

Ansprechpartner/innen: Lehrerinnen und Lehrer des Q1 Sport LK

Beschreibung

Seit vielen Jahren gehört die Wintersportausbildung obligatorisch zum Lerninhalt der LKs Sport Q1. Dabei erhalten die SuS die Gelegenheit, ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten im Rahmen des Wintersports zu schulen.

Aufgrund der kompetenten personellen Besetzung können wir denjenigen SuS, die bereits Skierfahrung haben, einen entsprechend qualifizierten Kurs zur Verfeinerung ihrer Fertigkeiten - insbesondere zum Erlernen und Verbessern der Carvingtechnik - anbieten. In einem weiteren Kurs wollen wir Skianfänger zunächst mit Kurzskiern in die Technik des Skifahrens einführen und dann mit ersten Carvingerfahrten auf Langskiern konfrontieren.

Ein Schwerpunkt des Wintersportlehrgangs liegt auf der Verknüpfung von praktischen und aktuellen theoretischen Inhalten aus dem Curriculum des Leistungskurses. Auf der Grundlage von Lehrervorträgen und unter Mithilfe von Lehrfilmen und zahlreichen Videoaufnahmen während der Praxis tagsüber wird abends das Thema „Biomechanik“ (Bewegung von außen betrachtet) erarbeitet und an praktischen Beispielen das Bewegungssehen und die Bewegungsanalyse geübt.

Schülerbeiträge sind in zweierlei Hinsicht im Rahmen der Praxis vorgesehen:

Zum einen werden SuS einige kleinere Referate zu Sicherheitsaspekten beim Wintersport halten und darüber hinaus täglich die Aufwärmphasen gestalten. Zum anderen sind sog. Coaching-Phasen vorgesehen; d. h. Fortgeschrittene unterweisen Anfänger oder weniger Fortgeschrittene unter Aufsicht der KursleiterInnen.

Ein weiterer Schwerpunkt des Wintersportlehrgangs soll darin gesehen werden, dass die (im allgemeinen Wintersport nicht selten sehr aggressive) Abgrenzung von Skifahrern und Snowboardern bewusst aufgelöst wird und Gemeinsamkeiten der Wintersportgeräte herausgestellt werden. Skifahrer/innen und Snowboarder/innen sollen deshalb phasenweise gemeinsam lernen, gemeinsam üben oder auch einfach gemeinsam Wintersport genießen dürfen