



Nederlandse
Ski Vereniging

Snowboardleraar opleiding niveau 3

Vorbereid starten aan de niveau 3-opleiding

De opleiding tot snowboardinstructeur gaat bijna van start! Ben jij er al klaar voor?

In dit document staat alle informatie beschreven die jij nodig hebt om je optimaal voor te bereiden op de opleiding:

1. Wat de opleidingen van de Nederlandse Ski Vereniging zijn
2. Wat je kunt verwachten van de opleiding niveau 3
3. De examens van de opleiding niveau 3
4. De paklijst: wat moet je niet vergeten naar de sneeuwweek



1.0 De opleidingen van de NSKiV

De NSKiV biedt cursisten drie opleidingsniveaus tot snowboard-instructeur aan. Deze niveaus bepalen aan wie, waar en hoe je uiteindelijk les mag geven. De diploma's complementeren elkaar en volg je aansluitend op elkaar. Door in bezit te zijn van meer diploma's toon je aan dat je vaardiger en deskundiger bent en verkrijgt je ook meer vrijheid en verantwoordelijkheid in het lesgeven. Bovendien ben je bij het afronden van alle niveaus internationaal erkend snowboard-instructeur. Daarmee kun je de International Snowboard Instructors Association (ISIA)-zegel verkrijgen door je aan te melden bij Snowpros.nl en kun je wereldwijd aan het werk.

Hoe zien de drie niveaus er inhoudelijk uit?

Niveau 2

Als leraar niveau 2 ben je in staat om beginnende snowboarders te begeleiden. De opleiding bestaat uit een aantal dagen in Nederland. De locaties van deze opleiding wisselen per aanbieder van de opleiding. Dit kan zijn in een indoorhal, op een borstelbaan of op de rolbaan. Bij het afronden van de opleiding ben je in staat om onder andere introductielessen, groepsuitjes en kinderfeestjes te begeleiden. Bovendien zijn er mogelijkheden om met Nederlandse reisorganisaties mee te gaan naar het buitenland. Het gaat dan vaak om het begeleiden van jongerenreizen bij hun eerste wintersportervaring.

Niveau 3

Tijdens de opleiding tot leraar niveau 3 leer je lesgeven aan (licht)gevoerde wintersporters. De opleiding begint met twee opleidingsdagen in Nederland. Hier leer je lesgeven in de indoorhal, de rolbaan en/of de borstelbaan, zodat jij weet wat de verschillende ondergronden betekenen voor het leren snowboarden. Vervolgens ga je met een groep een week naar de sneeuw. Daar verbeter je je eigen vaardigheid en leer je hoe je zelfstandig groepen lesgeeft.

Niveau 4

Deze opleiding leert hoe je gevorderde snowboarders begeleidt. Het niveau bestaat uit twee onderdelen, die gezamenlijk de complete niveau 4 opleiding vormen: de niveau 4 opleiding en de Snow Safety Module. Deze twee onderdelen zijn aparte opleidingen, die allemaal bestaan uit een week in de sneeuw.

- Tijdens de **opleiding tot snowboardleraar niveau 4** leer je om te gaan met de variabelen. Natuurlijk zal er in het begin nog stilgestaan worden bij de basics, maar die zullen worden gebruikt om onder moeilijker (lees: leukere) omstandigheden te presteren. Steilere pistes, hogere snelheid, nieuwe technieken, functioneel bewegen, actie/reactie, piste/off-piste, buckels en race. Zomaar een greep uit de verschillende onderwerpen die je tijdens de opleiding tegenkomt. Je zult op al deze onderdelen zelf stukken beter worden en leert ook hoe je dit in je eigen lessen kunt gebruiken. Met de opleiding snowboardleraar niveau 4 op zak, ben je een echte meerwaarde voor een wintersportorganisatie en kun je vaker aan de slag met de gevorderde lessen en het begeleiden/trainen snowboardleraren.
- **De Snowsafety Module** leert je om groepen veilig off-piste te begeleiden. Tijdens de module leer je alle theorie die nodig is om kennis te hebben van off-piste snowboarden, zodat jij de gevaren herkent. Bovendien, werk je de hele week aan je eigen vaardigheid om een zelfverzekerde off-piste snowboarder te worden! Om deel te nemen aan deze module is de niveau 4 opleiding vereist.

**Alle opleidingen worden erkend door NOC*NSF en vallen binnen de Kwalificatie Structuur Sport (KSS).*



2.0 De opleiding snowboardinstructeur niveau 3

Twee trainingsdagen

We starten de niveau 3-opleiding in Nederland met twee trainingsdagen. Tijdens deze dagen gaan we aan de slag met verschillende examentechnieken en wordt de eerste theorie behandeld. Daarnaast maak je kennis met de opleider en de rest van groep. Tot slot bespreken we ook of iedereen vervoer heeft geregeld naar de sneeuwweek.

De sneeuwweek

De sneeuwweek is een drukke week waarin er veel van je wordt verwacht wat betreft kennis en kunde. We gaan onder andere aan de slag met je eigen vaardigheid, het geven van lessen en we behandelen de theorie die hierbij hoort. Wil jij jezelf voorbereiden op deze week, begin dan met het lezen van de cursusmap (niveau 3). Bovendien kun je alvast een aantal lessen nemen of zelfstandig snowboarden op een van de snowboard accommodaties in Nederland.

3.0 Het examen

Een goede voorbereiding is het halve werk! Aan het einde van de week word je in de bergen getoetst op je vaardigheden en je theoretische kennis. Daarnaast werk je aan een portfolio dat je na de sneeuwweek inlevert. We bereiden je alvast voor op wat je te wachten staat.

Eigenvaardigheidsexamen

Het eigenvaardigheidsexamen wordt aan het einde van de week afgenomen. Dit is een momentopname. Het examen wordt afgenomen door twee examinatoren die individueel een cijfer geven voor de techniek die jij op dat moment snowboard. De technieken die afgetoetst worden zijn:

- Snowboardhouding
- De basisbocht
- Lang gesneden bocht
- Freestyle

Theorie-examen

Tijdens het theorie-examen heb je twee uur de tijd om verschillende vragen in te vullen. Dit zijn open en multiple choice-vragen.

Lesgeefexamen

Tijdens het lesgeefexamen geef je in 30 minuten een les via de POT-methode aan jouw medecursisten. De lesopdracht krijg je tijdens de sneeuwweek van de opleider en dient voorbereid te worden op een LVF van de NSKiV. Voor de start van het examen lever je het gemaakte LVF in tweevoud in bij de examinatoren. Na het geven van je les volgt er een reflectiegesprek en een beoordeling.

Portfolio

Last but not least, het portfolio. Om het diploma thuisgestuurd te krijgen lever je aan het einde van de opleiding het portfolio in. Hier staan verschillende opdracht en vragen in die je moet maken. Deze lever je in via Flowsparks.



4.0 De paklijst

Zorg ervoor dat je goed voorbereid de sneeuwweek in gaat! Hieronder staat genoemd wat je niet mag vergeten:

Materiaal

Neem je eigen snowboardmateriaal mee tijdens de sneeuwweek. Heb je nog geen materiaal, maar ben je wel van plan deze aan te schaffen, vraag dan de opleider om advies. Het huren van materiaal is ook een optie.

- **Snowboard:** voor de opleiding hebben we de volgende aanbevelingen voor de juiste keuze:

Type: Een allround/all mountain snowboard die in alle omstandigheden goed presteert. Op hoger tempo moet het board vertrouwen geven, maar ook verwachten we dat je met het board kan freestylen. Mocht je tips/advies kunnen gebruiken dan adviseert de opleider je graag.

- **Snowboardschoenen**

Kleding

Het weer kan wisselvallig zijn in de Alpen. Bekijk daarom alvast het weerbericht en neem genoeg lagen mee zodat je op alles voorbereid bent!

- **Snowboardjas en snowboard broek**
- **Thermokleding**
- **Vest of trui** voor onder je jas, afhankelijk van de temperatuur
- **Snowboardsokken**
- **Handschoenen**, neem voor de zekerheid een extra paar handschoenen mee.
- **Goggle**
- **Helm**, het dragen van een helm tijdens de opleiding is verplicht.
- Eventueel een **rugprotector**, **crash-pant** en **kniebeschermers**.

Voor op de berg

- **Rugzak**, het is verplicht om tijdens je opleiding een rugzak te dragen (het liefst een airbag).
- **Batterijen**, voor in je lawinepieper
- **Zonnebrand/lippenbalsem** (met UV-protectie!)
- **E.H.B.O-set**. Zorg voor een compleet E.H.B.O.-tasje met minimaal een reddingsdeken.
- **(Thermos)fles**
- **Snack/repen**, voor tussendoor
- **Notitieboekje met een potlood**, het kan zijn dat je telefoon snel leeg raakt door de kou

**Een lawinerugzak en drie eenheid zijn voor deze opleiding niet nodig.*

Tijdens de theorieles

- **Laptop of een schrift** om notities te maken in de avond
- **Cursusmap**, hardcopy of gedownload
- Minimaal **zes lesvoorbereidingsformulieren** (leeg)

Verder niet vergeten

- **Paspoort** Je bent verplicht een geldig paspoort of identiteitsbewijs bij je te hebben. Een rijbewijs is in het buitenland geen geldig identiteitsbewijs.



- **Zorgpas** Dit is verplicht om bij je te dragen. Zorg voor een Europese zorgpas, deze kan je aanvragen bij je zorgverzekering. Daarnaast is het ook verstandig de gegevens van je huisarts, zorgverzekeraar, reisverzekeraar en het thuisfront te noteren.
- **Eigen medicatie**
- **Lidmaatschap NSKiV**