



---

## **Informationen zur Ergänzungsprüfung zur Bildungsprämie**

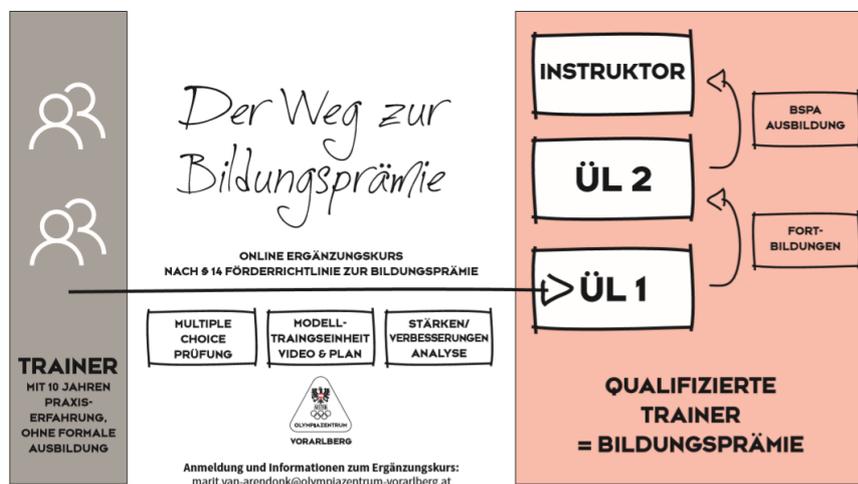
---

# 1. Grundsätzliches zur Ausbildung

## Inhalt:

Mit der Überarbeitung der Übungsleiterentschädigung (nunmehr Bildungsprämie) wurde neu auch die Möglichkeit geschaffen, als Trainer/in mit viel Praxiserfahrung aber ohne formale Ausbildung mittels einer **Ergänzungsprüfung** im Olympiazentrum in einer Übergangsfrist bis Ende 2021 in das Fördersystem einsteigen zu können. Mittels Online Kurs werden verschiedene Skripten zur Verfügung gestellt. Es gibt drei Prüfungsteile, die auf den folgenden Seiten noch näher beschrieben werden. Besteht der/die Teilnehmer/in diese Prüfungen, so erhält er/sie eine Teilnahmebestätigung. Damit kann beim Land Vorarlberg jährlich die Bildungsprämie für den „Übungsleiter 1“ beantragt werden.

## Übersicht:



## Zielgruppe:

Trainer mit nachgewiesen 10 Jahren Praxis-Erfahrung, ohne formale Ausbildung.

## Kosten:

€ 50,- Selbstkosten (inkl. Unterlagen)

## Ort:

Via Online Kurs über unsere digitale Plattform: <https://sol.olympiazentrum-vorarlberg.at/>

## Abschluss:

Teilnahmebestätigung des Olympiazentrum Vorarlberg

## Voraussetzung:

Mindestens 10 Jahre Praxis-Erfahrung

## 2. Prüfungsordnung

| Aufgaben   | Erklärung  | Layout/<br>Abgabe   | Punkte    | %<br>Grenzen |
|--|--|---|-----------|--------------|
| Multiple Choice Prüfung                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>40 Fragen der Module 1-4</li> </ul>   | Online  | 20        | Mind.<br>50% |
| Modelltrainings-<br>einheit Plan                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>Planen Sie eine Trainingseinheit in Ihrer Sportart, wählen Sie als Schwerpunkt eine (max. 2) konditionelle Fähigkeit(en) (z.B. Koordination und Schnelligkeit)</li> </ul>   | Vorlage wird gestellt   | 30        | Mind.<br>50% |
| Modelltrainings-<br>einheit Video                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>Erstellen Sie ein 10-minütiges Video basierend auf Ihrem Trainingseinheiten-Plan</li> </ul>   | Video<br>(Format mp4 oder avi.)                                       |           |              |
| Persönliche<br>Stärken/<br>Verbesserungen<br>Analyse | <ul style="list-style-type: none"> <li>Gestalten Sie über sich selbst ein persönliches „Stärken vs. Potentiale zur Verbesserung“-Poster</li> <li>Schreiben Sie einen Maßnahmenplan, wie Sie sich noch verbessern können und neue Stärken erlangen</li> </ul> | Entweder elektronisch (ppt, doc, pdf) oder Poster Bastelarbeiten usw. | 10        | Mind.<br>50% |
| <b>Total</b>   |  |   | <b>60</b> |              |

Alle Aufgaben sind Pflicht und müssen mit mindestens 50% der maximalen Punktzahl absolviert werden.

## Multiple Choice Prüfung:

- 40 Fragen
- ½ Punkt pro Frage
- 30 Minuten
- Schwerpunkt vermehrt auf die Skripten von Coaching & Mentale Basis Tools, Angewandte Physiologie, Trainings- und Bewegungslehre und 4 Pädagogik und Didaktik

## Modelltrainingseinheit Plan: (Vorlage wird gestellt)

Schreiben Sie einen Plan für eine Trainingseinheit Ihrer (einer) Sportart (die Trainingseinheit muss mindestens einstündig sein) mit dem Schwerpunkt auf eine (maximal zwei) konditionelle Fähigkeit(en).

Der Plan muss die folgenden Themen enthalten:

- Ziel(e) der Trainingseinheit
- Aufwärmen, Hauptteil & Cool-down

Für den Hauptteil überlegen Sie sich bitte folgende Punkte:

- Habe ich die richtigen Übungen für die jeweiligen konditionelle Fähigkeiten gewählt?
- War meine Vermittlungsstrategie für das Erlernen/Entwickeln der Übung richtig gewählt?
- Waren die Übungen für die Zielgruppe entsprechend gewählt (Alter und Erfahrungen)?

## Modelltrainingseinheit Video:

- 10 Minuten Beispiel Video von Ihrem einstündigen Trainingseinheiten-Plan
- Sequenzen ALLER Teile (Warm-up, Hauptteil, Cool-down) auswählen und zusammenschneiden. Warm-up und Cool-down kann auch nur recht kurz angedeutet werden
- Hauptteil = EINE oder ZWEI konditionelle Fähigkeit(en) (d.h. Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Koordination evtl. Beweglichkeit)  
**KEINE TECHNIK**
- Berücksichtigung des inhaltlichen Aufbaus und der angewendeten methodisch-didaktischen Mittel
- Organisation der Trainingsgruppe
- Filmen der Einheit
- Sie als Übungsleiter/in und die Gruppe müssen auf dem Video sichtbar und gut hörbar sein (d.h. nicht selbst hinter der Kamera stehen), keine laute Hintergrundmusik wählen

- JEDER erstellt EIN Video KEINE Gruppenarbeit

Bewertungskriterien:

- Wurde das Thema zielgerichtet umgesetzt (Hauptteil = EINE/ZWEI konditionelle Fähigkeiten)? Alle Teile dargestellt (Warm-up, Hauptteil, Cool-down)?
- Waren die gewählten Übungen und die eingesetzten Materialien für das Ziel, die Sportart und die Altersgruppe geeignet?
- Interaktion Trainer/in und Athleten/innen (Mimik, Gestik, Umgang mit der Gruppe bzw. den Athleten)
- Umsetzung des Lehrweges
- Gruppenorganisation
- Fehlerkorrektur
- Motivation etc.

### **Persönliche „Stärken vs. Verbesserungen“-Analyse:** *(Kreativität ist gefragt!)*

Persönliche Stärken sollen den Potentialen zur Verbesserung gegenübergestellt werden.

Gestalten Sie ein persönliches Poster über sich selbst – zum Thema ‚Persönliche Stärken & Potentiale zur Verbesserung‘. Worin sehen Sie Ihre Stärken? In welchen Bereichen können Sie sich noch verbessern? Untermauern Sie diese Erkenntnisse durch Farben, Symbole und Bilder.

Worin sehen Sie noch Potentiale bei Ihnen selbst? Schreiben Sie einen Maßnahmenplan (mind. zwei Punkte) wie Sie sich weiter verbessern können und neue Stärken erlangen.

### 3. Abgabemöglichkeiten:

Die Einreichung erfolgt über die Online Plattform. Hier kann die persönliche Stärken vs. Verbesserungen Analyse und der Plan zur Modelltrainingseinheit hochgeladen werden. Das Video zur Modelltrainingseinheit kann über WeTransfer an [info@olympiazentrum-vorarlberg.at](mailto:info@olympiazentrum-vorarlberg.at) geschickt werden oder auf einem USB-Stick abgegeben werden (im Olympiazentrum Vorarlberg bei Marit van Arendonk).