

## Weitere Unterrichtsthemen

# Prognose- und Bewertungstraining

### *Beschreibung*

Bei dem Prognosetraining schätzen die SuS zum einen ihre eigenen Leistungen bei schneesportspezifischen Übungen ein und zum anderen bewerten sie die Bewegungsausführungen anderer SuS.

### Ablauf:

- Die SuS geben auf einem Arbeitsblatt eine Prognose ab, wie gut sie denken, dass sie die vorgegebenen Übungen absolvieren werden.
- Es folgt die Durchführung der Übungen und eine externe Bewertung durch andere SuS sowie LuL.
- Die Prognosen werden mit den externen Bewertungen in einer Reflexion verglichen und besprochen.

### Beispiele:

- Die SuS fahren verschiedene Radien im Pflug (Beobachtungskriterium: Die richtige Ausführung der regulativen Grundposition.
- Die SuS fahren kleine Radien mit Parallelschwüngen (Beobachtungskriterium: Frühzeitiges Aufkanten, Schwerpunkts Verlagerung nach vorne beim Kurvenwechsel, Beugung in den Sprunggelenken.
- Die SuS fahren mittlere und große Radien geschnitten. (Beobachtungskriterium: Die Kantenabdrücke der Ski müssen durchgehend im Schnee zu sehen und nicht unterbrochen sein.

### *Hilfsmittel*

- Bewertungsbögen mit einem einheitlichen Bewertungssystem
- Stifte zum Notieren
- Ggf. Messinstrumente (Metermaß, Stoppuhr)

### *Voraussetzungen*

Die SuS sollten die skifahrerischen Grundfertigkeiten (Bremsen, Kurvenfahren) sicher beherrschen.

### *Lernziele*

- Die SuS entwickeln ihre Analysefähigkeit, indem sie die Bewegungsausführungen eines Mitschülers beobachten und bewerten.
- Die SuS erfahren den Bewertungs- und Beurteilungsprozess anderer.

- Die SuS erfahren eine konkrete Anwendungssituation ihres Wissens über skispezifische Bewegungsformen.
- Die SuS lernen, ihr eigenes skifahrerisches Können bei verschiedenen Übungsformen einzuschätzen.

### **Hinweise**

Für die Durchführung sollte eine nicht zu stark frequentierte Piste gewählt werden.

### **Organisation**

Es bietet sich an, diese Einheit in Partnerarbeit oder in Kleingruppen durchzuführen. Dadurch wird sichergestellt, dass alle SuS eine eigene Prognose vornehmen und andere auch bewerten, ein Umlaufbetrieb bietet sich dafür an. Für die Bewertung sollte ein Pistenabschnitt gewählt werden, der der Könnenstufe der Gruppe entspricht, sodass sich die SuS auf die Ausführung der Bewegungen konzentrieren können, gleichzeitig sollte der Pistenabschnitt gut einsehbar sein, damit eine vernünftige Beobachtung gewährleistet ist. Die Beobachter stehen am Pistenrand und befinden sich auf Höhe der Mitte der vorgesehenen Piste, damit sie die zu bewertenden SuS von vorne, von der Seite und von hinten beobachten können.

Die Bewertungsbögen sollten im Vorfeld von den LuL entwickelt werden und ein einheitliches Bewertungssystem haben, welches den SuS vor der Einheit erklärt wird.

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

### **Weiterführende Literatur**

#### **Detaillierte Informationen zum Prognosetraining:**

Hermann, C., Oesterhelt, V. & Sygusch, R. (2011). Persönlichkeits- und Teamentwicklung im Schneesportunterricht. Förderung psychosozialer Ressourcen in Schule und Verein. In ASH (Hrsg.), Skilauf und Snowboard in Lehre und Forschung. Schriftenreihe der ASH, Band 20 (S. 79-102) Hamburg: Feldhaus.