

---

# Kompaktveranstaltung Ski Nordic – Fachdidaktik Skilanglauf für die Studiengänge

B.A. M10 und B.Ed. – M6



**Dr. Anne Huber & Team**

mit Björn Sterzing

und den Mentoren: Franziska Kaiser, Jakob Weisner & Amelie Schehl



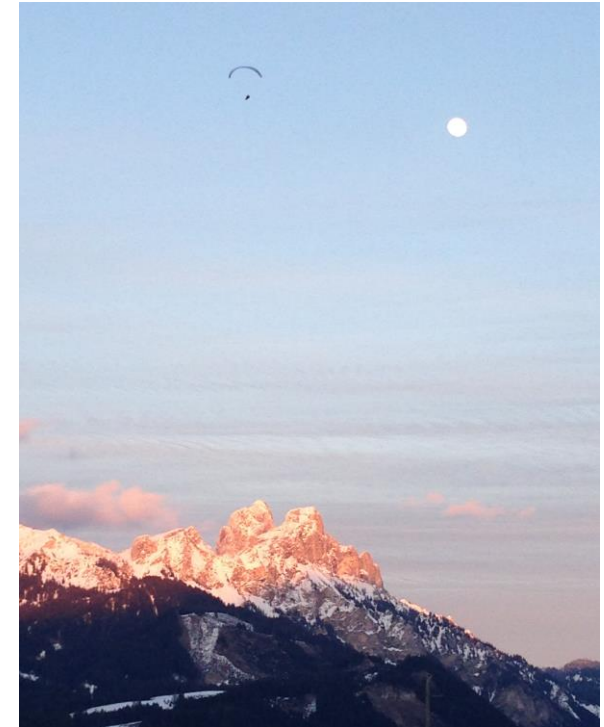
**Johannes Gutenberg Universität Mainz**

Institut für Sportwissenschaft

ahuber@uni-mainz.de

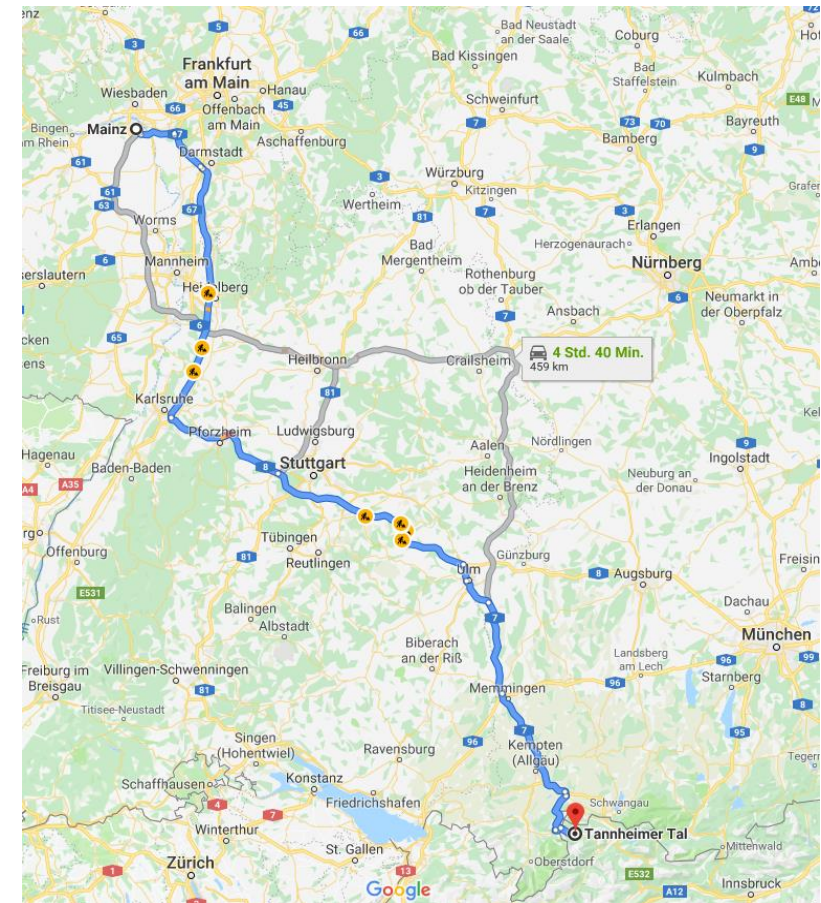
# Rahmenbedingungen

- Termin: **19.2. – 26.2.2022**
- Unterkunft: **„Alte Südwand“ –  
Gymnasion im Tannheimer Tal**  
<https://alte-suedwand.at/>
- Kosten: Übernachtung (2-3 Personen/Zimmer)  
und Verpflegung  
**ca. 300 Euro**
- Anfahrt: Kleinbusse oder eigener PKW
- Maximale Gruppengröße: 16 Personen
- Vorkenntnisse im Bereich Skilanglauf sind nicht erforderlich!



# Skigebiet: Tannheimer Tal

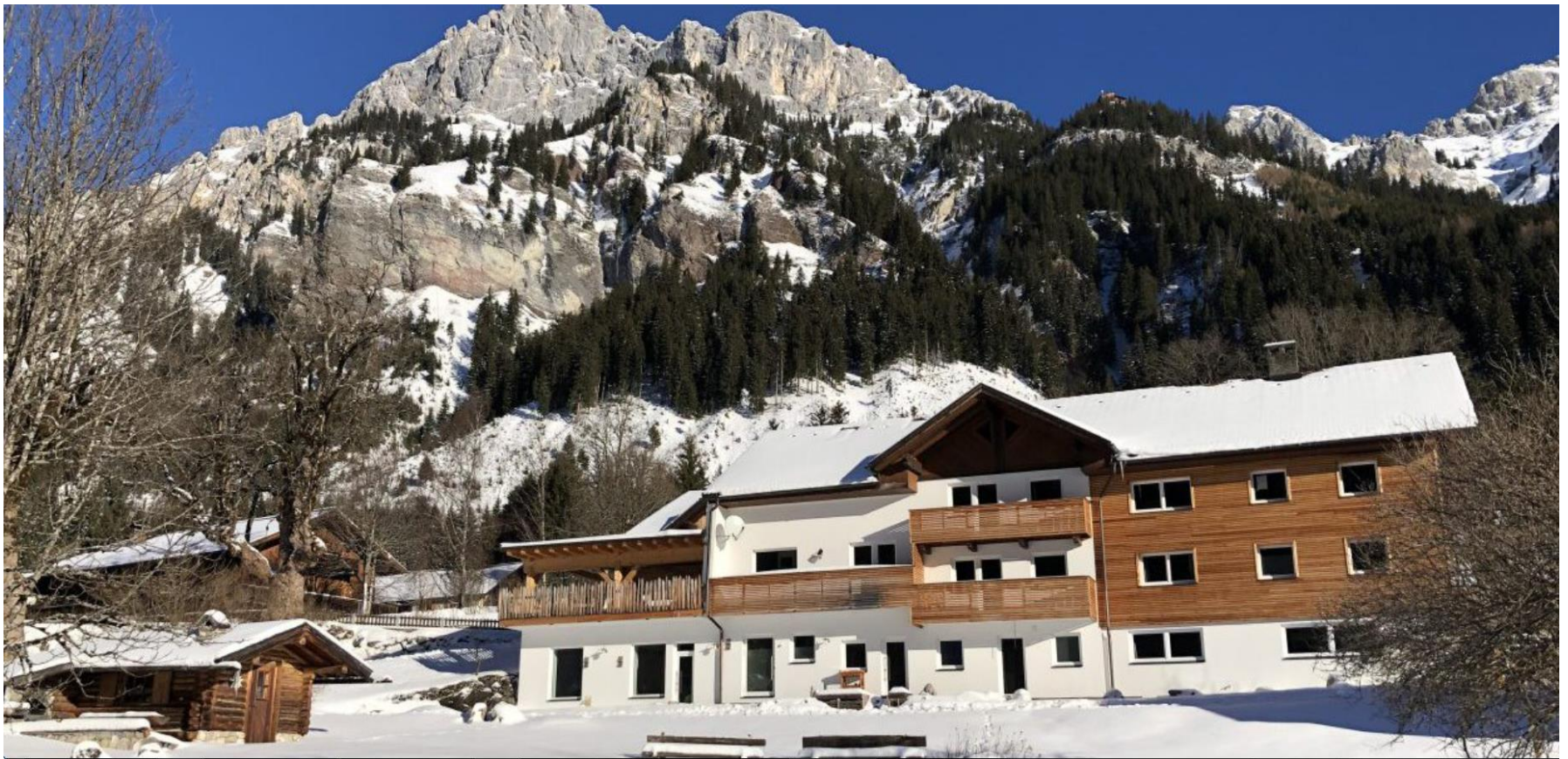
Das Tannheimer Tal ist bekannt als eines der schönsten Skilanglaufgebiete mit etwa 140 Loipenkilometern für alle Leistungsklassen.





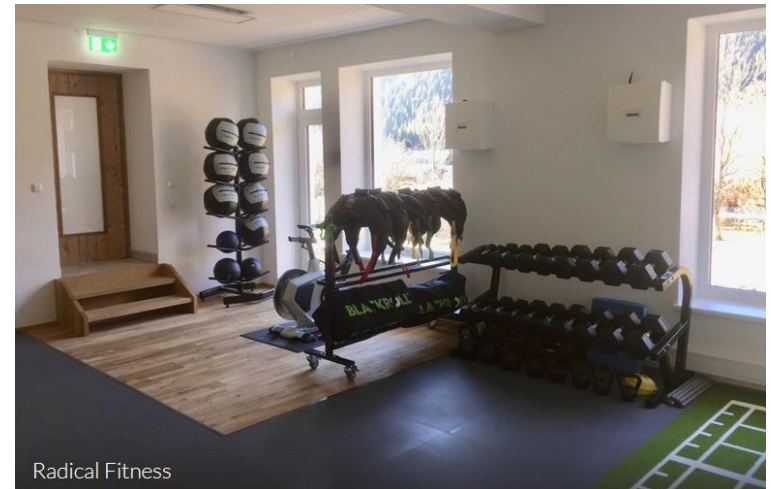
# Die Unterkunft

**„Alte Südwand“ – Gymnasion im Tannheimer Tal**



# Die Unterkunft

- 4 Appartements - alle mit getrennten Schlaf- und Wohnräumen und Kochnische
- Athletikraum für Functional Fitness
- Seminarraum
- eingerichtetes Physiotheraphiezimmer
- Skiraum / Radschuppen





# Erforderliche Ausrüstung

## SKIAUSRÜSTUNG

- kann vor Ort ausgeliehen werden
- Langlaufski, -schuhe und –stöcke (für Skating und Klassisch)

## BEKLEIDUNG

- Windstopper-Jacke/ Laufjacke, Laufhose
- Langlaufhandschuhe (keine Alpinhandschuhe)
- Sportbrille bzw. Skilanglauf- oder Radbrille
- Mütze, Stirnband



---

# Ausbildung

## KOMPAKTVERANSTALTUNG IN TANNHEIM

- Erlernen und Erleben der Facetten und Techniken der Sportart Ski Nordic.  
Ausbildungsschwerpunkt: Skating Technik (5 Ausbildungstage),  
Klassische Technik (2 Ausbildungstage).
- Vermittlung in verschiedenen Gruppen, je nach Könnensstand.
- Herausforderung ist für alle Teilnehmer zum Ende vom Kurs  
die gemeinsame Tagesfahrt zur Moorhütte ins Oberjoch zu bestreiten.

## VORLESUNGSINHALTE

- |                                              |                                              |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------|
| • Organisation von Gruppenfahrten            | • Schneearten, Material und Belagsstrukturen |
| • Historische Entwicklung der Sportart       | • Risikomanagement: Lawinengefahr            |
| • Organisation und Verbände: DSV, DSLV       | • Material und Wachskunde                    |
| • Fahrtechniken und Vermittlungskonzepte     | • Physiologische Höhenanpassung              |
| • Techniken und Biomechanik des Skilanglaufs | • Gastvortrag: Skilanglauf im Profisport     |

# Ausbildung

## TEAM SPIRIT

- ...macht diese Kompaktveranstaltung aus und
- ...beginnt schon in der Theorieveranstaltung in Mainz mit dem Thema „Organisation von Gruppenfahrten“.
- Vor Ort wird **zusammen** geschwitzt, gekämpft, gegenseitig motiviert, gewachst und... „nachbereitet“...





---

# Studien- und Prüfungsinhalte

## **Bachelor of Education – Modul 6 (wahlweise mit Prüfung)**

### **1. Modulprüfung (mit Note in wählbarer Notenzusammensetzung)**

- Planung und Übernahme einer Gruppenaufgabe vor Ort
- Entweder: Praxis + 30 Min Klausur (Benotung 50% / 50%)  
Oder: 60 Min Klausur
- Erstellen eines Aufgabenpools der Lehrinhalte zu einem Thema

Bei der Prüfung Praxis + Theorie muss in Summe die Note 4,0 erreicht werden.

### **2. Aktive Teilnahme (ohne Note)**

- Planung und Übernahme einer Gruppenaufgabe vor Ort
- Keine Klausur (keine Anmeldung nötig!)
- Erstellen eines Aufgabenpools der Lehrinhalte zu einem Thema

## **Bachelor of Arts – Modul 10 (wahlweise mit Prüfung)**

### **1. Modulprüfung (mit Note in wählbarer Notenzusammensetzung)**

- Planung und Übernahme einer Gruppenaufgabe vor Ort
- Entweder: Praxis + 30 Min Klausur (Benotung 50% / 50%)  
Oder: 60 Min Klausur
- Erstellen eines Aufgabenpools der Lehrinhalte zu einem Thema

Bei der Prüfung Praxis + Theorie muss in Summe die Note 4,0 erreicht werden.

### **2. Studienleistung (ohne eingetragene Note)**

- Planung und Übernahme einer Gruppenaufgabe vor Ort
- 60 Min Klausur (Anmeldung nötig!)
- Erstellen eines Aufgabenpools der Lehrinhalte zu einem Thema

---

# Unterrichtserlaubnis für die Schule/ Zusatzqualifikation Ski Nordic

## **Bei erfolgreichem Abschluss der Gesamtveranstaltung:**

4 SWS: 1 SWS Vorlesung, 3 SWS Kompaktveranstaltung

## **Prüfungsleistung**

- **Klausur** (30 min., mit mindestens der Note 3,0)
- **Sportpraktische Prüfung** (alle Teilnoten mit mindestens der Note 4,0)  
Praktische Prüfung:  
Demonstration der Techniken  
Schlittschuhschritt ohne Stöcke, 2-1 Technik, 1-1 Technik sowie  
Diagonalschritt, Technikwechsel (Diagonalschritt-Doppelstock).
- **Kurzlehrprobe**

**Die Ausbildung wird auch vom DSV und DSLV anerkannt.**

# Anmeldung

Einen Kursplatz sichern Sie sich durch eine verbindliche Anmeldung bis 20.6.2021

über Jogustine: **Ski Nordic (Skilanglauf Tannheimer Tal)**





# Eure Ausbilder

Anne Huber: Fachleitung Leichtathletik und Ski Nordic,  
DSLTV Skilehrer Nordic (Level 2)

Björn Sterzing: wiss. Mitarbeiter am IAT Leipzig,  
ehemaliger Kaderathlet im Bereich Biathlon,  
DSV Skilehrer Nordic (C-Trainer)

