schwäbischer skiverband e.v.

fritz-walter-weg 19
70372 stuttgart

fon 0711 342066-10

www.online-ssv.de
info@online-ssv.de

365 Tage sportlich aktiv
schwäbischer skiverband e.v.

Literaturliste Ski- und Snowboardtour

→ *Grundlagenliteratur*

Die Grundlagenliteratur wird den Teilnehmenden der Trainer-C / DSV-Grundstufen-Ausbildung vor dem Theorielehrgang zugesandt.

Offizieller DSV-Lehrplan Schneesport

ISBN: 978-3-938-96338-8



Der DSV-Lehrplan Schneesport ist Grundlage für die Ausbildung der Schneesportlehrkräfte im Deutschen Skiverband. Er ist für alle Ausbildungsstufen und Disziplinen konzipiert – und richtet sich dabei auch an generell am Schneesport Interessierte. Dabei lautet die Unterrichtsphilosophie des DSV “Begeisternd - Individuell - Zielorientiert (BIZ)”. Der Mensch soll in allen Situationen im Mittelpunkt stehen und in seiner Gesamtheit wahrgenommen werden. Hierbei geht es sowohl um die Vermittlung der Schneesporttechniken als auch um das soziale Miteinander.

Offizieller DSV-Lehrplan Freeride / Risikomanagement

ISBN: 978-3-613-50714-2



Der offizielle DSV Lehrplan Freeride und Risikomanagement ist Grundlage für die Übungsleiter- und Ski-/Snowboardlehrerausbildung in den Disziplinen Ski Alpin und Snowboard im Deutschen Skiverband in allen Ausbildungsstufen. Freeriden, mit Ski oder Snowboard, ist eine Trendsportart. Der Lehrplan gibt praxisorientierte Tipps für das Freeriden auf Ski und Snowboard im freien Skiraum und möchte gleichzeitig den Sportler und angehenden Skilehrer für den Themenkomplex Risikomanagement auf der Piste und im freien Skiraum sensibilisieren. Das theoretische Wissen soll dem Schneesportler helfen, einen sicheren und verantwortungsbewussten Skiunterricht auf der Piste zu gestalten. Im freien Skiraum hilft das theoretische Wissen eigenverantwortlich und risikobewusst Entscheidungen zu treffen und ermöglicht so einen unkomplizierten Einstieg in den Bereich Freeride/Risikomanagement.

Dieser wird aktuell als digitale Version zur Verfügung gestellt.

DSV – Taschenkarte Lawinen und Risikomanagement



Taschenkarte zum Lawinen-Risikomanagement. Sie ist im DSV-Lehrplan Freeride / Risikomanagement enthalten bzw. kann zusätzlich im DSV-Shop erworben werden. Die Taschenkarte ist ein praktisches Utensil für die Planung zu Hause und Unterwegs und enthält viele relevante Informationen.

DSV–Theorielehrbuch



Das Theorielehrbuch des DSV ist Grundlagenliteratur und unterteilt in verschiedene Ausbildungsbereiche, z. B.

- Schneesport und Gesellschaft
- Schneesport und Recht
- Sportpädagogik
- Sportpsychologie
- Grundlagen der Bewegungslehre
- Sportphysiologie und Gesundheit
- Umwelt und alpine Gefahren
- Material, usw.

Je nach Disziplin

Offizieller DSV-Lehrplan Ski Alpin

ISBN 978-3-938-96339-5



Der DSV-Lehrplan Ski Alpin ist Grundlage für die Ausbildung der Lehrkräfte Ski Alpin im Deutschen Skiverband. Er ist für alle Ausbildungsstufen konzipiert und richtet sich dabei auch an generell am Skisport Interessierte. Die Autoren vermitteln hier Leitplanken für den modernen Skiunterricht, ausgehend von der DSV-Technikphilosophie „Begeisternd – Individuell – Zielorientiert“. An das Erklären zentraler Grundbegriffe und elementarer Zusammenhänge der alpinen Skitechnik schließt sich das Praxiskapitel an. Dieses Kernstück des Lehrplans prägen Übungen sowie praktische Tipps zur Umsetzung für alle Könnensstufen und Situationen. Ausgangspunkt sind stets die Bewegungsantworten auf die drei grundlegenden Fragestellungen: Positionierung auf dem Ski im Kurvenverlauf, Kurvenwechsel und Kurvendurchfahrt. Detailwissen zur Skitechnik und ein Überblick zu den aktional-funktionalen sowie biomechanischen Zusammenhängen runden das disziplinspezifische Werk ab.

oder

Offizieller DSV-Lehrplan Snowboard

ISBN 978-3-938963-40-1



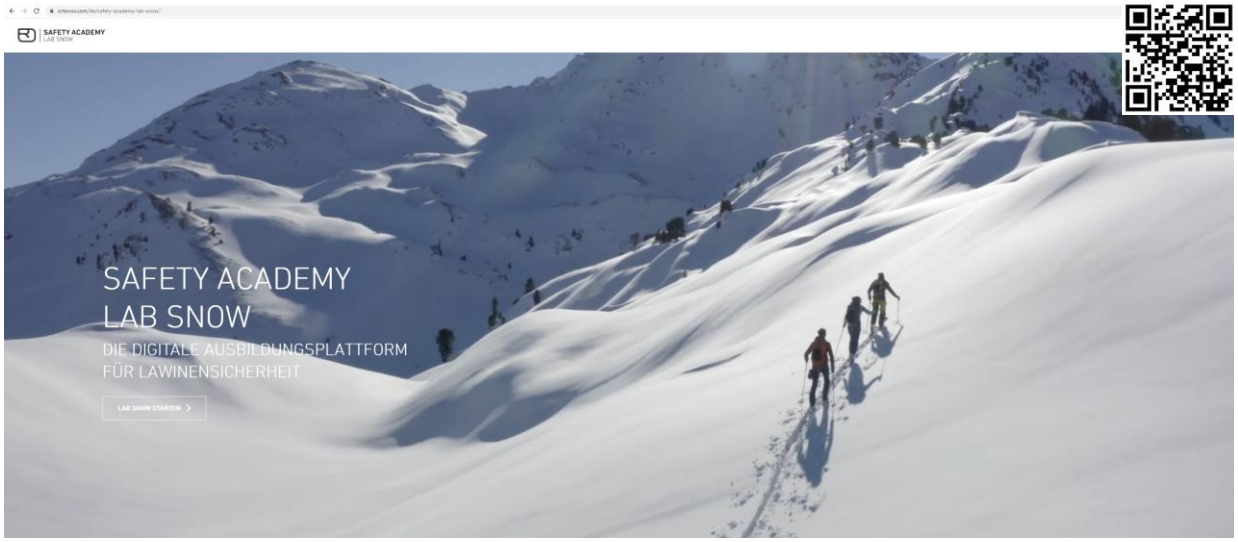
Der offizielle DSV Lehrplan Snowboard ist die Grundlage für die Übungsleiter- und Snowboardlehrerausbildung aller Ausbildungsstufen im Deutschen Skiverband. Angehende Snowboardlehrer und andere interessierte Snowboarder finden in diesem Lehrplan umfangreiches Hintergrundwissen, viele praktische Tipps und die DSV-Unterrichtsphilosophie. Das praxisorientierte Handbuch eignet sich zur konkreten Planung und Durchführung des Snowboardunterrichts in den Vereinen und Skischulen. Das neue Technik-Konzept beschreibt einfach und umfassend alle Bereiche des Snowboardsports, von der Piste bis zum Park, von der Halfpipe bis zum Snowboardcross. Das moderne, zielgruppenorientierte Methodik-Konzept vermittelt das notwendige Know-how für den Unterricht vom Einsteiger bis zum Experten. Ergänzt wird der Lehrplan durch einen großen, umfangreichen Praxisteil mit vielen konkreten Übungen.

→ *Pflicht-Vorbereitung*

Besonders empfohlen für Trainer-C / DSV-Grundstufen-Ausbildung

Pflicht-Online-Vorbereitung für alle Tourendisziplinen über Ortovox Safety Academy

Zur Vorbereitung für die Ausbildung Trainer-C Breitensport / DSV-Grundstufe Ski-/Snowboardtour ist das Online-Angebot des SSV-Partners Ortovox in den vier großen Bereichen Lawinen Basics, Skitourenplanung, Auf Skitour sowie Lawinenrettung jeweils mit Unterkapiteln Pflicht. Zu erreichen ist die Lehrplattform unter https://www.ortovox.com/de/safety-academy-lab-snow/



→ *Zusatzliteratur zur Vertiefung der Themen*

Besonders empfohlen für Trainer-B Breitensport / DSV-Instructor

Achtung Lawinen!



Für die Ausbildung im Tourenbereich wird sowohl dieser Folder als auch die Taschenkarte "Lawinen" eingesetzt. Der Folder bildet die Ausbildungsgrundlage aller Skitouren-Ausbildungsverbände.

Download unter
https://www.alpinesicherheit.bayern/wp-content/uploads/2021/11/2110-Achtung-Lawinen-105x170_13-komprimiert.pdf

Skibergsteigen – Freeride, Alpin-Lehrplan 4 Band 1 ISBN: 978-3-7633-6127-4



Im Fokus stehen neben Trainingsprinzipien für Breitensportler die skitechnischen Grundlagen für Aufstieg und Abfahrt im freien Gelände. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der richtigen Auswahl und Handhabung der Ausrüstung sowie moderner Sicherungs- und Rettungstechniken, die ein solides Fundament für anspruchsvollere Touren bilden. Neben dem effizienten Vorgehen bei Lawinenunfällen wird auch das respektvolle Verhalten in sensiblen alpinen Lebensräumen konsequent mitgedacht.

Skibergsteigen – Freeride, Alpin-Lehrplan 4 Band 2 ISBN: 978-3-7633-6128-1



Im Mittelpunkt stehen Faustregeln, moderne Checklisten und praxisnahe Methoden zur Beurteilung winterlicher, alpiner Gefahren. Aktuelles Hintergrundwissen zum menschlichen Lernen und Entscheiden im Lawinenkontext helfen, Risiken bewusster einzuschätzen und durch strukturiertes Risikomanagement fundierte Entscheidungen bei Skitouren und auf Freeride-Abfahrten zu treffen - von der Tourenauswahl bis zum Verhalten am Einzelhang.

Lawinen: Erkennen – Beurteilen - Vermeiden ISBN-13: 978-3711200303



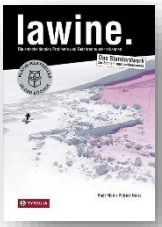
Steile Hänge, die entgegen den Erwartungen stabil bleiben, und Schneebretter, die sich schon bei niedriger Lawinen-Gefahrenstufe lösen: Selbst die hohe Schule der theoretischen Physik ist bis heute nicht in der Lage, das Phänomen Lawine in seiner Gesamtheit zu beschreiben. Schnee und Schneedecke unterliegen thermodynamischen Prozessen in einem chaotischen System. Doch mit diesem Handbuch zur Lawinenkunde können alle Wintersportler lernen, Gefahren zu erkennen und Risiken zu beurteilen. Das hilft, richtig zu beurteilen, Unfälle zu vermeiden, und im Unglücksfall die richtigen Entscheidungen zur Rettung Verschütteter zu treffen – wichtiges Grundlagenwissen für einen sicheren Aufenthalt in den Bergen!

Lawinen ISBN: 9783734315749



Sicher unterwegs auf verschneiten Bergen! Selbständig das Lawinenrisiko beurteilen, Gefahrenmuster erkennen, Schneeverhältnisse und Witterung richtig einschätzen. Der anschaulich illustrierte Praxisratgeber bietet überlebenswichtiges Basiswissen für alle Skitourengeher, Snowboarder und Schneeschuhwanderer. Leicht verständlich erläutert er Entscheidungsstrategien, erklärt das richtige Verhalten im Notfall und moderne Methoden der Verschüttetensuche.

Lawine. Die 10 entscheidenden Gefahrenmuster erkennen ISBN 978-3-7022-3504-8



Mit dem großen Erfolg des innovativen Handbuches „lawine.“ gelang es den beiden international renommierten Tiroler Lawinenwarnern Rudi Mair und Patrick Nairz, das von ihnen entwickelte Konzept der Gefahrenmuster in der Lawinenkunde einzuführen und zu etablieren. Die Erkenntnis, dass eigentlich zwei Handvoll immer wiederkehrende Gefahrenmuster für einen Großteil der Lawinenunfälle verantwortlich sind und dass - bei entsprechender Kenntnis und angemessenem Verhalten - Unfälle dieser Art vermeidbar wären, hat europaweit zu neuen Standards in der Lawinenkunde geführt. Diese komplett überarbeitete und aktualisierte Neuauflage dokumentiert den aktuellen Stand internationalen Lawinenwissens: Nicht zuletzt ausgelöst durch das Konzept der Gefahrenmuster haben sich die europäischen Lawinenwarndienste 2014 auf die länderübergreifende Darstellung von fünf Lawinenproblemen (Neuschnee, Triebschnee, Altschnee, Nassschnee und 5. Gleitschnee) geeinigt, die im Laufe eines Winters immer wieder auftreten. Diese Probleme werden nun ebenfalls vorgestellt und in den 10 entscheidenden Gefahrenmustern vertieft. Die Analyse aktueller Unfalldaten bereitet das Wissen in bewährter Form optimal auf.

→ weiterführende, teils ältere Literatur

3x3 Lawinen Risikomanagement im Wintersport (Werner Munter)	ISBN-10: 3000105204
Lawinengefahr (Michael Hoffmann)	ISBN 3-405-15974-1
Die weiße Gefahr (Martin Engler)	ISBN 3-9807591-1-3
Lawinen Know-How (Günter Durner – Alexander Römer)	ISBN 3-9807101-5-7
Alpin-Lehrplan 6 Wetter und Orientierung	ISBN-13: 978-3763360932
GPS auf Outdoor-Touren (Uli Benker)	ISBN-10: 376545110X