

## Anlage C.17

## LEHRGANG ZUR AUSBILDUNG VON TENNISINSTRUKTORINNEN UND TENNISINSTRUKTOREN

### I. ALLGEMEINES BILDUNGSZIEL

Der Lehrgang zur Ausbildung von Instructorinnen und Instructoren für Tennis hat in einem einsemestrigen Bildungsgang unter Bedachtnahme auf § 1 des Bundesgesetzes über Schulen zur Ausbildung von Leibeserziehern und Sportlehrern zur Aufgabe, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer eingehend mit den fachlichen und erzieherischen Aufgaben einer Instructorin bzw. eines Instructors für Tennis vertraut zu machen.

Instructorin bzw. Instructor für Tennis im Sinne dieser Verordnung ist eine nach den folgenden Bestimmungen ausgebildete und qualifizierte fachkundige Person, die befähigt ist, den Übungsbetrieb und Unterricht im Verein zu leiten, breiten- und freizeitsportliche Zielsetzungen umzusetzen sowie die Betreuung und Unterweisung von Leistungssportlern im Tennis vorzubereiten.

### II. STUNDENTAFEL

(Es wird das Gesamtausmaß der Unterrichtseinheiten je Unterrichtsgegenstand auch im Falle der Einbeziehung von Formen des Fernunterrichts angegeben.)

		Unterrichts- einheiten
<b>A.</b>	<b>Pflichtgegenstände</b>	
<b>I.</b>	<b>Theorie</b>	
	1. Religion (Ethik)	2
	2. Deutsch (Kommunikation)	2
	3. Organisation des Sports	3
	4. Betriebskunde und Recht	5
	5. Geschichte des Sports	3
	6. Medieneinsatz	2
	7. Geräte- und Materialkunde	3
	8. Wettkampfbestimmungen und Regelkunde	3
	9. Sportbiologie und Belastungsverträglichkeit	10
	10. Sportpsychologie	7
	11. Sportpädagogik und Sportmethodik	5
	12. Spezielle Sportpädagogik und Sportmethodik	15
	13. Allgemeine Bewegungslehre und Biomechanik	5
	14. Spezielle Bewegungslehre und Biomechanik	10
	15. Allgemeine Trainingslehre	10
	16. Spezielle Trainingslehre	10
	17. Dopingprävention	2
	<b>Zwischensumme</b>	<b>97</b>
<b>II.</b>	<b>Praxis</b>	
	18. Spezielle praktische Übungen	18
	19. Praktisch-methodische Übungen	15
	20. Spezielle praktisch-methodische Übungen	27
	<b>Zwischensumme</b>	<b>60</b>
	<b>SUMME</b>	<b>157</b>
<b>B.</b>	<b>Freigegenstände</b>	
	21. Aktuelle Fachgebiete	10

			Unterrichts- einheiten
	22.	Sportverletzungen und Maßnahmen	5
<b>C.</b>	<b>Pflichtpraktikum</b>		
	Nachweis Praxiszeit, die zwischen Eintritt in die Ausbildung und kommissioneller Abschlussprüfung abgelegt wird		20

### III. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN UND DIDAKTISCHE GRUNDSÄTZE

Im Bereich der Bildungs- und Lehraufgaben werden die entsprechenden Lernergebnisse des Gegenstandes beschrieben. Lernergebnisse sind durch eine Inhaltsdimension und durch eine Handlungsdimension gekennzeichnet. Die Handlungsdimension, d.h. die Ebene auf welcher Lernstufe die Teilnehmerin/der Teilnehmer den Inhalt eines Lernergebnisses erwerben soll, sind durch die Buchstaben (A), (B) und (C) gekennzeichnet. Dabei kennzeichnet

(A) die Lernstufe „Wiedergeben“: Informationen wiedergeben können, Bescheid wissen über, effektive Verhaltensstrategien kennen

(B) die Lernstufe „Anwenden“: Fakten interpretieren, vergleichen und gegeneinander abwägen können, Muster erkennen können, Probleme unter Anwendung von Skills und Wissen lösen können; angeeignetes Wissen in die Anleitung von Sportgruppen umsetzen können

(C) die Lernstufe „Analysieren/Evaluieren“: Urteile auf Basis von Kriterien und Standards fällen können; bekannte Elemente zu einem neuen Muster oder einer neuen Struktur zusammenfügen können; Ursachen für nicht zielführendes Verhalten erkennen können; aus Erfahrungen neue Optionen generieren können;

Sollte der Lehrgang unter Einbeziehung von Blended learning durchgeführt werden, ist zu Beginn des Bildungsganges bei Ausgabe des Lehrmaterials eine entsprechende und ausreichend lange Einführung zu geben. Die Unterlagen für das Selbststudium sind so zu gestalten, dass Inhalt und Umfang auf einen normal laufenden Ausbildungslehrgang Bedacht nehmen. Das festgelegte Lehrziel muss auch bei Einbeziehung von Fern- und Selbststudienformen erreicht werden.

In den einzelnen Unterrichtsstunden ist die pädagogische Zielsetzung zu berücksichtigen. In allen Gegenständen ist auf die spätere Tätigkeit der Instruktorin bzw. des Instructors Bedacht zu nehmen. Der Lehrstoff ist zum besseren Verständnis und zur leichteren Anwendung in der Praxis unter Einsatz von Anschauungsmaterial wie Videos, Demonstrationen usw. zu vermitteln. Fächerübergreifender Unterricht ist anzustreben und auf die Querverbindungen in den einzelnen Gegenständen ist hinzuweisen. In allen praxisbezogenen Gegenständen sind methodische Hinweise zu geben.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind zur Selbstständigkeit anzuregen.

### IV. LEHRPLÄNE FÜR DEN RELIGIONSUNTERRICHT (Bekanntmachung gemäß § 2 Abs. 2 des Religionsunterrichtsgesetzes)

#### a) Katholischer Religionsunterricht

Der Lehrplan für den Religionsunterricht im Lehrgang zur Ausbildung von Sportlehrerinnen und Sportlehrern (Anlage A.1 Abschnitt IV) ist sinngemäß anzuwenden, wobei die Religionslehrerin bzw. der Religionslehrer nach pädagogischen und methodischen Gesichtspunkten auszuwählen hat.

#### b) Evangelischer Religionsunterricht

##### Bildungs- und Lehraufgabe

Siehe Anlage A. 1, Abschnitt IV.

##### Lehrstoff

Aus dem in Anlage A.1 angegebenen Lehrstoff sind jene Themen auszuwählen, die in besonderer Weise dem Berufsbild entsprechen.

## **V. BILDUNGS- UND LEHRAUFGABEN DER EINZELNEN UNTERRICHTSGEGENSTÄNDE, AUFTEILUNG DES LEHRSTOFFES**

### **A. Pflichtgegenstände**

#### **1. Religion (Ethik)**

Siehe Abschnitt IV.

Ergänzend werden als Bildungs- und Lehraufgabe formuliert:

##### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- Aspekte der Sportethik als Teil der angewandten Ethik beschreiben. (A)
- Positionen zu zentralen sportethischen Themen beziehen. (B)

##### **Lehrstoff**

Grundlagen der Sportethik als Teilgebiet der angewandten Ethik, Fairness und Chancengleichheit, Fairness gegenüber anderen (Kontrahentinnen und Kontrahenten, Zuschauern, sich selbst), Spannungsfeld Spielregeln – Rechtsnormen – unbedingte moralische Normen, Spannungsfeld persönliche versus institutionelle Verantwortung in ethischen Fragen und Entscheidungen; Gewalt im Sport; Integration und Inklusion;

#### **2. Deutsch (Kommunikation)**

##### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- Grundmuster und Wirkungsweisen von Kommunikation benennen. (A)
- die Kommunikation im Übungsbetrieb zielgerichtet gestalten. (B)

##### **Lehrstoff**

Grundlagen der Kommunikation der Sprache für Sportlerinnen und Sportler und Instruktorinnen und Instruktoressen; Gewandtheit im mündlichen Ausdruck im Hinblick auf die beruflichen Erfordernisse; Einführung in die Sportterminologie (Bewegungskorrekturen, Herstellen eines Übungsbetriebs);

#### **3. Organisation des Sports**

##### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- die wesentlichen Eckpfeiler der Organisation des Sports in Österreich und der Förderstrukturen benennen. (A)

##### **Lehrstoff**

Staatliche und föderative Verankerung des Sports, Förderstrukturen in Österreich, Ausbildungsstrukturen in Österreich; Stellung und Bedeutung der Bundessportakademien in der Ausbildungslandschaft für den Sport;

#### **4. Betriebskunde und Recht**

##### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- Antworten zu einfachen Fragen bezüglich Vereinsführung und Vereinsrecht geben. (A)

##### **Lehrstoff:**

Grundlagen des Vereinsrechts, Haftungsfragen und rechtliche Verankerung der Instruktorin/des Instruktors, Verständnis für die Rechtsgrundlagen des organisierten Sports;

#### **5. Geschichte des Sports**

##### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- einen Zusammenhang zwischen historischen und gesellschaftlichen Bezügen und aktuellen Entwicklungen im Tennissport herstellen. (B)

#### **Lehrstoff**

Geschichte des nationalen und internationalen Tennissports und Fachverbandes, aktuelle Entwicklungen im Zusammenhang mit historischen Ereignissen;

### **6. Medieneinsatz**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- einfache audiovisuelle und computerunterstützte Hilfsmittel sowie einschlägige Fachliteratur auf einer Grundstufe in der Instruktorstätigkeit anwenden. (A)

#### **Lehrstoff**

Audiovisuelle bzw. computerunterstützte Hilfsmittel und ihre Verwendung in der Praxis, sportartenspezifische Fachliteratur, Wissensmanagement;

### **7. Geräte- und Materialkunde**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- Grundkenntnisse des Platzbaus, Platzpflege, Beläge und Tennisausrüstung wiedergeben. (A)

#### **Lehrstoff**

Sand- und Hartplatz (Bau und Pflege); Schläger; Bälle; Bespannung; Ausrüstung;

### **8. Wettkampfbestimmungen und Regelkunde**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- den aktuellen Stand der Regelkunde und Wettspielordnung wiedergeben. (A)

#### **Lehrstoff**

Tennisregeln und Grundsätze der Wettspielordnung;

### **9. Sportbiologie und Belastungsverträglichkeit**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- die wesentlichen Funktionen des menschlichen Organismus beschreiben. (A)
- biologische Voraussetzungen adäquater Trainingsbelastungen erkennen und die Wirkung dieser Maßnahmen bzw. die biologische Reaktion auf diese Maßnahmen abschätzen. (B)
- die Notwendigkeit eines langfristigen Leistungsaufbaus verstehen. (A)
- die Grundlagen der Energiebereitstellung in Bezug zu den Trainingsbereichen für den Grundlagenbereich setzen. (A)
- grundsätzliche Aspekte der Hygiene wiedergeben. (A)

#### **Lehrstoff**

Entstehung einer Bewegung; Grundlagen des Herz-Kreislaufsystems; Muskel und Muskelstoffwechsel; Atmung; physiologische Besonderheiten der Altersgruppen; Anpassung des aktiven und passiven Bewegungsapparates und der Gelenkstrukturen durch Training; leistungsbestimmende Voraussetzungen für den Grundlagenbereich; grundsätzliche Hygienevorschriften;

### **10. Sportpsychologie**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- grundsätzliche Arbeitsfelder der Sportpsychologie nennen. (A)

- Anwendungsbereiche der Sportpsychologie benennen und zuordnen. (A)
- Ergebnisse der Eigenanwendung sportpsychologischer Maßnahmen wiedergeben. (B)

#### **Lehrstoff**

Inhalte der Sportpsychologie; Organisation der Sportpsychologie in Österreich; sportpsychologische Maßnahmen: Motivationstraining; Zielsetzungstraining; Wahrnehmungstraining; Entspannungstechniken, Visualisierungstraining;

### **11. Sportpädagogik und Sportmethodik**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- Gruppen selbständig und sicher leiten und führen. (B)
- in Grundzügen Erkenntnisse pädagogischer Anleitungskompetenz umsetzen. (B)

#### **Lehrstoff**

Planen und Durchführen einer Trainingseinheit; Sicherheit im Sportunterricht; Lehrverfahren; Führungsstile; Grundbegriffe der Pädagogik, Didaktik und Methodik mit Hinweisen auf die Sparte; Ziele der Erziehung; methodische Hilfsmittel;

### **12. Spezielle Sportpädagogik und Sportmethodik**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- im Grundlagen- und Freizeitbereich Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen und Senioren ein Basiswissen der österreichischen Tennis-Lehrmethode vermitteln. (B)
- Einzel- Gruppen- und Großgruppenunterricht im Grundlagenbereich selbständig sicher leiten und führen. (B)

#### **Lehrstoff**

Grundsätze und Methoden des österreichischen Tennisunterrichts für den Grundlagenbereich; Vermittlung der Basisschläge der österreichischen Lehrmethodik; Einführung in breiten- und freizeitsportliche Maßnahmen; Planen und Durchführung von Einzel- Gruppen- und Großgruppenunterricht im Grundlagenbereich; methodische Hilfsmittel;

### **13. Allgemeine Bewegungslehre und Biomechanik**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- sportartspezifische Bewegungsabläufe aufgrund einfacher Bewegungskriterien bewerten und dadurch den motorischen Lernprozess developmentsgemäß und zielgruppenspezifisch anpassen. (B)
- Unterschiede und Fehler eines Bewegungsablaufes benennen sowie Korrekturschritte anleiten. (B)
- die grundsätzlichen Modelle des Bewegungslernens beschreiben und anwenden. (B)

#### **Lehrstoff**

Motorische Entwicklung; Sensomotorik; koordinative Fähigkeiten; differentielles Lernen versus Programmtheorie; einfache sportmotorische Tests; Einflussfaktoren auf das Bewegungslernen; Feedback; Grundlagen der Biomechanik;

### **14. Spezielle Bewegungslehre und Biomechanik**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- tennisspezifische Bewegungsabläufe der Basisschläge aufgrund einfacher Bewegungskriterien bewerten und dadurch den motorischen Lernprozess developmentsgemäß und zielgruppenspezifisch anpassen. (B)

- Unterschiede und Fehler der Basisschläge erkennen und benennen sowie Korrekturschritte anleiten (B).
- einfache Videoanalysen zur Fehlerkorrektur für den Grundlagenbereich anwenden. (B)

**Lehrstoff**

Einführung in das Lernen von tennisspezifischen Basisbewegungen; Bewegungsbeobachtung und -korrektur im Grundlagenbereich; Bewegungsanalysen im Grundlagenbereich; Videoanalysen im Grundlagenbereich;

**15. Allgemeine Trainingslehre****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- Grundbegriffe der Trainingslehre beschreiben, verstehen und anwenden. (B)
- Trainingsprinzipien im Kontext biologischer Anpassungsvorgänge verstehen und anwenden. (B)

**Lehrstoff:**

Training als Prozess; allgemeine Trainingsprinzipien; Trainingsmethoden; Technik-, Konditions- und Koordinationstraining im Grundlagenbereich; Faktoren der sportlichen Leistungsfähigkeit; leistungsbestimmende und leistungsvoraussetzende Faktoren;

**16. Spezielle Trainingslehre****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- Wissen über Trainings- und Wettkampfplanung im Grundlagenbereich vermitteln. (A)
- Trainingsinhalte und Trainingsmethoden für den Grundlagenbereich im Kontext biologischer Anpassungsvorgänge verstehen und anwenden. (B)
- konditionelle sowie technisch-taktische Trainingsprinzipien für den Grundlagenbereich selbständig anleiten und durchführen. (B)

**Lehrstoff**

Konditionelles, technisches, taktisches sowie wettkampfspezifisches Training; Planung für den Grundlagenbereich; tennisspezifisches Koordinationstraining;

**17. Dopingprävention****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- Risiken und Gefahren von Doping benennen. (A)
- Athletinnen und Athleten für die Gefahren des Dopingeinsatzes sensibilisieren. (B)
- Beratungsstellen und aktuelle Informationsquellen recherchieren. (A)

**Lehrstoff**

Bewusstseinsbildung als entscheidenden Grundsatz zur Dopingprävention, gesetzliche Grundlagen der Dopingprävention, Gesundheitliche Risiken und Gefahren diverser Substanzen und Methoden, „Graubereich“ Supplementierung, nationale und internationale Antidopingagenturen (NADA, WADA), Kaderathlet/innen und tägliche Meldepflichtsystem (ADAMS).

**18. Spezielle praktische Übungen****Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- die tennisspezifischen Basisschläge des Grundlagenbereiches demonstrieren (auch spiegelbildlich). (B)
- ihr eigenes Spiel durch das Wissen um die vorhandenen methodischen Vorgehensweisen variieren. (B)

- ihre eigenen technischen Bewegungsabläufe reflektieren. (B)
- spezielle methodische Maßnahmen zur Verbesserung des Eigenkönnens entwickeln. (B)
- tennisspezifische Schlagtests für den Grundlagenbereich durchführen. (B)

#### **Lehrstoff**

Demonstration der Basisschläge; Optimierung des Eigenkönnens; tennisspezifische Tests für den Grundlagenbereich;

### **19. Praktisch-methodische Übungen**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- theoretische Kenntnisse und Fertigkeiten in der Arbeit mit Gruppen anwenden. (B)
- das Übungsrepertoire (auch auf der Basis von grundlegenden Testergebnissen) für den Grundlagenbereich anpassen sowie selbstständig kreativ erweitern. (B)
- für den betreuten Personenkreis eine Trainingseinheit strukturiert durchführen. (B)
- allgemeine und spartenspezifische spezielle methodische Maßnahmen zur Verbesserung des Eigenkönnens entwickeln. (B)
- Präventivmaßnahmen als Voraussetzung für körperliche Belastungen setzen. (B)
- psychophysische Belastungen in ihrer Wirkung einschätzen. (B)
- einen sicherheitsorientierten Übungsbetrieb herstellen. (B)

#### **Lehrstoff**

Anwendung vielfältiger Lernverfahren und Trainingsmethoden für den Grundlagenbereich, Lehrproben und Reflexion im Grundlagenbereich, grundlegende Testverfahren im Grundlagenbereich, Ordnungsrahmen und Ordnungsrahmenwechsel, Präventivmaßnahmen für Herz- Kreislaufsystem, Bewegungsapparat und psychische Aspekte;

### **20. Spezielle praktisch-methodische Übungen**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- theoretische Kenntnisse und Fertigkeiten in der Arbeit mit Gruppen im Grundlagenbereich anwenden. (B)
- die österreichische Lehrmethodik der Basisschläge zielgruppenadäquat anpassen und selbstständig erweitern. (B)
- für den betreuten Personenkreis eine Trainingseinheit strukturiert aufbauen und durchführen. (B)
- einen sicherheitsorientierten und altersgemäßen Übungsbetrieb herstellen. (B)
- Einzel- Gruppen und Großgruppenunterricht im Grundlagenbereich altersadäquat aufbauen und durchführen. (B)
- tennisspezifische konditionelle, koordinative sowie technisch-taktische Trainingseinheiten für den Grundlagenbereich selbstständig leiten und führen. (B)
- Fehler im Grundlagenbereich erkennen, analysieren und korrigieren. (B)
- Doppeltrainingseinheiten für den Grundlagenbereich planen und durchführen. (B)

#### **Lehrstoff**

Lehrmethoden der Basisschläge und für den Grundlagenbereich; tennisspezifische Trainingsaufbau im Grundlagenbereich unter Berücksichtigung der einzelnen Altersstufen (Technik, Kondition, Koordination, Taktik); Fehlerkorrektur im Grundlagenbereich; Doppeltraining im Grundlagenbereich; Wettkampftaining im Grundlagenbereich; Lehrproben;

## **B. Freigegegenstände**

### **21. Aktuelle Fachgebiete**

#### **Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- interdisziplinäre Fragen zur Vertiefung und Ergänzung des sportartspezifischen und sportartrelevanten Wissens diskutieren. (B)

**Lehrstoff**

Die Rolle der Tennisinstruktorin/des Tennisinstruktors im Verein; Ernährung (Gewichtsmanagement, Trinkverhalten, sinnvoller Umgang mit Nahrungsergänzungsmitteln usw.), spezielle Sicherheitsaspekte im Übungsbetrieb; altersadäquate Turnierpläne und Turniersysteme;

## **22. Sportverletzungen und Maßnahmen**

**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- sportartspezifische Verletzungsmuster erkennen und adäquate präventive Programme anbieten. (A)
- über langfristige Abnützerscheinungen des Bewegungsapparates Auskunft geben. (A)

**Lehrstoff**

Präventive Maßnahmen zur Verletzungsprophylaxe; Sofortmaßnahmen bei Verletzungen im Übungsbetrieb; langfristiges Schadenspotenzial am Bewegungsapparat;

### **C. Pflichtpraktikum**

**Bildungs- und Lehraufgabe**

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer können:

- im Praktikum die Kompetenzen im Eigenkönnen als Instruktorin bzw. Instruktor festigen und erweitern. (B)

**Lehrstoff**

Übungen zur Verbesserung der Eigenkompetenz sowie der Anleitungskompetenz auf Grundlagenniveau.