



# Bogensport-Übungsleiterausbildung 2016 (World Archery Coach Level 1)

Die Übungsleiterausbildung entspricht den Anforderungen der Bundessportorganisation und des ÖBSV

## Veranstaltender Landesverband:

Wiener Bogensportverband – WBSV ([www.wiener-bogenschuetzenverband.at/](http://www.wiener-bogenschuetzenverband.at/))

## Termine der sechstägigen Ausbildung (volle 45 Stunden) inklusive Abschlussprüfung:

### Kursabschnitte:

- 1. Teil:** Fr. 16. bis So. 18. September 2016
- 2. Teil:** Fr. 30. September bis So. 2. Oktober 2016 inkl. Abschlussprüfung

## Ablauf:

Diesen entnehmen Sie bitte dem im nachfolgenden Anhang beigefügten Ausbildungsprogramm.

## Ort:

### Bogensportakademie - Trainingshalle:

Keller des Schnell & Sauber Waschsalon Högn, Westbahnstraße 60, 1070 Wien

Zugang: Urban-Loritz-Platz, Hintereingang

email: [support@bogensportakademie.net](mailto:support@bogensportakademie.net) , web: [www.bogensportakademie.net](http://www.bogensportakademie.net)

## Kurs-Inhalt:

Vermittlung der Ausbildung von Anfängern nach World-Archery Richtlinien.

Die genauen Inhalte im Rahmen von vollen 40 Stunden sind bitte dem beigefügten Anhang zu entnehmen.

Der positive Kursabschluss berechtigt zur Teilnahme an einem Instruktor-Kurs.

## Voraussetzungen für die Teilnahme:

- ✓ Mindestalter: 18 Jahre
- ✓ Mindestschussleistung (dringend empfohlen): WA „Roter Pfeil“. (15 Pfeile, 22m, 80cm Auflage)  
Blankbogen: 105 Ringe; Recurve (mit Visier): 115 Ringe.  
Die Bestätigung kann durch Vorlage des entsprechenden WA-Pfeilabzeichen oder über den Verein oder durch einen Nachweis durch die Vorlage vergleichbarer Turnierergebnisse erfolgen.  
Weitere Details dazu entnehmen Sie bitte dem beigefügten Ausbildungsprogramm.
- ✓ Für den Abschluss ist der Nachweis eines Erste-Hilfekurses (mindestens 8-stündig und nicht älter als 5 Jahre) nötig. Die Teilnahmebestätigung wird der Kursleitung vor Kursbeginn vorgelegt bzw. zugesendet.  
Falls es nicht anders möglich ist, kann diese auch nach Absprache mit der Kursleitung nachgereicht werden.

## Kursleitung:

Internationaler World-Archery Coach-Trainer: Dipl.-Ing Martin Ptacnik

## Abschlussprüfung und Teilnehmenden-Beurteilung:

Die Übungsleiter-Ausbildung wird mit der Überprüfung der WA-Basisschusstechnik, einer schriftlichen Prüfung und einem Lehrauftritt abgeschlossen. Kursvorbereitende Aufgaben beeinflussen die Notengebung.

## Prüfungskommission:

Mag. Gunter Stangl, Dipl.-Ing Martin Ptacnik

**Kurs-Kosten:**

Einmalig bis zum Anmeldeschluss: € 390,-

**Anreise, Unterbringung und deren Kosten:**

Die Anreise und die Unterbringung sind von den Teilnehmenden selbst zu organisieren. Kosten für die Anreise und/oder eine eventuelle Unterkunft am Austragungsort sind nicht in den Kurskosten enthalten.

**Teilnehmeranzahl:**

Um die Qualität sicher zu stellen ist die Teilnehmerzahl auf 8 begrenzt. Mindestteilnehmerzahl: 4 Pers.

**Anmeldung:**

Über die Kursleitung per Email an:

bogensporttrainer@ptacnik.net

Unter Angabe von:

Name, Verein, Adresse, E-Mail, Mobil-Telefonnummer und alle weiteren Daten zur Bestätigung der Teilnahmevoraussetzungen.

Die E-Mail Anmeldung ist vorzugsweise durch die Vereine durchzuführen, kann aber auch nach Rücksprache mit dem jeweiligen Verein privat geschehen.

Die Einzahlung der Kurskosten auf das folgende Konto der Kursleitung hat aber erst nach erfolgter Anmeldebestätigung durch die Kursleitung zu erfolgen!

<i>Bankverbindung:</i>	<i>Bank Austria</i>
<i>Konto-Inhaber:</i>	<i>Dipl.-Ing. Martin Ptacnik</i>
<i>IBAN:</i>	<i>AT361100010740647200</i>
<i>BIC / SWIFT:</i>	<i>BKAUATWW</i>
<i>Zahlungsgrund / Betreff:</i>	<i>WBSV-Übungsleiterkurs, Sept.2016</i>

Die Anmeldung zum Kurs ist nur nach zeitgerecht erfolgter Überweisung der Kurskosten abgeschlossen und gültig. Die Reihenfolge der von der Kursleitung rückbestätigten E-Mail Anmeldungen ist für die Platzvergabe entscheidend!

Es wird gebeten zunächst nur max. 3 Personen pro Verein per E-Mail anzumelden. Weitere Personen, die vom selben Verein teilnehmen wollen, werden in einer Warteliste geführt. Sind bis zum Anmeldeschluss noch Plätze frei, dann können weitere Teilnehmer aus bereits gemeldeten Vereinen nachrücken. Diese werden darüber von der Kursleitung persönlich und rechtzeitig verständigt.

**Anmeldeschluss und spätester Einzahlungstermin:**

15. August 2016

**Ausrüstung:**

Siehe Ausbildungsprogramm im Anhang.

**Vorbereitungen der Teilnehmenden vor dem Kursbeginn:**

Siehe Ausbildungsprogramm im Anhang.

**Weitere Auskünfte**

Diese sind per Email über die Kursleitung zu bekommen: martin@ptacnik.net

**Anhang:**

Ausbildungsprogramm ÜL-Kurs & Material, siehe Folgeseiten.



## Anhang - Ausbildungsprogramm ÜL-Kurs & Material

### ÖBSV-Ausbildungsprogramm Stufe 1: Übungsleiter

<b><u>Kursleitung:</u></b>	DI Martin Ptacnik
<b><u>Prüfungskommission:</u></b>	Mag. Gunter Stangl, DI Martin Ptacnik

#### A) Aufgabe:

Übungsleiter müssen in der Lage sein Anfänger und leicht Fortgeschrittene die Basistechnik des Bogenschießens beizubringen. Darüber hinaus können sie Technik-Abweichungen erkennen und angemessene Korrekturen unterrichten. Der Übungsleiter bringt Schüler auf das international gültige WA-Entrylevel. Sie können Anfänger, welche sich noch für keine Bogenklasse entschieden haben (Recurve, Compound oder traditionelle Bögen) allgemein vorbereitend unterrichten. Alle notwendigen Methoden und Übungen dazu können angewandt werden, sodass der Schütze einen ökonomischen, effizienten und die Gesundheit schonenden Schuss mit einem einfachen Recurve-Bogen erlernt. Weitere wichtige Themen sind Sicherheit, Basiswissen zur Bogensport-Ausrüstung und auch Basiswissen bezüglich Aufwärmen, Kraft- und Koordinationstraining. Nach der Vorgabe der Bundessportorganisation kann ein Übungsleiter Wissen über die Organisation des Sports in Österreich vermitteln. Des Weiteren hat er Basis-Kenntnisse über Anatomie und Physiologie, Unterrichtsmethodik und Trainingslehre. Übungsleiter verfügen über das Wissen zum richtigen Aufbau einer Unterrichts- und einer Schnuppereinheit, so wie zum WA-Standard-Lehrverfahren. Übungsleiter werden im Umgang mit Kindern geschult und nehmen Platzreife-, so wie WA-Federn/Pfeil Prüfungen ab.

#### B) Voraussetzungen:

- Mindestens 18 Jahre
- Mindestens 1 Jahr Vereinszugehörigkeit
- Leistungsnachweis zur Mindestschussleistung (dringend empfohlen):  
Ausgehend von der Erwartung, dass der Anfängerunterricht sich mit dem Recurve-Bogen befassen wird, soll eine gewisse eigene Leistungsfähigkeit mit diesem Bogen nachgewiesen werden.  
Die Mindestschussleistung kann im Rahmen eines Wettkampfs erbracht werden, aber auch bei einem Übungsleiter, Instruktor oder Trainer eines anderen Klubs nachgewiesen werden:  
Platzreife „roter Pfeil“: 15 Pfeile auf 22m, 80cm Auflage:  
Langbogen oder Instinctive Bow: 85 Ringe; Blankbogen: 105 Ringe; Recurve (mit Visier): 115 Ringe.
- Nachweis einer 1.Hilfe-Ausbildung im Umfang von mindestens 8 Stunden. (Nicht älter als 5 Jahre!).

#### C) Fähigkeiten:

Der Übungsleiter sollte am Ende der Ausbildung in der Lage sein:

- Die Basis-Struktur der Schuss-Sequenz vermitteln können.
- Den Schüler in der Entwicklung so weit zu begleiten, bis dieser die Basis-Fundamente der Schuss-Sequenz erlernt hat.
- Eine Vermittlung der Platz- bzw. Parcoursreife geben können.
- Einen Kurs (Indoor oder Outdoor) organisieren können, wobei in den Lektionen auf die Sicherheitsaspekte ein besonderes Augenmerk gelegt wird.
- Den Schülern eine Anleitung zum Kauf von Ausrüstung geben können.
- Den Schülern die Basics des Tunings vermitteln können.

Der Schüler sollte am Ende der Unterweisung in der Lage sein:

- Den Schussablauf in Bezug auf die Achsen und deren Ausrichtung zu verstehen.  
Den Start und das Ende des Schussablaufs in Raum und Zeit richtig durchzuführen zu können.

#### **Lehrplan:**

Umfang: 45 volle Stunden in 6 Tagen.

Der Stundenplan wird den Kandidaten nach dem Anmeldeschluss zugesendet.

#### **Abschluss-Prüfung:**

Zweiteilig mit Gesamtnote aus:

1. Klausur (ca.30 min.) Dieser Test erfolgt schriftlich.
2. Lehrauftritt bzw. Prüfungsgespräch (ca. 15 bis 20min)  
Erfolgt mündlich in Gesprächsform mit den Prüfern bzw. in praktischer Form in der Gruppe.



## Materialbedarf

### Lehr-Equipment, das zum Kurs mitzubringen ist:

- Recurve Bogen für Anfänger z.B. bestehend aus:
    - ) Vorzugsweise Holz oder Kunststoffmittelstück,
    - ) Wurfarme aus Holz (+ Fiberglass) oder Kunststoff, Zuggewicht nicht stärker als 20lbs.,
    - ) Pfeilauflage mit Button,
    - ) Klicker, bei fehlender Montagemöglichkeit am Mittelteil, bitte ein Variante zum Ankleben montieren.
    - ) einfacher Stabilisator
    - ) einfaches Visier
  - ca. 10 Pfeile, die zum Bogen und dem Schützen passen müssen.  
Die Pfeilnocke muss zur Sehne und die Pfeillänge für das Klickerschießen muss zum Schützen passen!
  - Schutzausrüstung bestehend aus:
    - ) Armschutz,
    - ) Finger-Tab,
    - ) Brustschutz (falls notwendig oder vorhanden)
  - 1 Seiten-Köcher
  - 1 bis 2 Elastik-Bänder mindestens 2m lang  
(z.B.: Thera-, Deuser-, Fitnessband oder ähnliches) Farbe: gelb, rot oder grün
  - 1 Hosengummiband 2,5 m lang und 3-4cm breit (!), ähnlich zu Hosenträger
  - 1 Hosengummiband 2,5m lang und 0,5-1cm breit
  - 1 Kreppband
  - 3 weiche Jonglier-Bälle
  - 1 paar Schuhbänder (ca. 70cm lang und 1cm breit)
  - 1 Nullsehne (wird auch im Kurs hergestellt)
- (Materialien: 1 Schnur ca. 1,5m Länge, 2 Gummischnüre à 40cm Länge)
- Eine Nullsehne ist eine Hilfssehne. Sie besteht aus einer ca. 3mm dicken Schnur. An deren Enden, oben und unten sind darauf etwa 20-30 cm Gummischnur (ca. 3mm dick) befestigt. In diese wird eine Schlinge geknotet die etwa einem Sehnenauge entspricht. Damit lässt sie sich über die Tips eines aufgespannten Bogens zusätzlich zur Sehne befestigen. Ihre gesamte Länge soll so gefertigt sein, dass diese Nullsehne im aufgespannten Zustand schon ein wenig unter Spannung steht, aber im Vollauszug noch flexibel bleibt!
- 1 Schnur oder Wollfaden (3m lang, ca. 3mm dick, leuchtend oder helle Farbe)
  - 1 bis 2 Essstäbchen
  - 1 Spiegel (Handspiegel mindestens 20 x 30 cm, Idealmaße: 30 x 50 cm)
  - 1 Sehnen-Checker
  - Bogenreparaturwerkzeug:  
Wickelgarn mit Wickelgerät, Nocken, Federn, Spitzen, Kleber, Messer (oder Schere), Feuerzeug, (wenn vorhanden: 25m Sehnengarn)
  - 1 Maßband (cm/inch)
  - Sonstiges (günstig):
    - ) Fotoapparat bzw. Handy mit Videoaufnahmefunktion
    - ) Bogensporttaugliche Kleidung für Indoor
    - ) Schreibzeug und Notizblock
    - ) USB-Stick





## Kursvorbereitung der Kursteilnehmenden (Prüfungsrelevant)

### Vorzubereitende Präsentation (Lehrauftrittsthema)

Vom Übungsleiter-Anwärter ist vor Kursbeginn aus dem Sortiment der Lehrauftrittsthemen eine Praxis-Präsentation (mit Hilfe des World Archery Entry Level Coaching Manual) vorzubereiten. Damit soll gezeigt werden, wie der Übungsleiter-Anwärter einem Anfänger das jeweils entsprechende Lehrthema in der Praxis vermitteln würde. Die Themengebiete werden nach Abschluss der Anmeldefrist per Email-Link zu DOODLE zu wählen sein. Die Präsentationsdauer soll ca. 15 min. betragen (nicht kürzer als 10 min. und nicht länger als 20 min.) und einem Lehrauftritt der Abschlussprüfung ähnlichen Charakter haben. Die Präsentation (ein Stundenbild-Konzept mit Inhalt der Durchführung) ist schriftlich, bis spätestens zum Kursbeginn, dem Kursleiter zuzusenden. Im Kurs werden alle Lehrauftrittsthemen erarbeitet werden. Dazu wird mit der Präsentation des entsprechenden Themas vom ÜL-Anwärter begonnen, anschließend ein Feedback von der Gruppe und dem Kursleiter gegeben, so wie Verbesserungspotentiale aufgezeigt und Ergänzungen nach WA-Lehrkonzept vermittelt. Damit kann eine optimale Vorbereitung auf die Abschlussprüfungs-Themen gewährleistet werden.

### Kursunterlagen

Alle Power Point Präsentationen und Kursrelevanten Dokumente, welche im Kurs gezeigt oder benötigt werden, werden nach dem Anmeldeschluss an die Kursteilnehmenden per Email-Link zu WETRANSFER oder DROPBOX versendet.

**Vorbereitende Literatur** (Dies ist die Wissens-Basis auf die der Übungsleiter-Kurs aufbaut.)

***Diese Unterlagen / Informationsträger sind unbedingt VOR dem Kursbeginn zu lesen!***

**Handbücher für SchützInnen und Trainer/Coaches (Englisch bzw. Deutsch):**

- 🎯 **WA Anfänger-Handbuch (Beginners Manual), FITA Federn- und FITA Pfeil- Leistungsabzeichen**

[http://www.oebstv.com/media/Kwc\\_Basic\\_DownloadTag\\_Component/41-681-243-downloadTag/default/1d89e03a/1436508587/2015\\_7\\_2005\\_und\\_ab\\_2015\\_juliweiterlaufen\\_fita\\_anfaenger\\_hb\\_de.pdf](http://www.oebstv.com/media/Kwc_Basic_DownloadTag_Component/41-681-243-downloadTag/default/1d89e03a/1436508587/2015_7_2005_und_ab_2015_juliweiterlaufen_fita_anfaenger_hb_de.pdf) (Deutsch)

oder: <http://archery.org/beginners-awards> (Englisch)
- 🎯 **World Archery Ausbildungsstufen (World Archery Coaching Levels)**

<http://archery.org/Coaching>
- 🎯 **Trainer-Handbuch 2015 (Entry Level Coaching Manual) = Übungsleiter-Handbuch**

Aktuelle Version, ist gültig ab 5.März 2015: Coaching Manual Level 1:  
[http://issuu.com/worldarchery/docs/manual\\_coaching\\_level\\_1](http://issuu.com/worldarchery/docs/manual_coaching_level_1)
- 🎯 **ÖBSV Download-Seite Schützenausbildung: Ausbildung zum Bogensportler so wie Platz und Parcoursreife:**

<http://www.oebstv.com/oebstv/sportlerausbildung> (Deutsch)

**Optional:**

- 🎯 **Anti-Doping (Drug free archery)**

<https://www.wada-ama.org/en>

<http://www.sportaccord.com/doping-free-sport/>