



Workshop Deutschland

Können Eltern und Kinder gemeinsam einen
Skikurs besuchen?

Lösungen und praktische Hilfen

Übersicht

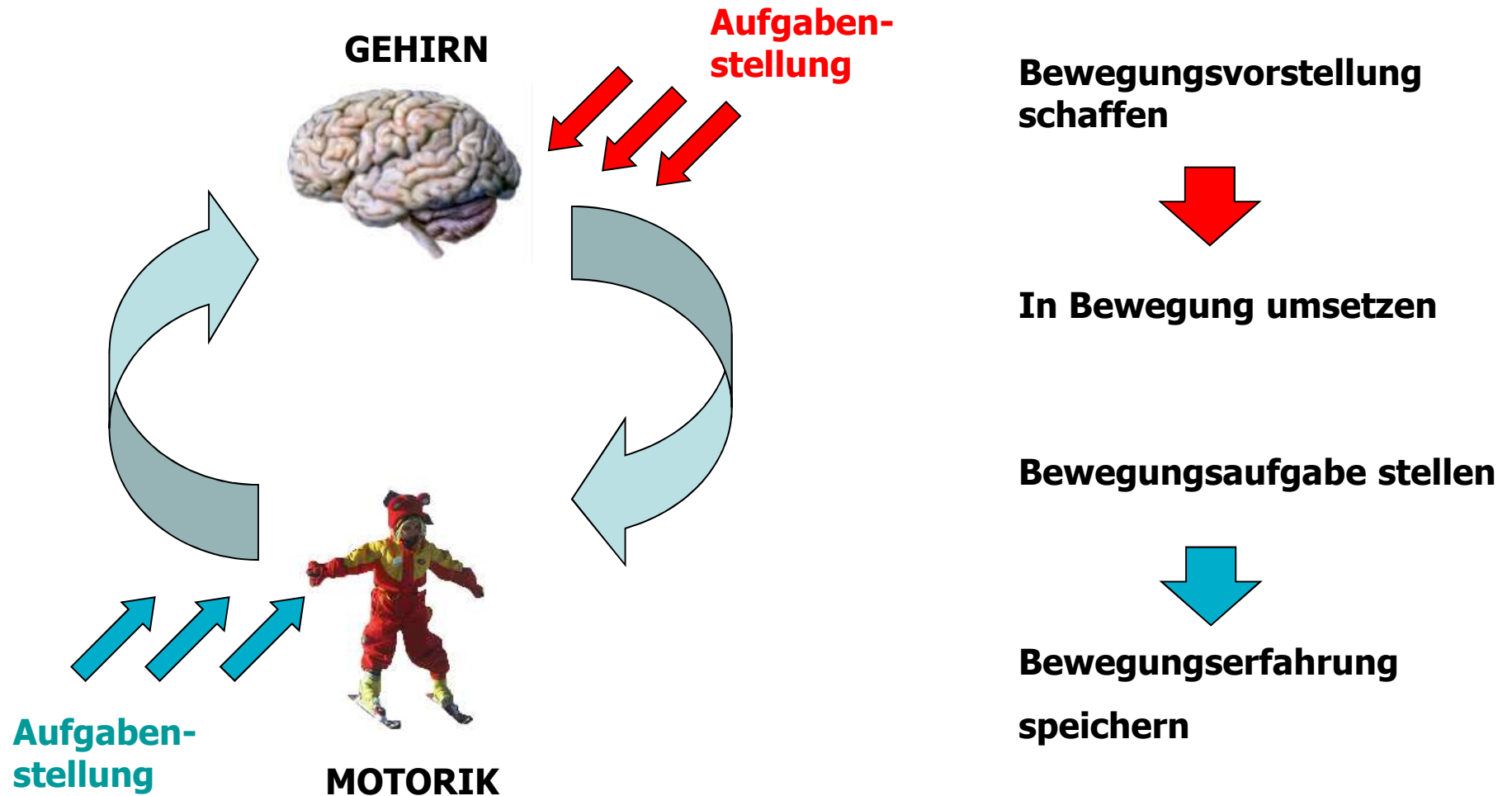
Wie lernen Kinder?

Wie lernen Erwachsene?

Lösungen und praktische Hilfen

Bewegungslernen

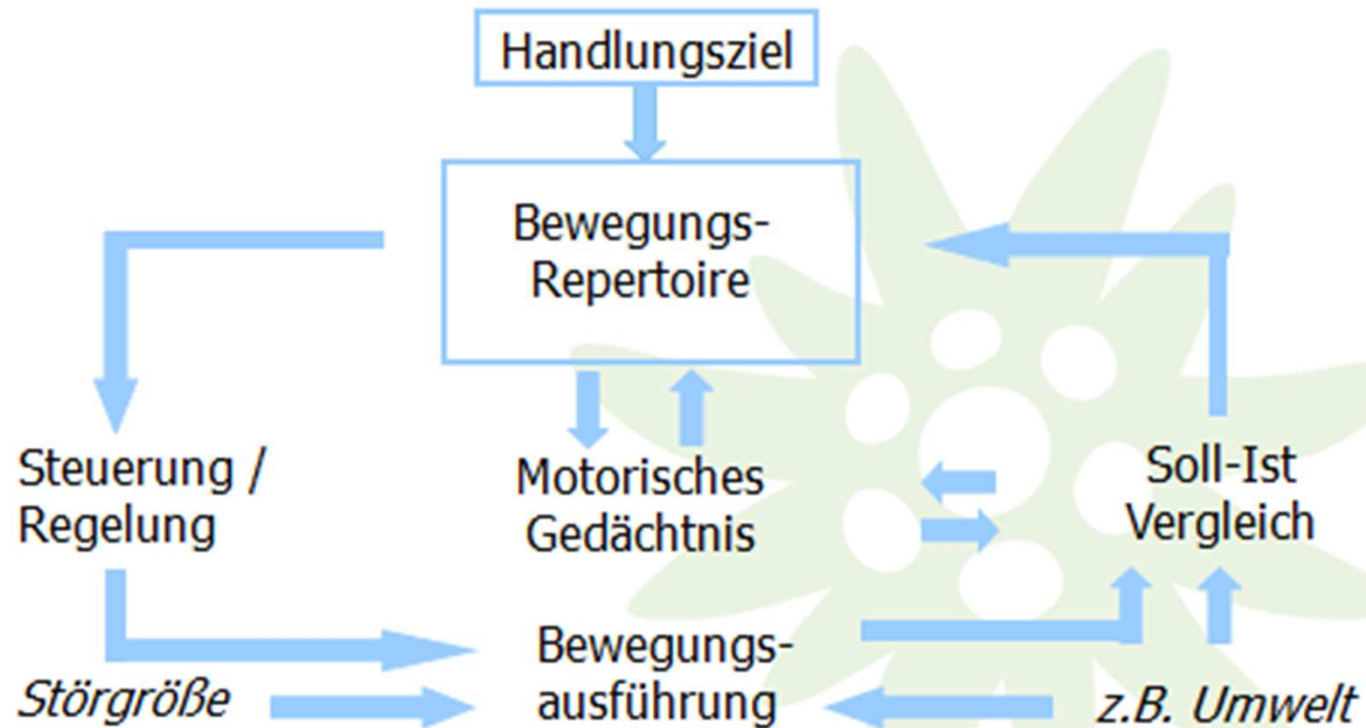
Die Lernenden – Kinder und Jugendliche



Bewegungslernen

Bewegungslernen LG 2

Lernvorgang



Bewegungslernen

Grafik 5: Bewegungslernen



Geländewahl



ANFÄNGER

- möglichst abgegrenztes und flaches Übungsgelände mit Auslauf
- wünschenswert wäre ein Erlebnisparcours mit verschiedenen Aufstiegshilfen und Geländearrangements (z.B. Wellenbahn, Bobbahn, Dach, Kante, Schanze, Orgelbahn ...)

GELÄNDEWAHL - FORTGESCHRITTENE

- flaches bis steiles, planes bis kuptiertes Gelände
- Gelände und unterschiedliche Schneearten variieren, bis hin zum ersten unverspurten Schnee oder Buckelpiste

GELÄNDEWAHL - KÖNNER

- anspruchsvolles Gelände:
Steilhänge, Buckelpiste (Hotline), Variantenabfahrten

Slopestyle:

- wenig frequentiertes und planes Gelände für „flat tricks“
- Easy Funpark (Kicker, Corner, Pipe, Rail, Box), Funpark

Wichtig: Das Gelände am Können der Kinder auswählen!

Grundsätze und Infos



Geländewahl

- Das Skigebiet und die Abfahrten müssen sich am Niveau der Kinder orientieren.
- Lieber ein kleines Skigebiet wählen, in dem sich Kinder wohlfühlen.
- Die Kinder immer alleine ohne Stützhilfe fahren lassen!
Auf keinen Fall Kinder zwischen den Beinen mitfahren lassen
- Ein Lift mit 200 m Länge ist besser, als ein Lift mit 2 km Länge.
- Zum Lernen ist bekanntes Gelände immer effektiver.
- Seillift und Schlepplift fördern das „Skifahren lernen“. Förderband hilft nur beim Aufstieg und Sessellifte und Bahnen erzeugen bei vielen Kindern Angst!

Lerntempo

- Die Wiederholungshäufigkeit entscheidet über den Lernerfolg!
- Die Aussage: „Kinder lernen schneller“, ist falsch! Sie lernen manchmal ohne Vorbehalte und haben oftmals weniger Angst vor dem Stürzen.
- Lernplateaus finden zu unterschiedlichen Zeiten bei Erwachsenen und Kindern statt.

Soziale Aspekte

- Eltern sind beim Unterricht oft abgelenkt und nur in Fürsorge für ihre Kinder. Darunter leidet die Konzentration und das Lernen.
- Die Rollenverteilung in einer Familie ist oft entscheidend. Rücksicht nehmen, wenn der sonst so dominante (und perfekte) Vater auf einmal Probleme bekommt!
- Schwierig wird es, wenn die Eltern während des Kurses ihre Kinder erziehen wollen!

Organisation im Familienkurs



Liftfahren

Beim Schleppliftfahren entweder die Kinder gemeinsam fahren lassen oder die Kinder an der Seite mitnehmen. (Anstrengend!)

Pausen

Je nach Alter der Kinder öfters Pausen einlegen. Kinder sind kurzweilig. Wer sie zwingt, hat schnell unzufriedene Kinder. Kein Argument ist das bezahlte Geld der Liftkarte!

Möglichkeiten

Tagesskikurse

- Gemeinsame Abfahrten
- Zeitliche Aufteilung bei den gemeinsamen Abfahrten

Familienfreizeiten

- mit Aufteilung der gemeinsamen Zeit: vormittags – nachmittags
- Gemeinsames Skifahren oder aber gemeinsame, andere Aktivitäten

Praxis im Workshop



- **Lernverfahren aufzeigen**

Situationen darstellen, die Lernverfahren für Kinder verdeutlichen und auch uns Erwachsene diese Situation "erleben" lassen

- **Lernen mit allen Sinnen**

Aufgabe: **über eine Welle fahren**

1. blind (optisch),
2. Beugen auf Zuruf (akustisch),
3. auf einem Bein (vestibulär),
4. Beine ganz gestreckt (kinästhetisch),
5. mit offenen Schuhen (taktil)

- **Effekterfahrungen und Variation**

Aufgabe: **zwei Schüler halten sich gemeinsam an einem Reifen oder Seil fest und**

1. fahren kleine Kurven
2. fahren große Kurven

- **Lernen durch Nachahmung**

Aufgabe: **hintereinander fahren**

1. in aufrechter Stellung,
2. in stark gebeugter Stellung hintereinander fahren
3. 3 Kurven mit Stockeinsatz,
4. 3 Kurven ohne Stockeinsatz

Praxis im Workshop



Aktionsfelder

- Lernniveau:** **Kurvenfahren**
- Lernziel:** Erste Kurven fahren
- Lerninhalte:** Fahre Kurven mit kleinem Kurvenwinkel
Drehe intensiver (unser Beispiel)
Kante stärker auf

Aufgabenstellungen können in den nachfolgenden Aktionsfelder stattfinden:

- Aktionsfeld:** **Fahren nach Linien**
- Aufgaben:** Hintereinander fahren oder
um Markierungen fahren, dabei im Spurverlauf den Kurvenwinkel vergrößern

- Aktionsfeld:** **Fahren im Gelände**
- Aufgaben:** Kurvenfahren über eine Welle,
Fahren in einer leichten Buckelpiste,
Fahren im schwerer schwingbaren Schnee

- Aktionsfeld:** **Freestyle**
- Aufgaben:** Beim Kurvenfahren sich um 180° oder 360° drehen

Es kann auch jeder andere Lerninhalt auf diese Art angewendet werden!