

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

Parcoursbewältigung

Beschreibung

In einem mit unterschiedlichen methodischen Hilfsmitteln aufgebauten Parcours sollen verschiedene Aufgaben erfüllt werden. Ziel ist es, die Aufgaben rechtzeitig durchzuführen und die vorgegebene Strecke nicht zu verlassen.

Variationen

- Über Seile springen.
- Unter aufgespannten Seilen durchfahren.
- Um Hütchen fahren.
- Hütchen beim Vorbeifahren berühren.
- Drehungen einbauen.
- Stopplinien, danach wieder beschleunigen.
- Ski: Eine Teilstrecke einbeinig fahren.
- Wettkampfform: Auf Zeit fahren oder Punkte für richtig durchgeführte Aufgaben, Minuspunkte für das Verlassen der Strecke oder umgeworfene Gegenstände.

Hilfsmittel

- Ski
- Inline-Skates
- Snowboard
- Skateboard
- Hütchen
- Springseile

Lernziele

Die SuS erlernen einen sicheren Umgang mit dem Sportgerät. Sie müssen aufmerksam sein und sich verfügbar machen.

Hinweise

- Die Parcoursstrecke muss deutlich erklärt werden.
- Die verschiedenen Stationen können variantenreich angeboten werden.

Weiterführende Literatur

Memmert, D., Kaffenberger, N., Weirether, S. (2014): Die Schneeschule. Eine saisonal übergreifende Basisausbildung für den Wintersport. Balingen. Spitta.