

# TIFOL Übungsleiterkurs Orientierungslauf

11.05.2020

## Veranstalter

Tiroler Fachverband für Orientierungslauf

## Ausbildungsziel

Der Übungsleiterkurs dient als Einstieg in die Trainingsarbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen Orientierungslauf-Sportlern. Zudem werden Techniken zur Organisation von Trainingseinheiten und lokalen Wettkämpfen vermittelt.

## Zielgruppe

Orientierungsläufer die eine Tätigkeiten in der Nachwuchsarbeit, dem Erwachsenentraining und im allgemein im OL-Sportverein anstreben.

## Lehrinhalte und Ausbildungstermine

Modul 1	<b>ÜbungsleiterInnen - Basismodul</b>	
21 ÜE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportbiologie, Trainingslehre und Vermittlung von Bewegung und Sport</li> <li>• allgemeinen Sportpraxis</li> <li>• Organisation des Sports, Gesellschaftspolitische Aspekte im Sport sowie rechtliche Grundlagen aus dem Bereich Haftung- und Aufsichtspflicht</li> </ul>	Über Dachverbände (Termine siehe unten)

**Zum Abschluss des ÜbungsleiterInnen – Basismodul ist ein Erste-Hilfe Kurs (min. 4 Stunden / nicht älter als 2 Jahre) erforderlich.**

**Bitte selbst über die Website der Dachverbände zum ÜbungsleiterInnen – Basismodul anmelden!**

Modul 2	<b>Trainings- und Übungsformen im Orientierungslauf</b>	
6 ÜE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erste Schritte im Orientierungslauf vermitteln</li> <li>• Trainingsformen für Orientierungstechnik</li> <li>• Trainingsplanung und Analyse</li> </ul>	Fr. 06.11.2020 / 15:00 – 21:00 Haus des Sport

Modul 3	<b>Bahnlegung für Training und Wettkampf</b>	
8 ÜE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bahnlegung für unterschiedliche Forme des OL</li> <li>• Bahnlänge und technische Schwierigkeit</li> <li>• Software für Bahnlegung und praktische Übungen</li> <li>• Wettkampfabwicklung, TD Tätigkeiten</li> <li>• Praktischer Übung im Rahmen des TC</li> </ul>	Sa 07.11.2020 / 9:00 – 18:00 Haus des Sport Tirolcup

Modul 4	<b>Trainingsbetrieb in der Praxis /Lauftechnik</b>	
8 ÜE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktische Übungen im Wald und Stadtgelände</li> <li>• Bahntraining für Orientierungslauf</li> <li>• Ergänzendes Kraft- und Koordinationstraining</li> </ul>	Sa 14.11.2020 / 10:00 – 17:00 Tivoli/Paschberg

**Die Termine der OL Spezifischen Module ist vorbehaltlich Änderungen durch die Veröffentlichung des Nationalen Wettkampfkalender.**

## **Anmeldung**

Anmeldung bis 31.08.2020 über [ANNE](#).

## **Voraussetzung**

- Aktiver Orientierungsläufer (Mitglied bei einem Mitgliedsverein des TIFOL)
- Vollendetes 16. Lebensjahr am Tag der Prüfung
- Körperliche und Gesundheitliche Eignung zur aktiven Teilnahme an der Sportpraxis

## **Kurskosten**

Der Übungsleiterkurs wird durch den TIFOL Tiroler Fachverband für Orientierungslauf mit Unterstützung von Land Tirol Sport finanziert. Der Selbstbehalt für die Teilnahme an der Ausbildung (Basis-Modul und OL spezifischer Teil) beträgt EURO 150,-.

## **Abschluss**

Für einen Abschluss des Übungsleiterkurses sind

- Abschlussprüfung (Multiple Choice Prüfung) des ÜbungsleiterInnen - Basismodul
- die Teilnahme an den Modulen und das Erfüllen der Arbeitsaufträge und praktischen Übungen erforderlich.

Absolventen/innen des Kurses erhalten ein Zertifikat des TIFOL Tiroler Fachverband für Orientierungslauf.

Eine erfolgreiche Absolvierung des Orientierungslauf-Übungsleiters berechtigt zum Eintritt in einen Orientierungslauf-Instruktor ohne Eignungsprüfung.