

Weitere Unterrichtsthemen

Blind fahren

Beschreibung

Das Übungselement ‚Blind fahren‘ bringt einen neuen und sehr abwechslungsreichen Anforderungscharakter in den Schneesport mit ein. Gerade bei SuS, die sich bereits den Könnenstufen ‚Rot‘ oder ‚Schwarz‘ zuordnen lassen, bietet diese Übungsvariante eine interessante Alternative.

Vorgehensweise:

- Schieben und Ziehen des Blinden auf einer sehr flachen Piste.
- Beide SuS fahren, verbunden mit den Skistöcken oder einem Seil.
- Der Sehende steuert den Blinden nur noch über verbale Informationen.
- Wettkampf (Hütchenparcours).

Hilfsmittel

- Seile
- Hütchen

Voraussetzungen

Die SuS müssen die spezifischen Grundfertigkeiten (Bremsen, Kurvenfahren etc.) sehr gut beherrschen.

Lernziele

- Die SuS erfahren durch den Wegfall des optischen Sinn eine Sensibilisierung der anderen Sinne. Die SuS erfahren dadurch eine andere Wahrnehmung ihrer Bewegungsausführung und erlernen einen fokussierten Umgang der Technik.
- Die SuS lernen den verantwortungsvollen Umgang mit dem blinden Partner kennen und sind dabei gefordert, ruhige und klare Anweisungen zu geben.
- Die SuS nehmen selbst wahr, welche große Bedeutung der optische Sinn hat und schätzen selbst ein, welches Tempo ihnen in der ungewohnten Situation behagt.
- Die SuS erfahren Aufgabenzusammenhalt und Kooperationsbereitschaft.

Hinweise

Für die Durchführung dieser Übung sollte eine auf das Fahrkönnen der jeweiligen SuS angepasste, möglichst einfache, leere und bekannte Piste gewählt werden. Die Übung erfolgt in Partnerarbeit. Die Augen müssen nicht extra durch ein Tuch o. ä. bedeckt werden. Es reicht ein Verschließen der Augen, so können

die SuS bei Unsicherheit ihre Augen schnell öffnen (ggf. können Tücher oder auch (teil)abgeklebte Schnee-/Sonnenbrillen eingesetzt werden).

Organisation

Wird ein Parcours abgesteckt, so sollte dies vorher bei der Liftgesellschaft angefragt und abgestimmt werden.

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

Weiterführende Literatur

Ausführliche Hinweise zur Durchführung:

Auerhammer, B. & Kuhn, P. (2000). Berg und Schnee neu entdecken. Kontrasterfahrungen im Schulsikurs. *sportpädagogik*, 24 (4), 37-40. [S. 39-40]

Kappl, M. & Bertle, L. (2002). *Erlebnis Winter – Bausteine für alternative Winterfreizeiten*. Augsburg: ZIEL. [S. 177-178]

Einstieg für ein Koordinationstraining (für fortgeschrittene Schneesportler):

Neumaier, A., Mechling, H. & Strauß, R. (2002). Koordinative Anforderungsprofile ausgewählter Sportarten. Analyse, Variationsprinzipien, Trainingsbeispiele zu Leichtathletik, Fußball, Judo, Alpiner Skilauf, Rudern. Köln: Sport und Buch Strauß. [S. 124-127]