

Aktivität	Lernebene	Lernort	Themen
<input checked="" type="checkbox"/> Ski Alpin	<input checked="" type="checkbox"/> Einsteiger	<input checked="" type="checkbox"/> Im Schnee	<input checked="" type="checkbox"/> Aufwärmen
<input type="checkbox"/> Snowboard	<input type="checkbox"/> Fortgeschrittene	<input type="checkbox"/> In der Schule	<input type="checkbox"/> Technik erlernen
<input type="checkbox"/> Ski Nordisch	<input type="checkbox"/> Könnler		<input type="checkbox"/> Technik festigen/verbessern
	<input type="checkbox"/> Experten		<input type="checkbox"/> Spiele und Wettkämpfe

## Ski um den Körper kreiseln

### Beschreibung

Mit Sicherheitsabstand im Stand einen Ski von einer Hand zur anderen Hand um den Körper kreiseln lassen.

### Lernziele

Körperspannung erhöhen.

### Organisation

- Auf Sicherheitsabstand achten.
- Ebenes Gelände wählen
- Generell zu Lernebene Grün: Das Gelände befindet sich entweder im Kindergelände einer Skischule oder im abgesicherten Bereich abseits der offiziellen Pisten.

### Weiterführende Literatur

#### Ringbuch für die Praxis:

Deutscher Skilehrerverband e.V.:

[Besser Unterrichten – Kinder \(2016\)](#)

[Besser Unterrichten – Lernebene Grün \(2015\)](#)

DSLVL, Wolfratshausen.

#### Lehrplan:

[Deutscher Skilehrerverband e.V. \(2012\): Skifahren Einfach – Der DSLVL Lehrplan. BLV, München.](#)