

Schneesportartenunterricht für Kinder

Themen :

- Erlernen der Skitechnik durch Anknüpfen und Vernetzen mit Bekanntem
- Spielformen für Kinder
- Verschiedene Organisationsformen
- Persönliche Technik und Sicherheitsrichtlinien

FIS-Regeln und kantonale Richtlinien	<p>1) Der Teilnehmer(TLN) erhält eine FIS-Regel-Karte.</p> <p>2) Der TLN muss im Verlauf des Tages die erhaltene Karte situationsgerecht wiedergeben oder darüber eine Geschichte erzählen.</p>	Material : Plastifizierte FIS-Regel-Karten Sicherheitsrichtlinien
Unterrichtsformen	<p>Die Experten arbeiten mit den TLN während des ganzen Kurstages an verschiedenen Unterrichts- und Organisationsformen.</p> <p>Zweierarbeit: Einer zeigt vor, der andere ahmt nach oder einer zeigt vor, der andere beobachtet und korrigiert.</p> <p>Individuelle Arbeit : Persönliche Verbesserungsvorschläge</p> <p>In der Kolonne : Der Leiter vorne. Das erste Kind, welches ihm folgt regelmässig wechseln</p> <p>Fahren in der Gruppe, der Leiter voraus : Ermöglicht ein schnelles verschieben, ein Schüler fährt am Schluss oder ein Schüler führt und der Lehrer schliesst die Gruppe.</p> <p>Freies Fahren : Einen klaren Treffpunkt angeben. Eine herausfordernde Aufgabe stellen.</p> <p>Formationsfahren : In der Gruppe Bewegungsabläufe anhand von verschiedenen Formfamilien üben und synchronisieren. Eine Vorstellung präsentieren.</p> <p><i>Achtung ! Während den Erklärungen stellen sich die Schüler mit dem Rücken zur Sonne und zum Wind.</i></p>	
Einwärmen und Kontaktaufnahme	<p>Der Samurai :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sich mit beiden Stöcken in den Händen verschieben. Beim kreuzen treffen die Stöcke aufeinander und man ruft ;"Hallo ich heisse..."(Vorname rufen). Den Vornamen des anderen in Erinnerung behalten. • Dasselbe, aber man ruft den Namen der Person, die man kreuzt. • « Fechten zu zweit»:den Stock am spitzen Ende halten. Man versucht die Schuhe des anderen zu treffen. Partnerwechsel. • « Fechten alle zusammen»: Man hat 2 Leben. Wenn man kein Leben mehr hat, zieht man seine Skiausrüstung an. 	Flaches und sicheres Gelände

<p>Lernen durch Anknüpfen und Vernetzen mit Bekanntem</p> <p>Kernbewegungen anhand von Metaphern</p>	<p>Die verschiedenen Bewegungen und Formfamilien, die man im Skifahren braucht erklären und wahrnehmen können (die 3 Kernbewegungen):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beugen / Strecken • Drehen • Kippen / Knicken <p>Folgende Metaphern kann man in allen Formfamilien brauchen:</p> <p>Beugen /Strecken</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einen Zwerg und einen Riesen nachahmen • Hintereinander fahren und eine Welle simulieren • Sich wie ein Ballon aufblasen und ihn wieder platzen lassen. • Springen wie ein Känguruh • Wie ein Pferd über ein Hindernis springen • Seine Socken und dann seine Mütze anziehen • Den Schnee sammeln und in die Luft werfen • Du bist ein Geist: sich verstecken und auf einmal hervorpreschen • ... <p>Drehen <i>mit Stöcken :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Taschenlampe: die Stöcke sind Taschenlampen, welche in die Richtung zeigen, in der man sich begeben will. • Stöcke von der bergseitigen zur talseitigen Hand wechseln. • Golf spielen. • Hexenbesen: Stöcke zwischen den Beinen. Der Besen zeigt immer in die Richtung, in der man sich begeben will. <p><i>ohne Stöcke :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Den Kopf drehen und ein Auto simulieren • Eine Kugel stossen • Ein Frisbee werfen • Basketball spielen • Einen Sportwagen fahren <p>Kippen / Knicken</p> <ul style="list-style-type: none"> • Den schweren Koffer in einer Hand halten • Eine Schubkarre seitwärts leeren • Mit gestreckten Armen wie ein Flugzeug kippen • Bulldozer (die Stöcke sind auf der Bindung „festgemacht“) 	<p>1 oder 2 Fahrten pro Kernbewegung machen</p>
<p>Einwärmen am Nachmittag:</p>	<p>Mit eigenen Mitteln, in flachem Gelände oder in einer Mulde, müssen die TLN für Einsteiger und Fortgeschrittene einen kleinen Parcours organisieren. Diesen Parcours in der Gruppe zusammen stellen und testen.</p> <p><i>Mögliche Elemente:</i></p> <p>- Laufen, Treppen steigen, Sonne auf Platz, in der Falllinie gleiten, durch ein Tor fahren, abrutschen, ...</p>	<p>Flaches Gelände oder Mulde</p>
<p>Material für die Stafette</p>	<p>In 3er oder 4er Gruppen. In 5m Distanz, im Materialdepot die Skier ablegen. Die Gruppen bilden Kolonnen.</p>	<p>Flaches Gelände oder Mulde</p>

Schneesporttage 2013/2014

	<p>Der Erste der Gruppe holt sich einen Ski und übergibt per Handschlag dem nächsten. Sieger der Stafette ist diejenige Gruppe, die als erste alle Skier an den Füßen vorweisen kann.</p>	
<p>Wahrnehmung der Aufträge</p>	<p><i>Uebungen :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Zu dritt. Der Erste fährt mehrere Kurven. Der Zweite schaut nicht zu! Der Dritte erklärt die Form dem Zweiten, der diese dann umsetzen muss. Es folgt eine Diskussion betreffend Wahrnehmung und Erklärung. • Zu zweit: Der Erste zeigt eine Form vor oder eine Uebung. Der Zweite beobachtet und interpretiert die wahrgenommene Form. Diskussion der beiden TLN: Was wollte der Erste zeigen? Was hat der Zweite wahrgenommen? <p>Die Aufträge werden von den TLN verschiedenartig aufgenommen. Daher muss man bei einer Auftragserteilung verschiedene Sinne ansprechen (visueller, auditiver, kinesthetischer, Tast-Sinn).</p> <p>Zusätzliche Uebungen um über die Wahrnehmung zu reflektieren: Immer in der gleichen Geschwindigkeit eine Piste von oben bis unten abfahren. Wie soll man das tun? Was spürt man dabei?</p>	<p>Abwechselndes Gelände</p>
<p>Individuelle Verbesserung der Technik und Kursende</p>	<ul style="list-style-type: none"> • In der Gruppe, auf einer Piste, in einer Formation eine Synchronübung zusammenstellen und vorstellen. • Technische Verbesserungen in : <ul style="list-style-type: none"> ○ Geschnittene Parallelschwünge ○ Kurzsprung ○ Gemäss TLN-anfragen • Synchro-Formation : <ul style="list-style-type: none"> ○ Rendez-vous aller Gruppen um 15h45 am Start der Piste, die für die Synchro-vorstellung ausgewählt wurde ○ Kursschluss in der Gruppe 	<p>abwechselndes Gelände</p>

Beugen / Strecken

- Einen Zwerg und einen Riesen nachahmen
- Hintereinander fahren und eine Welle simulieren
- Sich wie ein Ballon aufblasen und ihn zerplatzen lassen
- Seine Socken und dann die Mütze anziehen
- Schnee sammeln und in die Luft werfen
- Du bist ein Geist ; sich verstecken und hervorpreschen

Beugen / Strecken

- Einen Zwerg und einen Riesen nachahmen
- Hintereinander fahren und eine Welle simulieren
- Sich wie ein Ballon aufblasen und ihn zerplatzen lassen
- Seine Socken und dann die Mütze anziehen
- Schnee sammeln und in die Luft werfen
- Du bist ein Geist ; sich verstecken und hervorpreschen

Drehen

Mit Stöcken

- Die Stöcke sind Taschenlampen, welche in die Richtung zeigen, in der man sich begeben will
- Stöcke von der bergseitigen zur talseitigen Hand wechseln
- Golf spielen
- Mit den Stöcken als Besen zwischen den Beinen, die immer in die Richtung zeigen, in der man sich begeben will

Ohne Stöcke

- Den Kopf drehen und ein Auto simulieren
- Eine Kugel stossen
- Frisbee spielen
- Basketball spielen
- Einen Sportwagen fahren

Drehen

Mit Stöcken

- Die Stöcke sind Taschenlampen, welche in die Richtung zeigen, in der man sich begeben will
- Stöcke von der bergseitigen zur talseitigen Hand wechseln
- Golf spielen
- Mit den Stöcken als Besen zwischen den Beinen, die immer in die Richtung zeigen, in der man sich begeben will

Ohne Stöcke

- Den Kopf drehen und ein Auto simulieren
- Eine Kugel stossen
- Frisbee spielen
- Basketball spielen
- Einen Sportwagen fahren

Kippen / Knicken

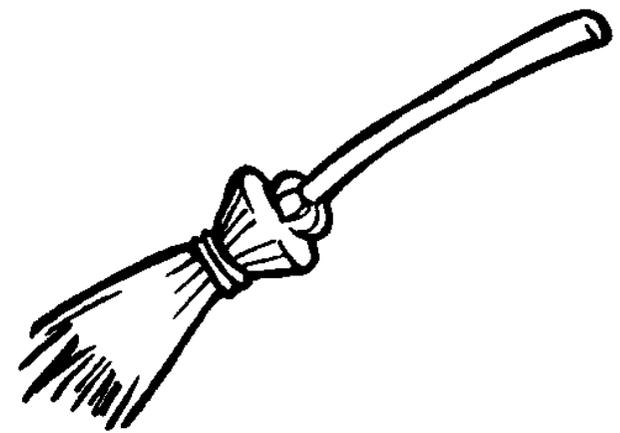
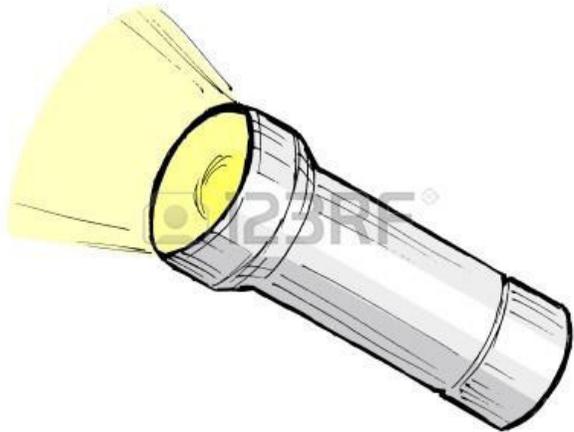
- Den schweren Koffer in einer Hand halten
- Bulldozer (die Stöcke sind auf der Bindung „festgemacht“)

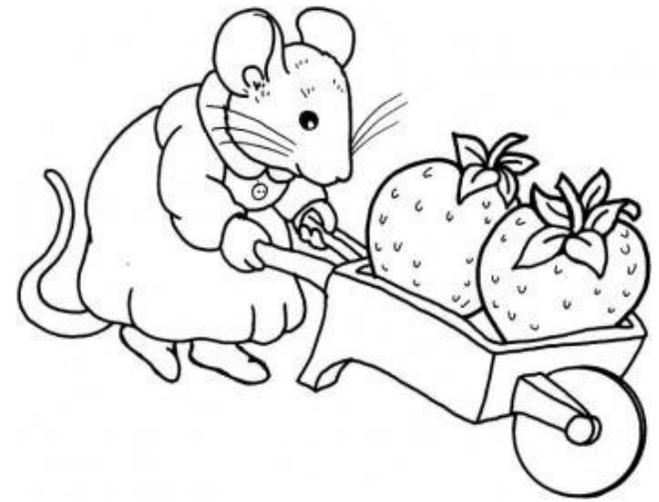
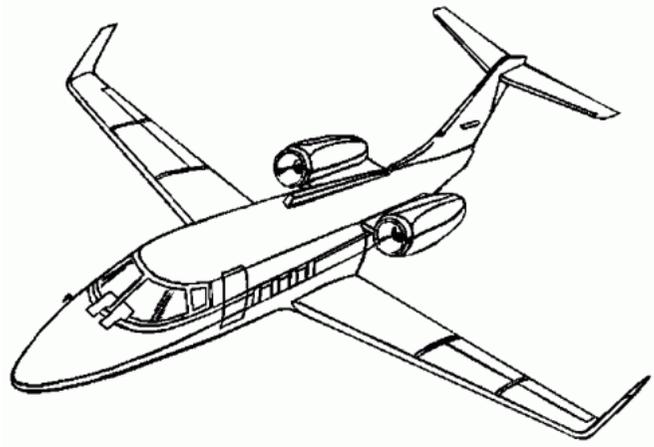
Kippen / Knicken

- Den schweren Koffer in einer Hand halten
- Bulldozer (die Stöcke sind auf der Bindung „festgemacht“)



© www.ClipProject.info

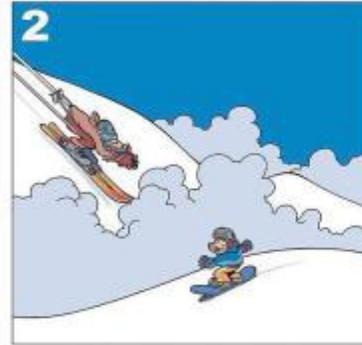




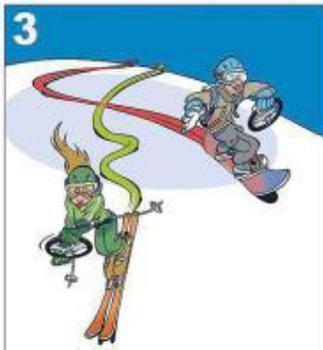
**REGOLE
RÈGLES
FIS
REGELN
RULES**



1
Niemanden gefährden oder schädigen.
Ne pas mettre autrui en danger ou lui porter préjudice.
Non mettere in pericolo o danneggiare nessuno.
Do not endanger or prejudice others.



2
Auf Sicht fahren. Fahrweise und Geschwindigkeit dem Können und den Verhältnissen anpassen.
Descendre à vue. Adapter son comportement et sa vitesse à ses capacités et aux conditions.
Discendere a vista. Adeguare la velocità e il comportamento alle proprie capacità nonché alle condizioni della pista a meteo.
Move in control. Adapt your manner of skiing or snowboarding and speed to your ability and to the general conditions on the mountain.



3
Fahrspur der vorderen Skifahrer und Snowboarder respektieren.
Respecter le skieur et snowboarder aval.
Rispettare il percorso degli sciatori e degli snowboarder che precedono.
Do not impede the route of the skier and snowboarder in front of you.



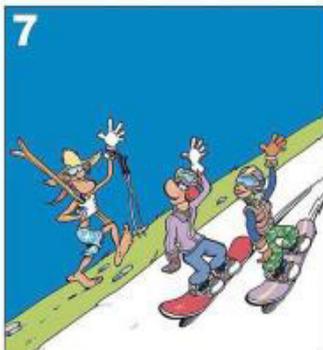
4
Überholen mit genügend Abstand.
Dépasser à une distance appropriée.
Durante il sorpasso mantenere una distanza sufficiente.
Leave a wide berth when overtaking.



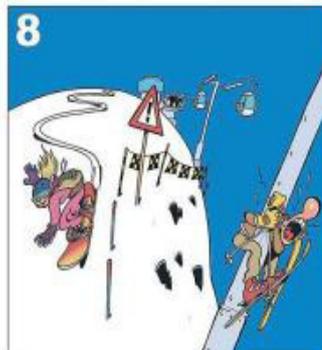
5
Vor dem Anfahren und vor Schwüngen hangaufwärts Blick nach oben.
S'engager et virer vers l'amont après un examen de l'amont.
Prima di partire e curvare verso monte guardare a monte.
Look up the slopes each time before starting and moving upwards.



6
Anhalten nur am Pistenrand oder an übersichtlichen Stellen.
Stationner au bord de la piste ou à des endroits avec visibilité.
Sostare solo a bordo pista o in luoghi ben visibili.
Only stop at the edge of the piste or where you can be seen easily.



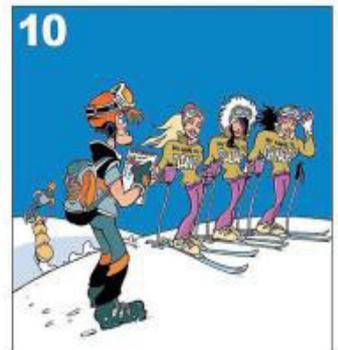
7
Auf- oder Abstieg nur am Pistenrand.
Monter et descendre uniquement au bord de la piste.
Salire o scendere solo ai bordi della pista.
When climbing up or down keep to the side of the piste.



8
Markierungen und Signale beachten.
Respecter le balisage et la signalisation.
Rispettare le demarcazioni e la segnaletica.
Obey all signs and markings.



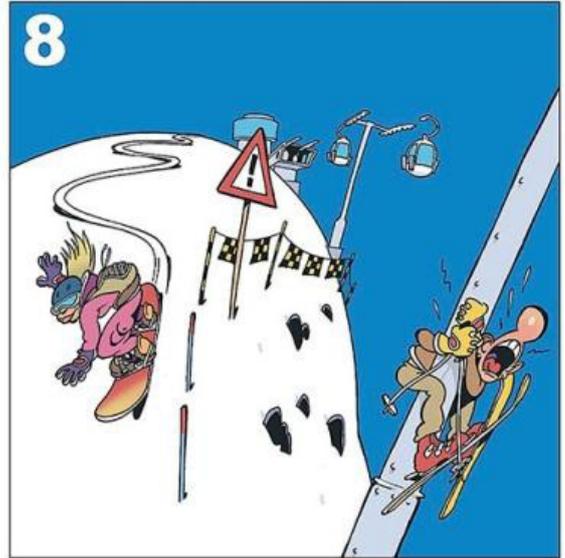
9
Hilfe leisten, Rettungsdienst alarmieren.
Prêter secours, avvertir le service de sauvetage.
Prestare soccorso, avvertire il servizio di salvataggio.
Provide help and alert the rescue service.



10
Unfallbeteiligte und Zeugen: Personalien angeben.
Parties impliquées dans un accident et témoins: faire connaître son identité.
Chiunque sia coinvolto in un incidente o ne sia testimone è tenuto a dare le proprie generalità.
All persons involved in an accident including witnesses must exchange names and addresses.

<http://nuke.bojanosclub.com/Portals/0/fis/%20boi>





Formes d'organisation

Un à coté de l'autre derrière le moniteur

Organisationsformen

Nebeneinander hinter dem Leiter

Formes d'organisation

Un derrière l'autre derrière le moniteur

Organisationsformen

Hintereinander hinter dem Leiter

Formes d'organisation

En formation devant le moniteur

Organisationsformen

In Formation vor dem Leiter

Formes d'organisation

Descente libre derrière le moniteur

Organisationsformen

Freie Fahrt hinter dem Leiter

Formes d'organisation

A deux derrière le moniteur

Organisationsformen

Zu zweit hinter dem Leiter

Formes d'organisation

En formation derrière le moniteur

Organisationsformen

In Formation hinter dem Leiter

Positionnement du moniteur

**Comment enseigner devant le groupe ?
Juste /faux ?**

Stellung des Leiter vor der Gruppe

**Wie unterrichtet der Leiter vor der
Gruppe? Richtig / falsch?**

Positionnement du moniteur

**Comment enseigner devant le groupe ?
Juste /faux ?**

Stellung des Leiter vor der Gruppe

**Wie unterrichtet der Leiter vor der
Gruppe? Richtig / falsch?**

Positionnement du moniteur

**Comment enseigner devant le groupe ?
Juste /faux ?**

Stellung des Leiter vor der Gruppe

**Wie unterrichtet der Leiter vor der
Gruppe? Richtig / falsch?**

Positionnement du moniteur

**Comment enseigner devant le groupe ?
Juste /faux ?**

Stellung des Leiter vor der Gruppe

**Wie unterrichtet der Leiter vor der
Gruppe? Richtig / falsch?**

Oups !! Que se passe-t-il ?

Hoppla !! Was passiert da ?

Oups !! Que se passe-t-il ?

Hoppla !! Was passiert da ?

