

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"/> Könnner		<input checked="" type="checkbox"/> Technik festigen/verbessern
	<input type="checkbox"/> Experten		<input type="checkbox"/> Spiele und Wettkämpfe

Zu allem bereit

Beschreibung

In Partner- oder Gruppenarbeit sollen während dem Fahren knappe Anweisungen von einem Außenstehenden gegeben werden, die der SuS im nächsten Moment durchführen soll. Diese Anweisungen können sich auf eine oder mehrere SuS beziehen. Der SuS muss permanent in Bereitschaft sein, um die Aktionen direkt ausführen zu können.

Variationen

- Veränderungen der Körperposition: vor-rück, links-rechts, hoch-tief.
- Unterschiedliche Fahrtechniken.
- Unterschiedliche Geschwindigkeiten.
- Umfang und Intensität der Bewegungsausführungen.
- Stockeinsatz: links, rechts, beidseitig, falsche Seite.
- Fahrsinnwechsel Forward to Switch.
- Verschiedene Drehmechanismen.
- Sprünge während der Fahrt.

Hilfsmittel

- Ski
- Inline-Skates
- Snowboard
- Skateboard

Lernziele

Die SuS erlernen, aufmerksam und verfügbar zu sein.

Hinweise

- Die Aktionen sollen möglichst schnell nach der Ansage durchgeführt werden.
- Für alle Könnensstufen geeignet.
- Das Gelände und die Schneeart können zusätzliche Herausforderungen darstellen.
- Es können aus allen möglichen Schneesportarten Aktionen gewählt werden.

Weiterführende Literatur

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