



Inhaltliche Planung und Organisation Skiwoche Balderschwang 2016

1. Inhalte für Theorievorträge „zu Hause“ und Grobplanung am 19.02.2016

ORT: Haunstetten

Vormittag (8.15 -11.00 Uhr):

- Begründungskatalog Schneesport
- Sicherheitserziehung und FIS- Regeln
- Aufsichtspflicht und „Lehrerrucksack“

Mittag (11. – 12.30 Uhr) : Gemeinsames „Mittagessen“ /Frühstück (ORAG durch Studenten) – Kennenlernen – Besprechung organisatorischer Probleme,

Nachmittag (12.30 – 14.30 Uhr):

- Bewegungslernen/Bewegungslehre
- Verschiedene methodische Wege

15 – 16.45 Uhr: Besprechung der von den Studenten vorbereiteten Lehrversuche in den vier Gruppen (siehe unten)

2. Organisation Lehrversuche 2016:

2.1. Abgabe und Besprechung der schriftlichen Unterlagen **am Thorientag**

- Studenten bekommen Thema und geeignete Unterlagen (Skripten, zugängliche Unterlagen für Studenten auf Tausch – tausch Schule – Ski 2016, aber auch Hinweis auf Unterlagen in Bibliothek) bereits im Vorfeld
- Ausarbeitung zum und Abgabe der Ausarbeitung am Thorientag an den entsprechenden „Dozenten-Skilehrer“ (siehe Einteilung unten)
- Besprechung des Lehrversuchs am Thorientag: kurze Vorstellung durch Studenten/gemeinsame Besprechung mit der Gruppe
- **Umfang ca. 2 Seiten:**
 - 1. Seite zum Thema des LVs mit 3-4 Übungen, die praktisch durchgeführt werden
Auf Angabe/Auswahl des Geländes – Angabe/Auswahl der Organisationsform aufmerksam machen – hinweisen, gegebenenfalls mit der Gruppe gemeinsam besprechen/erarbeiten
 - 2. Seite: Angabe weiterer Übungen/ kleinen Übungssammlung zum Thema /Alternativübungen
- Studenten bei grober Fehlplanung evtl. mit Verbesserung/Korrektur „nach Hause“ schicken und erneute Abgabe verlangen, ansonsten kleine Korrekturen und Verbesserungstipps einarbeiten lassen und dann vor Ort nochmals Ausarbeitung verlangen

2.2. Durchführung **vor Ort/ auf der Piste**

- Dauer vor Ort ca. 30 Minuten (20 min Durchführung/ 10 min Reflexion)
- 3-4 Übungen/Übungsformen zu jedem einzelnen Thema durchführen lassen
- Kurze Reflexion wie gewohnt
- mögliche Alternativübungen **je nach Zeit** vom Studenten nur vorstellen lassen oder gemeinsam entwickeln und erproben lassen (evtl. auch geeignetes Mittel bei „unklarer“ Notengebung: geeignete Alternativübung nochmals konkret durchführen lassen)



3. Themen der Lehrversuche, die im Vorfeld bearbeitet werden sollen

In Anlehnung an den Methodischen Weg nach Skilehrplan DSV:

Thema 1: Gewöhnen an das Gerät – bewegen auf dem Ski in der Ebene:

- Ausrüstung kennen und fühlen lernen
- Spielformen zum Bewegen und Gleiten in der Ebene mit dem Gerät

Thema 2: Bewege dich bergauf – Erste Fahrt bergab:

- Verschiedene Möglichkeiten des Aufstiegs vorstellen und ausprobieren
- Aufsteigen und erste (Schuss-)Fahrten bergab:
- Schussfahren (mit koordinativen Bewegungsaufgaben: Belastung-Körperlage, ...)

Thema 3: Schussfahren und bremsen

- Von der Schussfahrt zur Pflugfahrt
- Bremsen im Pflug – spielerische Möglichkeiten mit der Gruppe – „Wettkämpfe“

Thema 4: Erste (Pflug-)kurve

- Von der Pflugfahrt zum Pflugbogen: Spielerische Hinführung
- Technisch richtige Ausführung für Anfänger: Möglichkeiten Belastung Außenski zu verdeutlichen?
- Mehrerer erste Pflugkurven nacheinander

Thema 5: Das Liftfahren erlernen

- Einführung in das Lift fahren – spielerische Hinführung – Angstabbau – Organisation und Sicherheitshinweise für eine Anfängergruppe
- Organisation einer ersten längeren Fahrt (im Pflugbogen) mit der Gruppe

Thema 6: Vom Pflugbogen zum Grundschwung (Parallelschwung)

- Langsames Abbauen der Pflugstellung (nach – in – vor der Falllinie)
- Erstes Paralleles Kurvenfahren – längere Abfahrten

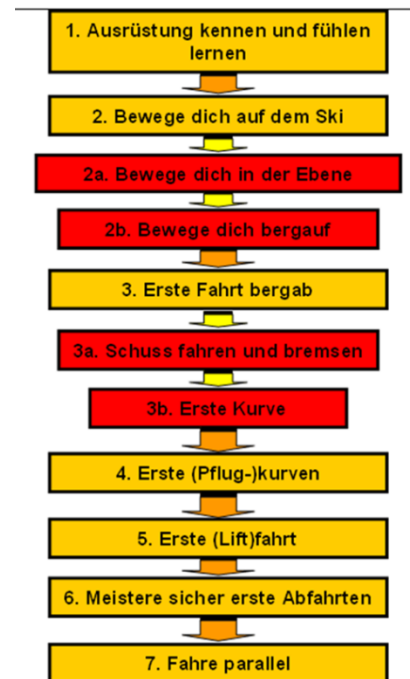
Alternativthemen für „größere“ Gruppen

Thema 7: Übungen zur Verbesserung des Parallelschwungs I (Verbesserung des Kantengefühls)

Thema 8: Übungen zur Verbesserung des Parallelschwungs II (Verbesserung der Körper(vor)lage)

Thema 9: Vom Parallelschwung zum Kurzschwung

Thema 10: Vom Parallelschwung zum Carven





4. Gruppeneinteilung Skilager 2016:

Gruppe 1

Lehrversuch	Student
1. Gewöhnen an das Gerät – bewegen auf dem Ski in der Ebene	Steffi Rothuber
2. Bewege dich bergauf – Erste Fahrt bergab:	Elias Maier
3. Schussfahren und bremsen	Jonas Kugler
4. Erste (Pflug-)kurve	Fatih Tanriverdi
5. Das Liftfahren erlernen	Dozent
6. Vom Pflugbogen zum Grundschwung (Parallelschwung)	Julian Heim

Gruppe 2

Lehrversuch	Student
1. Gewöhnen an das Gerät – bewegen auf dem Ski in der Ebene	Dominik Kalemba
2. Bewege dich bergauf – Erste Fahrt bergab:	Jacqueline Aunitz
3. Schussfahren und bremsen	Sofie Demmler
4. Erste (Pflug-)kurve	Thilo Papenfuhs
5. Das Liftfahren erlernen	Dozent
6. Vom Pflugbogen zum Grundschwung (Parallelschwung)	Stefan Kreis

Gruppe 3

Lehrversuch	Student
1. Gewöhnen an das Gerät – bewegen auf dem Ski in der Ebene	Jakob Eiglsperger
2. Bewege dich bergauf – Erste Fahrt bergab:	Maximilian Hutter
3. Schussfahren und bremsen	Thomas Urban
4. Erste (Pflug-)kurve	Magdalena Waldmann
5. Das Liftfahren erlernen	Dozent
6. Vom Pflugbogen zum Grundschwung (Parallelschwung)	Korbinian Schechert



5. Modell/Idealplanung/Programm der Skiwoche Balderschwang 2016

Planung für 3 Gruppen (pro Gruppe 5 Studenten/6 Lehrversuche)

	Vormittag	Nachmittag
Montag	<p>Treffpunkt 9.00</p> <p>10.00 - 12.00 Einfahren/Kennenlernen des Geländes in allen Gruppen</p>	<p>13.30 – 14.30: Gruppen 1 und 2: Lehrversuche 1 und 2 am Übungshang</p> <p>15.00 – 16.00: Gruppen 3 : Lehrversuche 1 und 2 am Übungshang Im Wechsel: Verbesserung eigenes Fahrkönnen/Üben des Führens einer Gruppe/ Besprechung des Geländes/ Erfahrungen im Umgang mit der Gruppe sammeln.... Sich im Skigebiet zurechtfinden ... Fahren in verschiedenen Radien</p>
Dienstag	<p>Gruppen 1, 2 und 3: Lehrversuche 3 und 4 am Übungshang in Absprache</p> <p>Verbesserung eigenes Fahrkönnen im Skigebiet: - Kantengefühle und Verbesserung der Körperlage</p>	<p>13.00 – 15.00</p> <p>Gruppen 1, 2 und 3: Verbesserung eigenes Fahrkönnen im Skigebiet</p>
Mittwoch	<p>9.00 – 10.30 Uhr Videoanalyse zu Mittlere Radien</p> <p>10.30 – 12.00 Alle Gruppen: Lehrversuch 5 oder 6 (Ort und Zeit in Absprache mit Gruppen: am Übungshang oder im Skigebiet möglich)</p>	<p>13.00 – 14.00 Lehrversuche 6, falls nötig am Übungshang oder im Skigebiet möglich – Ort in Absprache</p> <p>14.00 – 15.00: Optional: Gemeinsamer Treffpunkt aller Gruppen am Übungshang und Nutzung gemeinsamer Materialien: Übungen mit Seil, Ball, Partneraufgaben , koordinative Aufgaben/Kreative Aufgaben im Team/Synchronfahren .. am Übungshang</p> <p>Danach 15:00 Uhr – 16:00 Uhr Freies Fahren? Verbesserung eigenes Können in den Gruppen Prüfungsvorbereitung/persönliche Korrektur</p> <p>Gemeinsame Videoauswertung am Abend in allen Gruppen Festlegung klarer Kriterien für Mittlere Radien für alle Gruppen am Abend Festlegung Prüfungshang</p>
Donnerstag	<p>Prüfung Mittlere Radien:</p> <p>Freies Fahren 10..00 Uhr Treffpunkt aller Gruppen am Prüfungshang</p>	<p>Evtl. Gemeinsame Besprechung/Treffpunkt nach Mittagessen: Festlegung klarer Kriterien für Freie Abfahrt in allen Gruppen</p> <p>Prüfungsvorbereitung/persönliche Korrektur</p>
Freitag	<p>Prüfung Freie Abfahrt: siehe oben</p>	<p>Heimfahrt/offizielles Ende nach der Prüfung ☺</p>