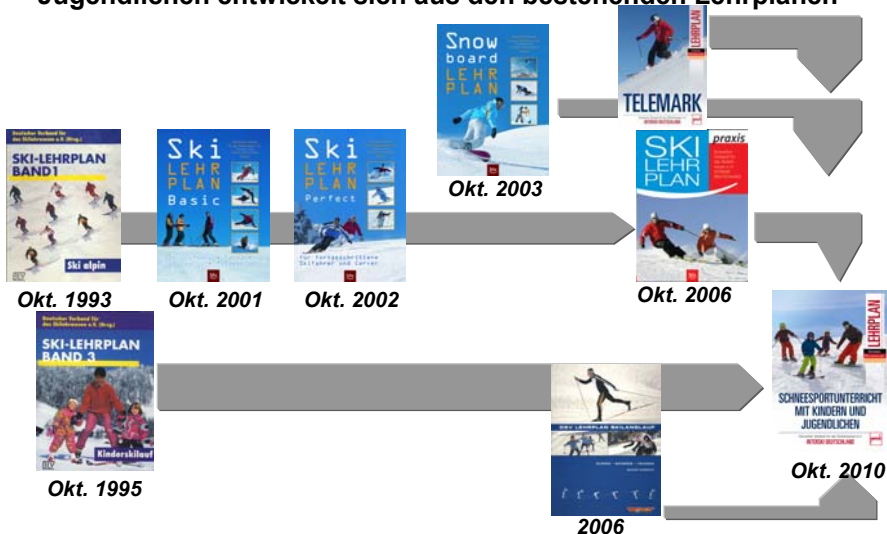




Schneesportunterricht mit Kindern und Jugendlichen

Der neue Kinder- und Jugendlehrplan von INTERSKI DEUTSCHLAND
Kommunikationsversion 2010

Der Lehrplan Schneesportunterricht mit Kindern und Jugendlichen entwickelt sich aus den bestehenden Lehrplänen



Was ist neu? Was ist anders? – Das Wichtigste in Kürze

- Erstmals vier Disziplinen (Alpin, Snowboard, Langlauf und Telemark) in einem Lehrplan
- Er enthält insgesamt viel Pädagogik, Didaktik und Methodik und weniger Technik
- Gliederung in drei Hauptabschnitte
 - Hauptabschnitt I: Grundlagen und Voraussetzungen (disziplinübergreifend)
 - Hauptabschnitt II: Planung und Gestaltung von optimalen Unterrichtssituationen (disziplinübergreifend)
 - Hauptabschnitt III: Lehren und Lernen in der Praxis (tw. disziplinspezifisch)
- Für die Umsetzung in die Unterrichtspraxis - von hinten nach vorne lesen!
- Zielgruppe ist der junge Schneesportlehrer mit wenig Unterrichtserfahrung sowie Schneesportlehrer mit Einsatzschwerpunkt im Kinder- und Jugendunterricht
- Es gilt wiederum das Motto „Aus der Praxis für die Praxis“ untermauert mit sportwissenschaftlichen Aussagen



Der neue Kinder- und Jugendlehrplan gliedert sich in drei Hauptabschnitte

Hauptabschnitt I – Grundlagen und Voraussetzungen

1. Grundlagen
2. Entwicklung von Kindern und Jugendlichen
3. Lernende und Lehrende als Einheit
4. Emotion und Motivation
5. Kommunikation – die Basis für die Einheit Lernender/Lehrender
6. Wie lernen Kinder und Jugendliche?

Hauptabschnitt II – Planung und Gestaltung von Schneesportunterricht: Optimale Lernsituationen schaffen

1. Der äußere Rahmen
2. Unterricht planen und gestalten
 1. Planung von Schneesportunterricht, Arten der Unterrichtsgestaltung
 2. Lernraum auswählen
 3. Unterrichtsorganisation festlegen
 4. Inhalte abwechslungsreich gestalten
3. Beobachten, Beurteilen, Beraten

Hauptabschnitt III – Lernen und Lehren in der Praxis

1. Lernniveaus, Lernziele, Inhalte, Vorgehensweisen im Unterricht
2. Aktionsfelder
3. Disziplinspezifisch Inhalte vom Anfänger bis zum Köhner

Im Hauptabschnitt I werden die Grundlagen und Voraussetzungen für einen erfolgreichen Kinder und Jugendunterricht beschrieben



Das Grundkonzept des Lehrplans beruht auf der Aussage:
„Durch Kompetenz zum Können“

- Wenn eine Person die Fertigkeiten, Fähigkeiten und den Willen besitzt, in einer bestimmten Situation Probleme zu lösen, dann besitzt sie **Kompetenzen** in diesem Bereich
- **Fertigkeiten** sind Handlungen, die erlernt oder erworben werden
- Wir benötigen bestimmte **Fähigkeiten**, um leichter und schneller Skifahren oder Snowboarden zu erlernen
- Wenn wir alle Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse, Talente, Neigungen und Stärken einer Person als **Ressourcen** bezeichnen, dann entdecken und fördern wir die ausbaufähigen Möglichkeiten des Individuums
- Wählen wir auf der Basis der individuellen Ressource eine Aufgabe gut aus, dann ist der **Effekt** größer und die Kompetenz wurde somit gefördert



Lernende und Lehrende sind eine Einheit



- als Lehrer gestalten wir den Unterricht
- unsere Schüler vollziehen den Unterrichtsschritt
- wir beobachten die Schüler und gestalten den nächsten Schritt



Emotion und Motivation – zwei Seiten einer Medaille



- Mit Emotion bezeichnen wir die Gefühle und Befindlichkeiten beim Handeln, also Gefühlszustände wie Freude, Lust, Ärger oder Angst
- Unter Motivation verstehen wir die Antriebe zum Handeln, also Motive wie Leistungsbereitschaft, Hilfsbereitschaft oder kreative Gestaltung
- Emotion und Motivation bedingen sich gegenseitig

$$\text{Motivation} = \text{Motiv} \times (\text{sitativer}) \text{Anreiz} \times \text{Erwartung}$$

Kommunikation – die Basis für die Einheit Lehrender/Lernender

- Kommunikation ist der wechselseitige Austausch von Gedanken, Ideen oder auch Gefühlen zwischen Schüler und uns als Schneesportlehrer
- Wo spielt Kommunikation im Unterricht eine Rolle?
 - Lehr-Lern-Prozess
 - Lernatmosphäre
 - einzelne Schüler
- Die Qualität eines Gespräches
- Wie schaffe ich eine gute Kommunikationssituation?
- „Passiver Widerstand“ – die Verweigerung der Kommunikation
- Mimik, Gestik und Körperhaltung
- Besonderheiten der verschiedenen Altersstufen



Effekteerfahrungen sind die Motoren des Lernens

- Kinder und Jugendliche lernen am Besten durch Übungen
- Kognitive Prozesse können beim Kind noch nicht genutzt werden
- Die arrangierten Lernsituationen müssen sich schwerpunktmäßig auf die körperinternen Prozesse konzentrieren
- Über die Erfahrung des Durchführens nehmen die Kinder und Jugendlichen wahr, was gefordert wurde und erkennen automatisch die beste Lösung für die jeweilige Situation



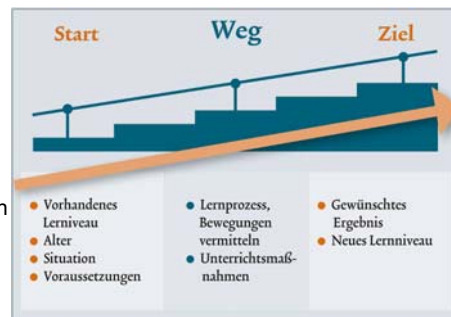
Der Hauptabschnitt II liefert Möglichkeiten zur Planung und Gestaltung von optimalen Lernsituationen


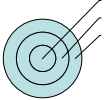






- Erfolgreicher Schneesportunterricht ist kein Zufall
 - Er baut auf didaktischer Auswahl
 - methodischen Maßnahmen
 - sinnvoller Organisation
 - passendem Gelände und Lernmotivation auf
- Für effizientes und erlebnisreiches Lernen sind alle Aspekte möglichst optimal aufeinander abzustimmen
 - Übungen und Aufgaben müssen zum Lernziel passen
 - die Ablaufform muss die Aufgabe ermöglichen
 - die Aufstellungsform muss die Sicherheit gewährleisten
 - das Gelände und die Schneebeschaffenheit dürfen nicht überfordern
 - etc.



Hauptabschnitt III Lehren und Lernen in der Praxis stellt disziplinübergreifend die Unterrichtsstruktur vom Anfänger bis hin zum perfekten Schneesportler dar

- Unterrichtsaufbau: Start – Weg - Ziel
- Lernniveau
- Lernziele
- Inhalte mit Bewegungsbeschreibung
- Lernraum
- Lehr- und Lernverfahren
- Vorgehensweise und Aufgabenstellungen
- Lernhindernisse und Lösungen
- Aktionsfelder



| LERN-NIVEAU | LERNZIELE | LERN-INHALTE | LERN-RAUM | UNTERRICHTS-MASSNAHME | Aktionsfelder |
|---|---|---|---|---|--|
| <p>Bewegen und Geradeausfahren</p>  <p>Kurvenfahren / Gleiten</p> <p>Unterschiedlich fahren / Rhythmisch laufen</p> <p>Perfekt fahren / Perfekt laufen</p> |  |  |  |    | <ul style="list-style-type: none"> • Fahren nach Linien / Sportliches Laufen • Gelände-fahren / Back Country • Freestyle • Alpines Fahren (nur LL) • Sicher und Fair  |



In Abhängigkeit des Alters verändert sich die Form des Kurvenfahrens

| Vorschulalter (3 – 6 Jahre) | Grundschulalter (7 – 10 Jahre) | Schulalter (11 – 14 Jahre) | Jugendalter (15 – 18 Jahre) |
|--|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Grundposition • offene, breite Ski-stellung, auch noch leicht nach innen gekantete Ski • leichte Beugung des Oberkörpers nach vorne, Beine durchgedrückt • Hände seitlich neben dem Körper • fließende Fahrweise, Kurven ohne Schlagfahrt • Kurvenwechsel mit Bewegungen des Körperschwerpunktes nach vorne • Druckaufbau auf der Innenseite des neuen Außenskis | <ul style="list-style-type: none"> • Grundposition • offene, parallele Ski-stellung • Fuß-, Knie- und Hüftgelenke sind leicht gebeugt • Hände seitlich vor dem Körper • Ruhiger und kompakter Oberkörper • fließende Fahrweise und rhythmische Bewegungen • Kurvenwechsel mit Bewegungen des Körperschwerpunktes nach vorne • Druckaufbau auf der Innenseite des neuen Außenskis • Bewegungen werden aus den Beinen initiiert • Knie und Becken werden in Richtung Kurvenmitte ohne Verwindung bewegt | <ul style="list-style-type: none"> • Grundposition • offene, parallele Ski-stellung • Fuß-, Knie- und Hüftgelenke sind leicht gebeugt • Hände seitlich vor dem Körper • Ruhiger und kompakter Oberkörper • dem Kurvenverlauf angepasste rhythmische Bewegungen sowie sportliche, fließende und dynamische Fahrweise • Die Skienden folgen der Bahn der Skispitzen • Kurvenwechsel mit Bewegungen des Körperschwerpunktes nach vorne • Druckaufbau auf der Innenseite des neuen Außenskis • Bewegungen aus den Beinen initiiert • Knie und Becken werden in Richtung Kurvenmitte ohne Verwindung bewegt • Oberkörper gleicht zur optimalen Belastung aus | <p>Für diese Altersstufe gelten dieselben Merkmale wie für die Altersstufe „Schulalter“</p> |
| | | | |

| Lernniveau | Lernziele | Lerninhalte | Lernraum/ Gelände | Aktionsfelder |
|--|--|--|---|---------------|
| Bewegen und Geradeausfahren | <ul style="list-style-type: none"> • Lerne die Ausrichtung kennen und bewege dich damit in der Ebene • Bewege dich auf den Ski bergauf • Fahre Schuss undbremse • Fahre LR | <ul style="list-style-type: none"> • Trage die Ski • Trage in die Bindung ein und aus • Bewege dich auf und gehe mit dem Ski • Stehe hoch vor dem Stand auf • Trage auf mit Stange, Gabel, Treppen-Haftstützgerätschaft • Fahre geradeaus in paralleler Ski-stellung • Fahre die Pflugschleife • Fahre geradeaus in Pflugschleife • Bremse im Pflug • Nutze verschiedene L-Ebenen (Förderband, Luftkiss, Schwerkraft, Schwerkraft) • Fahre (Pflug) Kurven mit kleinem Kurvenradius (drehen der Falllinie) • Drucke stärker • Karte stärker auf | <ul style="list-style-type: none"> • Ebene, plane und abgewinkelte Fläche • Sportplätze • Leichtes, offenes, flaches Gelände • Ziel: Sprinkler oder Felsen • Flacher Hang mit Aufwärtsschleife und Auslauf oder leichtem Gegenhang • Natur: Baum, Geländebau | |
| Kurven fahren | <ul style="list-style-type: none"> • Meistere sicher Abfahrten und -anhebungen des Temp. spüre die ersten Kurvenkante • Fahre parallel | <ul style="list-style-type: none"> • Fahre mit unterschiedlichen Kurvenradien • Fahre mit wechselnder Ski-stellung • Bewege die Pflugschleife ab • Fahre die parallele Ski-stellung im Kurvenverlauf • Fahre mit sportlichem Tempo, Karte • bewege die in paralleler Ski-stellung auf, fahre schneidend • Fahre die parallele Ski-stellung in steilem Gelände, bringe die Bewegung aus den Beinen und dem Druckaufbau auf dem Außenski, verschiebe die Kartenspitzen, bewege dich rhythmisch und fahre fließend • Fahre in weitem Gelände und flachem Schnee • Fahre in steilem Gelände und flachem Schnee • Fahre in Park | <ul style="list-style-type: none"> • Leichtes, offenes, flaches Gelände • Flacher Hang, abgewinkeltes Aufwärtsschleife • Natürliche oder künstliche Geländebelastungen • Mittelschweres, kuppelartiges Gelände • Flaches bis mittelsteiles Gelände • Flaches bis mittelsteiles Gelände • Steiles Gelände, wechsellagernd • Mittelsteiles, Buckelartiges, flacher Schnee • Flache Freizeitanlagen, Bäume, Platten, Röhren | |
| Unterschiedlich (Kurven) fahren | <ul style="list-style-type: none"> • Fahre parallel in sportlichem Tempo • Fahre parallel in steilem Gelände • Fahre Gelände • Fahre steil | <ul style="list-style-type: none"> • Fahre parallel in sportlichem Tempo • Fahre parallel in steilem Gelände • Fahre in weitem Gelände und flachem Schnee • Fahre in Park | <ul style="list-style-type: none"> • Flaches bis mittelsteiles Gelände • Flaches bis mittelsteiles Gelände • Steiles Gelände, wechsellagernd • Mittelsteiles, Buckelartiges, flacher Schnee • Flache Freizeitanlagen, Bäume, Platten, Röhren | |
| Perfekt fahren | | | | |

Aktionsfelder

Der neue Kinder- und Jugendlehrplan erscheint im Herbst 2010

- Umfang ca. 230 Seiten
- Über 30 Grafiken
- Mehr als 300 Bilder
- Der Lehrplan erscheint erstmals im PIETSCH-Verlag im Oktober 2010 (Preis: 24,90 Euro)