

Vorbereitetes Unterrichtstraining: 10-15 Minuten (mindestens 4 Aufgaben)

Die Themenstellungen sollen vor der Ausbildung kommuniziert und dann paarweise am Hang vorbereitet und anschließend je ein Teil von einem Schneesportlehrer moderiert werden. Die Hilfsmittel sollen zielorientiert für einen lebendigen Unterricht eingebaut werden. Die Aufgaben sollen innerhalb einer Lernebene Ziele bearbeiten und die jeweiligen Schwerpunkte aufgezeigt werden.

15 min Vorbereitung 4 verschiedene Aufgaben 2er Teams oder 3er Teams
Strukturiertes / kurzes Feedback von einem anderen Team

Aufgabenstellen

A-Aufgaben stellen Lernzielorientiert, Erlebnisreich, Nachhaltig
O-Organisieren Sicherheit, Optimale Situationen schaffen (effektiv)
V-Vermitteln Kommunizieren, Gerechtigkeit, Motivieren

Situative Ansatz

Erarbeiten und erwerben für die Situation
Anwenden und verbessern in der Situation
Druckbedingungen

<p>Lornobone grün - EINSTEIGER Ski Alpin</p> <p>Ziel: Sicheres Gleiten und Bremsen Praxiswissen: Basiskenntnisse zu Material, Gelände und Sicherheit</p> <p>Lerninhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausrüstung kennen lernen, Bewegen in der Ebene • Aufwärmen - kennenlernen • Aufsteigen im Treppen- und Grätenschritt • Geradeausfahren in paralleler Skistellung und stabiler Position • Gleiten und Bremsen im Pflug • Erste Pflugkurven 	<p>Snowboard</p> <p>Ziel: Erstes und sicheres Handling mit dem Board, Anhalten und Bremsen Praxiswissen: Material, Gelände und Sicherheit</p> <p>Lerninhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegen in der Ebene und am leicht geneigten Hang • Erstes Gleiten (fw/sw) • Bremsen und Anhalten • Erstes Sliden (fw/sw) • Erstes Hüpfen aus dem Gleiten (fw/sw)
<p>Lornobone blau - FORTGESCHRITTENER Ski Alpin</p> <p>Ziel: Sicheres Abfahren auf blauen Pisten Praxiswissen: Sichere Nutzung von Liftanlagen</p> <p>Lerninhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pflugkurven mit Belastungswechsel • Rhythmisches Aneinanderreihen von Pflugkurven • Schrägfahren und Seittrutschen • Springen auf kleiner Schanze, erste Pistentricks • Erstes Kurvenfahren in paralleler Skistellung 	<p>Snowboard</p> <p>Ziel: Sicheres Bewältigen von einfachen Pisten/Parks Praxiswissen: Sicheres Benutzen von Liftanlagen und sicheres Verhalten im Park</p> <p>Lerninhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seit-/Schrägtrutschen bzw. -fahren in alle Richtungen • Erstes Kurvenfahren erlernen und festigen (fw/sw) • Kurvenfahren mit ersten Freestyle-Elementen • Erstes Sliden über easy fun park-Boxen (fw/sw) • Springen über kleine Buckel / Schanzen (fw/sw)