

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

Ballonrennen

Beschreibung

SuS bilden jeweils Paare. Die Paare stellen sich an die Startlinie. Aufgabe ist es, eine vorher vereinbarte Strecke zu zweit mit dem Luftballon zurückzulegen. Dafür legt der Spielleiter die Regeln fest: Der Luftballon wird zwischen die Köpfe, zwischen die beiden Rücken oder die Bäuche geklemmt. Wenn der Luftballon platzt oder zu Boden fällt, scheidet das Paar aus oder muss von vorne beginnen.

Hilfsmittel

- Luftballons

Lernziele

Die SuS verbessern ihr Gleichgewicht.

Weiterführende Literatur

Ringbuch für die Praxis:

[Deutscher Skiverband e.V. \(2016\): DSV-Übungshandbuch. Skilanglauf – lernen leicht gemacht. Mit Tipps für Einsteiger, Fortgeschrittene und Könnner. Planegg](#)

Lehrplan:

[Deutscher Skiverband e.V. \(2013\): DSV-Lehrplan Skilanglauf. Planegg](#)