

## Weitere Unterrichtsthemen

# Gegenseitiges Coachen

### *Beschreibung*

Das gegenseitige Coachen kann zu verschiedenen schneesportlichen Inhalten (z. B. Grundposition, Pflugkurven, Kurven mit paralleler Skistellung, geschnittenes Kurvenfahren, Pistentricks etc.) durchgeführt werden. In Partnerarbeit haben die SuS die Aufgabe, sich gegenseitig zu beobachten und Rückmeldungen, ggf. auch mithilfe von Beobachtungsbögen zur Technik oder als Videofeedback, zur Bewegungsausführung zu geben.

### *Hilfsmittel*

- ggf. Beobachtungsbögen zur Technik
- Smartphones oder Kameras für ein Videofeedback

### *Voraussetzungen*

Die SuS müssen eine konkrete Vorstellung über die Lerninhalte, z. B. einen Techniksollwert haben.

### *Lernziele*

- Die SuS lernen skispezifische Bewegungsformen nach funktionalen Kriterien zu beobachten und zu analysieren, was zur Verfestigung der eigenen Bewegungsvorstellung führt.
- Die SuS entwickeln ihre Analysefähigkeit, indem sie die Bewegungen des Partners beobachten und eigenverantwortlich Lösungswege zum Beseitigen von Fehlerbildern suchen.
- Die SuS erfahren die konkrete Anwendung ihres Wissens über skispezifische Bewegungsformen anhand der Beurteilung, Einschätzung und Mitteilung von Technikriterien anderer SuS.
- Die SuS erfahren die Perspektive und Rolle der LuL, sowie lernen Ratschläge gleichaltriger SuS und ggf. von technisch schlechteren Fahrern anzunehmen, zu akzeptieren und umzusetzen.

### *Hinweise*

Vor der Durchführung des gegenseitigen Coachens sollten die relevanten Technikmerkmale mit den SuS nochmal besprochen und ggf. auch nochmal demonstriert werden. Während der Einheit agieren die LuL beobachtend und ggf. beratend, greifen aber nur bei erheblichen Schwierigkeiten ein. Zum

Abschluss der Einheit erfolgt eine Reflexion über die motorischen und sozialen Aspekte beim Coachen.

### ***Organisation***

Für die Durchführung sollten möglichst kurze und gut einsehbare Pisten gewählt werden, dies hilft den SuS die Konzentration auf die eigentliche Übung zu legen und gleichzeitig erleichtert es den LuL den Überblick über alle SuS zu behalten und dient dabei auch einer besseren Sicherheit.

Diese Einheit eignet sich für 1-2 UE (1 UE = 45 Min.).