

**Anlage C.22****INSTRUKTORAUSBILDUNG FÜR TENNIS****I. ALLGEMEINES BILDUNGSZIEL**

Der Lehrgang zur Ausbildung von Instruktoren für Tennis hat in einem einsemestrigen Bildungsgang unter Bedachtnahme auf § 1 des Bundesgesetzes über Schulen zur Ausbildung von Leibeserziehern und Sportlehrern das Ziel, die Teilnehmer eingehend mit den fachlichen und erzieherischen Aufgaben eines Instructors für Tennis vertraut zu machen.

Instruktor 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 Tennis mit leistungs- und breitensportlicher Zielsetzung vorzubereiten und zu leiten.

**II. STUNDENTAFEL**

(Gesamtstundenzahl und Stundenausmaß der einzelnen Unterrichtsgegenstände. Die Aufteilung der Stunden erfolgt durch den Schulleiter.)

	Stunden
<b>A. Pflichtgegenstände</b>	
<b>I. Theorie</b>	
1. Religion .....	5
2. Deutsch .....	2,5
3. Politische Bildung und Organisationslehre .....	2,5
4. Betriebskunde und Kaufmännisches Rechnen .....	2,5
5. Geschichte der Leibesübungen (des Sports) .....	2,5
6. Sportbiologie (Funktionelle Anatomie, Physiologie und Gesundheitserziehung) .....	12,5
7. Erste Hilfe .....	5
8. Sportpsychologie und Lebenskunde .....	5
9. Pädagogik, Didaktik und Methodik .....	5
10. Spezielle Pädagogik, Methodik und Didaktik .....	15
11. Allgemeine Bewegungslehre und Biomechanik .....	5
12. Spezielle Bewegungslehre und Biomechanik .....	10
13. Allgemeine Trainingslehre .....	10
14. Spezielle Trainingslehre .....	7,5
15. Audiovisuelle Hilfsmittel und Fachliteratur .....	2,5
16. Seminar für Fachfragen .....	5
17. Übungsstätten und Gerätekunde .....	2,5
18. Wettkampfbestimmungen und Regelkunde .....	2,5
	105
<b>II. Praxis</b>	
19. Allgemeine praktische Übungen .....	7,5
20. Allgemeine praktisch-methodische Übungen .....	7,5
21. Spezielle praktische Übungen .....	10
22. Spezielle praktisch-methodische Übungen .....	35
	57,5
Summe:	162,5

**III. Pflichtpraktikum**

Nachweis einer 20-stündigen Praxiszeit zwischen Eintritt in die Ausbildung und kommissioneller Abschlussprüfung.

### III. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN UND DIDAKTISCHE GRUNDSÄTZE

Der Bildungsgang wird in einem Semester durchgeführt. In den einzelnen Unterrichtsstunden ist die pädagogische und erzieherische Zielsetzung zu berücksichtigen. In allen Gegenständen, besonders in den theoretischen, ist auf die spätere Berufsausübung des Instructors Tennis Bedacht zu nehmen. Der Lehrstoff ist zum besseren Verständnis und zur leichteren Anwendung in der Praxis unter Heranziehung von Anschauungsmaterial wie Filmen, Demonstrationen usw. darzubieten. Fächerübergreifender Unterricht ist anzustreben und auf die Querverbindungen zwischen den einzelnen Gegenständen ist hinzuweisen. In den praktischen Fächern sind methodische Hinweise zu geben. Die Teilnehmer sind zur Selbständigkeit 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 Sportlehrern (Anlage A.1 Abschnitt IV) ist sinngemäß anzuwenden, wobei der Religionslehrer nach pädagogischen und methodischen Gesichtspunkten auszuwählen hat.

#### b) Evangelischer Religionsunterricht

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

Siehe Anlage A. 1 Abschnitt IV.

##### **Lehrstoff:**

Siehe Anlage A. 1 Abschnitt IV.

Der Lehrstoff ist entsprechend der Ausbildungsdauer zu kürzen und zu raffen.

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

#### 2. DEUTSCH

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

Gewandtheit im mündlichen und schriftlichen Ausdruck im Hinblick auf die beruflichen Erfordernisse; Einführung in die Sportterminologie.

##### **Lehrstoff:**

Sprecherziehung und Referate zu sportrelevanten Themen; Bewegungsbeschreibungen; Schreibung der wichtigsten Fremdwörter, die im Sport häufig Verwendung finden; Berichte über spezielle Themen des Tennissports.

#### 3. POLITISCHE BILDUNG UND ORGANISATIONSLEHRE

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

Verständnis für das politische und soziale Leben in der Gegenwart in Bezug auf die demokratische Republik Österreich, auch im Vergleich mit den Entwicklungen im europäischen Raum. Wecken des Willens zur politischen Mitverantwortung, besonders im Hinblick auf den späteren Beruf. Wissen um den Aufbau des österreichischen Sportes.

##### **Lehrstoff:**

Verschiedene Staatsformen; Rechte und Pflichten des Staatsbürgers; Stellung des Staates zum Sport, Kompetenzfrage im österreichischen Sport; Aufbau des Sportwesens mit besonderer Berücksichtigung des Tennissports und seiner Stellung im EU-Raum. Einrichtungen des Sportes auf Bundes-, Landes-, Bezirks- und Gemeindeebene.

#### 4. BETRIEBSKUNDE UND KAUFMÄNNISCHES RECHNEN

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Wissen um die Organisation und Verwaltung eines Vereines, Betriebes, einer Sportstätte. Wirtschaftliches Denken, Vermitteln mathematischer Kenntnisse, die zur Lösung von Aufgaben im wirtschaftlichen und sportlichen Betrieb erforderlich sind.

**Lehrstoff:**

Wirtschaftliche Vereinsführung; Utensilien- und Sportstättenverwaltung; Grundsätze des Vertragswesens.

#### 5. GESCHICHTE DER LEIBESÜBUNGEN (DES SPORTS)

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Vermittlung der historischen und gesellschaftlichen Grundlagen des Tennissports.

**Lehrstoff:**

Überblick über die Entwicklung des Sports vom Ursprung bis in die heutige Zeit unter besonderer Berücksichtigung Österreichs; einzelne Schwerpunkte und die hierfür verantwortlichen Hintergründe; die Olympischen Spiele in der Antike und Neuzeit.

#### 6. SPORTBIOLOGIE (FUNKTIONELLE ANATOMIE, PHYSIOLOGIE UND GESUNDHEITSERZIEHUNG)

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Genaue Kenntnis des menschlichen Körpers und seiner Funktionen, um das Training nach den biologischen Grundsätzen richtig gestalten zu können. Wissen um die Eigengesetzlichkeit des organischen Lebens und Verständnis für die Grenzen der menschlichen Leistungsfähigkeit, damit im Tennislehrerberuf darauf Rücksicht genommen werden kann. Wissen um grundsätzliche Fragen der Hygiene. Verstehen der Problematik des Dopings.

**Lehrstoff:**

Aufbau und Funktion der Zelle; Gewebelehre; Gelenke und Knochenverbindungen; Entstehung einer Bewegung; Muskel und Muskelstoffwechsel; Herzanatomie; Kreislauf; Atmung; Ernährung und Verdauung; Nervensystem; Niere und Harnwege (Anatomie, Physiologie); Hormonsystem; Doping (Bestimmungen, Arten, Auswirkungen).

#### 7. ERSTE HILFE

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Vermittlung von Kenntnissen, die notwendig sind, um Erste Hilfe leisten zu können.

**Lehrstoff:**

Erkennen von Sportverletzungen und lebensbedrohlichen Zuständen (Unterkühlung, Schock, Hitzschlag, Sonnenstich usw.) sowie die richtige Versorgung mit besonderer Berücksichtigung der Herzmassage und Atemspende; praktische Durchführung von Maßnahmen in der Ersten Hilfe; Verbandslehre.

#### 8. SPORTPSYCHOLOGIE UND LEBENSKUNDE

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Einführung in die psychologischen Grundbegriffe aus dem Bereich der Verhaltens-, Lern- und Entwicklungspsychologie. Übertragung auf das Gebiet des sportlichen Trainings und der einzelnen Trainingsphasen. Wissen um eine sinnvolle Lebensgestaltung.

**Lehrstoff:**

Motivation und Einstellung; Lernen; Gruppendynamik und Führungsverhalten; Wettkampfbetreuung.

## 9. PÄDAGOGIK, DIDAKTIK UND METHODIK

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

Verstehen der Grundsätze der Didaktik und Methodik des Sports sowie Wissen um die Erkenntnisse zur kritischen Wertbestimmung des Sports und einer sinnvollen und zielführenden Trainingsgestaltung.

### **Lehrstoff:**

Grundbegriffe der Pädagogik, Didaktik und Methodik mit Hinweisen auf die Sparte; Ziele der Erziehung; methodische Hilfsmittel; Gliederung einer Trainingseinheit.

## 10. SPEZIELLE PÄDAGOGIK, METHODIK UND DIDAKTIK

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

Vermittlung der Grundsätze der österreichischen Lehrmethode.

### **Lehrstoff:**

Grundsätze und Erziehungsziele des österreichischen Tennisunterrichts; der strukturidenten Lernprozess; die Lernstufen der Leistungsentwicklung; Aufstellungs- und Betriebsformen im Gruppenunterricht; Langzeit- und Intensivunterricht; Inhalte und Organisation von Intensivkursen; Gliederung einer Übungseinheit; Gliederung von Stundenschwerpunkten; Unterrichtshilfen; Tennis im Nachwuchsbereich; Tennis im Erwachsenenalter.

## 11. ALLGEMEINE BEWEGUNGSLEHRE UND BIOMECHANIK

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

Verstehen von allgemeinen Bewegungsabläufen sowie ihre kritische Beurteilung. Wissen um die spartenspezifischen Bewegungen und um Möglichkeiten ihrer Beeinflussung sowie ihre kritische Beurteilung für ein erfolgreiches Wirken im Tennissport.

### **Lehrstoff:**

Allgemeine Gesetze und Prinzipien der Sportmotorik; sportmotorische Grundeigenschaften und komplexe sportmotorische Eigenschaften sowie deren Beurteilung aus der Sicht der Bewegungslehre; Bewegungseigenschaften.

## 12. SPEZIELLE BEWEGUNGSLEHRE UND BIOMECHANIK

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

Vermittlung der Bewegungslehre der Grund- und Spezialschläge.

### **Lehrstoff:**

Biomechanische Grundsätze (Bewegungsansatz, Bewegungsübertragung, Phasenstruktur, Vorspannung usw.); Formen der Beinarbeit beim Laufen und Schlagen; Bewegungsbeschreibung der räumlich-zeitlichen, energetisch dynamischen Bewegungsstruktur der geraden und geschnittenen Schläge; alles über den Drall (physikalische Erklärungen); Flugbahnen und Schlagwinkel (physikalische Erklärung); Bewegungsbeschreibungen des räumlichen und zeitlichen dynamischen Ablaufes der geschnittenen Schläge; Einführung in die Schlaganalyse; Einführung in die Fehlerkorrektur im technischen Lernprozess.

## 13. ALLGEMEINE TRAININGSLEHRE

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

Erreichen der Fähigkeit, selbständig ein wirksames und sachgemäßes Training vorzubereiten und durchzuführen.

### **Lehrstoff:**

Begriffsbestimmungen; Faktoren der sportlichen Leistungsfähigkeit; Setzen von Trainingsreizen - Belastungsmerkmale; Anpassungsvermögen - Überkompensation; Trainingsbelastungsmethoden - Übertraining, Überforderung; Trainingsgrundsätze; allgemeine und spezielle Trainingsmittel.

#### 14. SPEZIELLE TRAININGSLEHRE

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Vermittlung des Grund- und Spezialwissens über Trainings- und Wettkampfplanung. Trainingsinhalte der Trainingsabschnitte und Trainingsmethoden.

**Lehrstoff:**

Inhalte der einzelnen konditionellen Trainingsbereiche in den verschiedenen Entwicklungsabschnitten (Nachwuchsbereich); Einführung ins Drilltraining; Einführung ins Modelltraining; der langfristige und systematische Aufbau des Schlagtrainings; taktisches Grundwissen; der Einstieg ins psychische Training; Einführung in die Trainings- und Wettkampfplanung.

#### 15. AUDIOVISUELLE HILFSMITTEL UND FACHLITERATUR

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Wissen um einen sinnvollen Gebrauch audiovisueller Hilfsmittel und Werten der entsprechenden Fachliteratur.

**Lehrstoff:**

Handhabung audiovisueller Hilfsmittel (Videorecorder, Film usw.) und der einschlägigen Fachliteratur, wobei auch ausländische Literatur heranzuziehen ist.

#### 16. SEMINAR FÜR FACHFRAGEN

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Verarbeitung von spartenspezifischen Themen als Vorbereitung auf die Unterrichtstätigkeit.

**Lehrstoff:**

Spartenspezifische Schwerpunkte und Themen.

#### 17. ÜBUNGSSTÄTTEN UND GERÄTEKUNDE

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Vermittlung des Grundwissens über Platzbau, Platzpflege, Beläge und Ausrüstung.

**Lehrstoff:**

Der Sandplatz (Bau und Pflege); Schläger; Bälle; Bespannung; Ausrüstung.

#### 18. WETTKAMPFBESTIMMUNGEN UND REGELKUNDE

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Vermittlung der aktuellen Regelkunde und Wettspielordnung.

**Lehrstoff:**

Tennisregeln und Wettspielordnung.

#### 19. ALLGEMEINE PRAKTISCHE ÜBUNGEN

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Wissen um Inhalte und Organisation einer allgemeinen körperlichen Vorbereitung für Tennis und dessen praktische Anwendung.

**Lehrstoff:**

Übungen zur Verbesserung der motorischen Eigenschaften bzw. der koordinativen Fähigkeiten.

#### 20. ALLGEMEINE PRAKTISCH-METHODISCHE ÜBUNGEN

**Bildungs- und Lehraufgabe:**

Einführung in die diversen Formen der allgemeinen und speziellen Konditionsschulung.

**Lehrstoff:**

Ausgewählte Unterrichtsverfahren in den sportlichen Grundtätigkeiten; Betriebs- und Organisationsformen im konditionellen sportlichen Training.

**21. SPEZIELLE PRAKTISCHE ÜBUNGEN****Bildungs- und Lehraufgabe:**

Verbesserung der Demonstrationsfähigkeit und Schlagsicherheit (Tests).

**Lehrstoff:**

Tennisspezifische Tests (Vorhand und Rückhand Drive, Aufschlag, Vorhand und Rückhand Volley, Vorhand Topspin, Rückhand Slice); Fähigkeit, alle geraden Schläge zu demonstrieren.

**22. SPEZIELLE PRAKTISCH-METHODISCHE ÜBUNGEN****Bildungs- und Lehraufgabe:**

Vermittlung des praktisch-methodischen Grund- und Spezialwissens im Anfänger- und Fortgeschrittenentraining.

**Lehrstoff:**

Anfänger und Fortgeschrittenentraining:

Tennisspezifische Aufwärmprogramme; das Einschlagen; koordinative Übungen mit und ohne Ball; Aufstellungs- und Betriebsformen im Gruppenunterricht; Methodik der geraden Schläge; Methodik der geschnittenen Schläge; Funktionsanalysen (Tests); Stundenschwerpunkte der Stabilisierungsphase im Anfänger- und Fortgeschrittenenunterricht; Tennis im Nachwuchsbereich; Tennis im Erwachsenenalter.