / N.N.)
Lehrgangsgebühren:	400 € für NSV- / DSV-Vereinsmitglieder (Vereinsstempel auf Anmeldeformular) (Lehrgangsgebühr incl. Prüfung, Zertifikat und 60 € Rabatt) zzgl. Kosten für Hotel incl. Halbpension (6 x Ü/HP = ca. 420 €)
Unterbringung:	Hotel Rock Resort, Am Gesehr 12, 37444 St. Andreasberg www.rockresort.de Unterbringung in Doppelzimmern (2G-Regel + Eingangstest)

Versicherung / Haftung: Jede(r) Teilnehmende muss ausreichend versichert sein.
Der Veranstalter (NSV) lehnt jegliche Haftung bei Unfällen, Personen- oder Sachschäden ab.



nsv.nordic@gmail.com

Auskünfte Organisation:
Christian Schomburg
0176 - 96 12 22 90
nsv.skitour@googlemail.com

Auskünfte Lehrgangsinhalte:
Michael Wildenhayn
0178 - 40 20 158
mumwi@online.de

Tim Fischer
0176 - 45 75 29 47
fi.t@gmx.de





Die Gebühren für Lehrgang und Hotel in Höhe von **820 €** sind mit der Anmeldung zu überweisen auf das Konto des **NSV, Referat Nordic / NA AZ Harz**

Volksbank im Harz eG, IBAN DE55 2689 1484 0060 4941 06

Verwendungszweck: **LL ÜLG 21-22 NSV-ÜLG gesamt / Name / Verein**

Ausrüstung: Skilanglauf-Klassisch- und Skating-Ausrüstung

Wetterangepasste Sportbekleidung incl. Wechselwäsche, Sonnenschutz,
FFP2-Maske, Literatur, Schreibzeug, Thermoskanne, Snacks für Pausen, ...

Ausbildungszeiten: Anreise / **Corona-Schnelltest (wird gestellt) / Zimmerverteilung:**
bei LL 3 + 6 = Freitags von 17:00 - 17:45 Uhr

bei LL 4 + 5 = Samstags von 08:15 - 08:45 Uhr

- Freitag: 18:00 - 18:15 + 19:45 - 22:30 Uhr (= 4 LE)
- Samstag: 09:00 - 12:00 + 13:00 - 16:00 + 16:30 - 18:00 + 19:30 - 21:45 Uhr (= 13 LE)
- Sonntag: 09:00 - 12:00 + 13:00 - 14:30 Uhr (= 6 LE) bzw. 15:15 Uhr (= 7 LE)

Voraussetzungen für die Teilnahme an den Lehrgangsteilen 4), 5) und 6)

- **Nachweise über die erfolgreiche Teilnahme an den Lehrgangsteilen 1), 2) und 3)**

Die Nachweise (nicht älter als 4 Jahre) sind in Kopie mit der Anmeldung einzureichen bzw. zu Beginn des Lehrgangs 4, spätestens 6 vorzulegen (Ausschlusskriterium).

- **Verbindliche Abnahme des DSV-Leistungspaketes, bestehend aus DSV-Card, DOSB-Trainer-Lizenz** (kann nur an Vereinsmitglieder ausgestellt werden) und DSV aktiv Versicherung Basic (Laufzeit 1 Jahr). Es sind nur individuelle Online-Card-Beantragungen beim DSV Card Service möglich:

https://www.deutscherskiverband.de/ausbildung_dsv-card_lizenz_antrag_de.html

Die Beantragung des DSV-Leistungspaketes ist Voraussetzung für die Zulassung zur Prüfung DSV-ÜL Grundstufe / Trainer C Breitensport. Die Bestätigung des Online-Antrages dient als Nachweis und ist spätestens zu Beginn des Lehrgangs 6 vorzulegen (Ausschlusskriterium).

Nach bestandener Prüfung werden vom DSV das Leistungspaket an die Teilnehmenden versendet und die Kosten (50 €; fallen zusätzlich zu den Lehrgangsgebühren an) in Rechnung gestellt.

Bei nicht bestandener Prüfung entstehen keine Kosten; der Antrag wird für eine evtl. Nachprüfung aufbewahrt.

- **Verbindliche Abnahme des DSV-Lehrplanpaketes**

bestehend aus „DSV-Lehrplan Skilanglauf“ und „DSV-Theorielehrbuch“ zum Preis von ca. 50 € zzgl. Versand. Diese Kosten fallen zusätzlich zu den Lehrgangsgebühren an. Die Bestellung erfolgt nach Anmeldung durch den NSV, Versand / Rechnung erfolgen direkt an die Teilnehmenden durch den DSV.



Ausbildungsinhalte:

Umfang = 120 LE, davon 24 LE im Vorfeld + 87 LE vor Ort + 9 LE Heimstudium

in Anlehnung an: Curriculum Nordic Skilanglauf 2020; als PDF unter
www.deutscherskiverband.de/ausbildung_skisnowboardlehrer_curriculum_de,446.html

Heimstudium:

- DSV-Übungshandbuch Skilanglauf – Lernen leicht gemacht. DSV, 2015; ISBN 978-3-938963-27-2, bestellen bei www.dsvaktiv-shop.de für 11,90 € (Artikel 3032B0)
- Offizieller DSV-Skilehrplan Skilanglauf; (dsvaktiv-shop Artikel-Nr. 3206B1, enthalten im DSV-Lehrplanpaket)
- DSV-Theorielehrbuch: Grundlagen für die Ausbildung zum Schneesportlehrer und Trainer; (dsvaktiv-shop Artikel-Nr. 3020B0, enthalten im DSV-Lehrplanpaket).

- **Theorie:** - siehe Gliederung der Ausbildung zu den Lehrgängen LL 3 - 6

- **Praxis:** - siehe Gliederung der Ausbildung zu den Lehrgängen LL 3 - 6

Gliederung der Ausbildung:

1) Praktikum in einem Skiverein bzw. bei einer anerkannten DSLV- oder DSV-Skischule (4 LE)

2) Theorielehrgang zur sportlichen Basisqualifizierung, z.B. LSB-Grundlehrgang (umfasst 30 LE, von denen 20 LE als sportartspezifisch relevant anerkannt werden)

Details unter <https://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de/angebotssuche.html>

Die erfolgreiche Teilnahme an einer Nordic walking (blading / snow shoeing) Trainer-Ausbildung des NSV / DSV wird als gleichwertig anerkannt.

3) Nordic-Lehrgang mit Theorie LL 3 / 21-22 vom 10. - 12.12.2021 (30 LE)

Schneelehrgang, in dem die Vermittlung grundlegender theoretischer und didaktischer Merkmale der Unterrichtung im Skilanglaufsport im Vordergrund steht: Lehren und Lernen in Theorie und Praxis am Beispiel der Klassik- und der Skating-Technik. Überprüfung des theoretischen Basiswissens, des Demonstrationskönnens und des Lehrvermögens zur Einschätzung der Eignung.

- **Theorie:** DSV nordic Philosophie, Sport und Gesellschaft, Sportorganisation, Sport - Recht - Sicherheit, Sportpädagogik / Sportpsychologie, Methodik / Didaktik, Bewegungslehre, Biomechanik, Trainingslehre (Einführung), Sportbiologie / Sportmedizin / Erste Hilfe, Risikomanagement, Ökologie (Einführung), Materialkunde

- **Praxis:**

- Kennenlernspiele, Schneegewöhnung, Übungen zum warm up / cool down / Dehnen
- Grundlagen der klassischen Skilanglauftechnik (Diagonalschritt, Doppelstockschub, einfache Anstiegs- und Abfahrtstechniken, Spurwechsel)
- Grundlagen der Skating-Technik (Schlittschuhschritt, Skating 2-1, Diagonalskating)
- Methodik (Unterrichtsgestaltung, Korrekturverhalten)



- Zwischenprüfung in Lehrgang LL 3 / 21-22:

Zur Erlangung des Zertifikats / der Berechtigung zur Teilnahme an den Lehrgängen LL 4 - 6 der Ausbildung LL ÜLG / 21-22

- Theorie: - Klausur 45 min
- Praxis: - Demonstrationskönnen grundlegender Techniken in den Bereichen Skilanglauf Klassisch und Skating
- Lehreignung (Kurzlehrversuche, kurze Lehrprobe)

4) Schneelehrgang Klassisch mit Theorie LL 4 / 21-22 vom 08. - 09.01.2022 (20 LE)

Schneelehrgang zur Vermittlung detaillierter technischer und methodischer Merkmale des Skilanglauf-Unterrichts im Bereich der klassischen Technik sowie des zugehörigen Demonstrationskönnens.

- **Theorie:** - Spezielle Methodik / Didaktik für den Langlaufunterricht im Bereich Klassisch
- Bewegungsabläufe wichtiger klassischer Techniken, Technikverbesserung
- **Praxis:** - Techniken (Zielform) des klassischen Skilanglaufs (Diagonalschritt, Doppelstockschub, DSS m. ZS, Anstiegs- und Abfahrtstechniken, Spurwechsel und Richtungsänderungen)
- Übungsreihen zur Vermittlung der Techniken, Demonstrationskönnen, Korrekturen
- **Prüfung:** - entfällt, jedoch Vergabe von Halbtagesnoten für das Demonstrationskönnen

5) Schneelehrgang Skating mit Theorie LL 5 / 21-22 vom 05. - 06.02.2022 (20 LE)

Schneelehrgang zur Vermittlung detaillierter technischer und methodischer Merkmale des Skilanglauf-Unterrichts im Bereich der Skating-Technik sowie des zugehörigen Demonstrationskönnens.

- **Theorie:** - Spezielle Methodik / Didaktik für den Langlaufunterricht im Bereich Skating
- Bewegungsabläufe wichtiger Skating-Techniken, Technikverbesserung
- **Praxis:** - Techniken (Zielform) des Skatings (Schlittschuhschritt, Skating 2-1, Skating 1-1, Skating 2-1 m.a.A., Diagonalskating, Halbschlittschuhschritt, Seitenwechsel)
- Übungsreihen zur Vermittlung der Techniken, Demonstrationskönnen, Korrekturen
- **Prüfung:** - entfällt, jedoch Vergabe von Halbtagesnoten für das Demonstrationskönnen

6) Schneelehrgang mit Theorie und Prüfung LL 6 / 21-22 vom 04. - 06.03.2022 (26 LE)

Schneelehrgang zur Vermittlung und Prüfung der Lehreignung für den Skilanglauf-Unterricht im Bereich der klassischen und der Skating-Technik sowie des zugehörigen Demonstrationskönnens.

- **Theorie:** - Schneesport und Recht, Sportpsychologie, Trainingslehre
- **Praxis:** - Schulen / Verbessern des Demonstrationskönnens wesentlicher Techniken (Bereiche Klassisch und Skating, außer Sportvarianten)
- **Prüfungen:** siehe Seite 5
- **Abschlussprüfung in Lehrgang LL 6 / 21-22:**
- Theorie: - Klausur (60 min)



- **Praxis:**
 - Lehrprobe (15 min) zu Langlaufgrundlagen (Klassisch oder Skating)
 - Lehrprobe (20 min) zur Technikverbesserung (Skating oder Klassisch)
 - Das Demonstrationskönnen in den Bereichen Skilanglauf Klassisch und Skating wird im Rahmen der Lehrproben bewertet und durch die Halbtagesnoten der Lehrgangsteile 4 und 5 ergänzt
- **Lizenz:**
 - Wird der Lehrgang erfolgreich absolviert und die Prüfung bestanden,
 - wird vom NSV eine entsprechende Teilnahmebescheinigung erstellt
 - erfolgt die Zusendung des DSV-Leistungspaketes (DSV-Card, DOSB-Trainer-Lizenz, DSV aktiv Versicherung Basic) durch den DSV.

gez. *Dieter Lühning*

Leiter NSV-Landeslehrteam Nordic / Leiter Ausbildungszentrum Nds. Skiverband Harz