

## Gliederung

Vorwort	6
Einführung des Verfassers	8
<b>1. Pädagogische Ausrichtung</b>	<b>10</b>
- Ziele und Methoden - ein Überblick nach Dr. Walter Kuchler	11
- Weitere pädagogische Grundlagen und ein Verhaltensset	12
- Die „Kinder - Schneewelt“, für unsere Kleinsten: Wie wird das Skifahren „kinderleicht“?	14
- Was macht eine/n gute/n Skilehrer*in aus?	16
<b>2. Leitvorstellungen – Funktionelles Skifahren</b>	<b>18</b>
- Verschiedene Technische Leitbilder, Neuorientierung Carving	19
- Fahre ich die „richtige“ Technik	20
- Funktionelles Skifahren – Funktionelles Skifahren beim Kinderskillauf	22
- Die höhere Zielsetzung – verschiedene Leitbilder	25
<b>3. Wie lernen Kinder - Mit Kindern ist es anders</b>	<b>28</b>
- Das Kind ist anders – ein Überblick	29
- Ab wann kann ein Kind in den Skikurs	30
- Die Entwicklungsstufen – 3 bis 15 Jahre	32
<b>4. Einsteigermodelle – der erste Skitag</b>	<b>42</b>
- Überblick zweier Einsteiger-Modelle	43
- Der klassische Weg über den Pflugbogen– der Kinderpark „Lernarena mit 4-5jährigen“, auch auf Erwachsene übertragbar	44
- Pflug - Technikbeschreibung	49
- Die direkte Methode – das SPORTS-Anfängerkonzept ohne Pflugbogen	50
- Die „richtige“ Skilänge – eine gute Ausrüstung	54
- Zusammenfassung zum Lernkonzept „Direkte Methode“	57
<b>5. Lernprogramm ab dem 2. Skitag</b>	
<b>Spielschwünge – eingebettet in Lernsituationen</b>	<b>60</b>
- Grundsätzliches: Lernsituationen, Spielschwünge, Basiskompetenzen	61
- Bildhafte Vorstellung – Lernen über Spielschwünge	62
- Tabellarische Methodik – Übersicht - eine Wochenübersicht	67
- Konkrete Beispiele für Lernsituationen	68
- Weitere Lernsituationen, besonders für Jugendliche	75
- Förderung von elementaren Fähigkeiten	76
<b>6. Lernen über Bewegungsaufgaben eingebettet in Bewegungsgeschichten</b>	<b>78</b>
- Die spielende Welt	78
- Themenvorschläge	79

<b>7. Ski - Schüler*innen mit Besonderheiten und Handicaps</b>	<b>84</b>
- Schüler mit Besonderheiten – Beispiele für Handicaps	
- Ein grundsätzlicher Umgang	86
- Umgang bei überempfindlichem Stresssystem	86
- Umgang bei Hyperaktivität / ADS	86
- Umgang bei motorischer Entwicklungsverzögerung	87

## ANHANG

<b>Übersicht Skitechnik „universell“ bei SPORTS</b>	<b>88</b>
---	-----------

<b>Praxisthemen</b>	<b>90</b>
---------------------	-----------

Ein Bildprotokoll, die „direkte Methode“ für Einsteiger	90
Schussfahren – alles im richtigen Gelände	91
Die erste Kurve fahren	93
Die erste Liftfahrt – mit einem Tellerlift	97
Notstopp – Notsturz	97
Die ersten Fahrspiele	98
Vom ersten Tag an Slalomfahren	99

<b>Zur Sicherheit, Tipps</b>	<b>102</b>
------------------------------	------------

- Sicherheitsförderung im Schulsport, Erlass aus NRW 2020	102
- Die goldenen Kinderskiregeln für den Skikurs	106
- Pistenregeln – FIS Regeln	112
- Sicherheitsregeln Carving von SPORTS	113

<b>Weitere Beiträge – zur Methodik/Didaktik</b>	<b>114</b>
---	------------

- Wie wichtig ist die Pflugstütze für Kinder?	114
- Mit oder ohne Stöcke?	117
- Alternative Tiefschnee-Einführung, für Jugendliche und Erwachsene	121
- Beispielhafte Strukturpläne:	122
Kann-Liste - Mein Wochenplan „Ich kann Skifahren“	
Beispielhafte Wochenpläne	124
- Optimale Skipräparation by alpenstille	126

Literatur	129
-----------	-----

Autorenbeschreibung	130
---------------------	-----



Unsere ausgebildeten „Kinder- und Jugendskilehrer“

## VORWORT

Endlich wieder ein Kinder- und Jugendskilehrplan! Reinhard Bräuer hat die Unterrichtsmaterialien, die er seit Jahren für die Kinder- und Jugendskilehrerkurse bei SPORTS entwickelte hierfür systematisiert und zusammengeführt. Die eher stiefmütterliche Behandlung des Kinder- und Jugendskiunterrichts in den letzten Jahrzehnten ist eigentlich kaum nachzuvollziehen, ist er doch das Hauptbetätigungsfeld der alpenländischen Skischulen.

Kinder- und Jugendskilauf hat bei SPORTS – allerdings zumeist auf den Schulsilauf zugespitzt – eine wichtige Bedeutung für das SPORTS-Selbstverständnis. So hat Walter Kuchler bereits 1981 im Beitrag „Vom Gängelband zur Selbsterfahrung“ das Ziel der Selbständigkeit des Skischülers und sein individuelles Lernen als durchgängige Prinzipien des Unterrichtens herausgestellt. Auch der Gedanke unseres Freundes Hans Zehetmayer, die Ski als Werkzeuge aufzufassen und sein Plädoyer für das funktionale Skilaufen sind in das Buch prägend eingeflossen.

Ganz konsequent stellt Reinhard Bräuer die Lernarena Kinderpark heraus, die eine Vielzahl von Lernsituationen bieten, individuelles Lerntempo ermöglichen und die Selbstständigkeit fördern. Bewegungsgeschichten motivieren und schaffen ein lebendiges Bewegungsbild. Das Lernen in vielfältigen Anwendungssituationen vom Park bis in den Tiefschnee wird dann konsequent fortgesetzt.

Die Nutzung modernen Skigeräts, das Lernen mit erleichternden Kurzski ist beispielhaft in das Unterrichtskonzept integriert.

Noch längst nicht selbstverständlich ist Skiunterricht und Kursintegration von Kindern mit Behinderung. Das Buch liefert dafür eine hilfreiche Einführung.

Reinhard Bräuer schaut über den Pistenrand hinaus, die guten Ansätze aus anderen Verbänden wie „Schneesport Schweiz“ hat er sowohl in den Ausbildungskursen als auch ins Buch eingebracht.

So ist es Reinhard Bräuer gelungen, das Unterrichtsgeschehen miterleben zu lassen. Dieses Skibuch liefert die fachlichen Voraussetzungen, mit denen Sie souverän ihre Kinder- und Jugendskikurse gestalten und unterrichten. Und die Kinder zu souveränem Skifahren zu befähigen bleibt so nicht bloß ein wünschenswertes Ziel.

Hubert Fehr

## DANKE

Der Dank für die über zehnjährige Entwicklung unseres Programms zum „Kinder- und Jugendskilehrer“ gilt unseren langjährigen Ausbildern, die maßgeblich unser Programm beeinflusst haben:

Insbesondere Uwe Kühn (Göppingen), Armin Vogel (alpenstille - Rösraith), Dominique Gruber (St. Niklaus/Grächen) und zu unserer Anfangszeit auch Sepp Bürcher (Riederalp), Hannes Hubli (Oberiberg) sowie Saskia Groos.

Wesentlich für die Entwicklung unseres Ausbildungsprogramms ist die herausragende Möglichkeit, sich innerhalb von SPORTS e. V. mit der Entwicklung von Programmen beschäftigen zu können.

Maßgeblich geht hier der Dank an Dr. Walter Kuchler. Seit fast vierzig Jahren gibt es für mich diese gewinnbringende Verbindung mit unzähligen Fortbildungen, gestartet zu Beginn der achtziger Jahre an der Universität Dortmund. Aus diesem Erfahrungsschatz ist die Erkenntnis gewachsen, dass Skilaufen dann eine Kunst ist, wenn man uns bewegen lässt, wenn man uns ermuntert, die Freude zu zeigen.

Reinhard Bräuer



Unser Ski-Ausbildungsteam Pitztal Oktober 2019

## EINLEITUNG

Bei SPORTS e. V. befassen wir uns in unserem *Förderkreis SPORTS* Nachwuchs mit zeitgemäßen Lernkonzepten, die insbesondere unseren Nachwuchs betreffen. Dabei sprechen wir nicht nur jüngere Skifahrer und Snowboarder an. Über unser Selbstverständnis - „jede Altersgruppe bedarf des Nachwuchses“ - prägen wir eine altersunabhängige Offenheit. Natürlich sind Kinder bei uns besonders willkommen.

Wir wollen Kinder mit viel Freude an den Schneesport heranführen. Zum Förderkonzept gehört unsere Ausbildung zum „Kinder- und Jugendskilehrer“. Der Einbezug „Kinder“ und „Jugendliche“ im Titel der Ausbildung und in unserem Praxishandbuch soll die Vielfalt der notwendigen didaktischen und methodischen Aspekte herausstellen, denn z. B. lernen kleine Kinder anders als Jugendliche.

Bei unseren Diskussionen über unser Programm zum „Kinderleicht Skifahren lernen“ haben wir uns immer wieder die Frage gestellt, welche Hilfen wir angehenden Skilehrer\*innen für den Praxiseinsatz geben können. Oft beobachten wir, dass in den ersten Jahren der Tätigkeit als Skilehrer\*in lehrerzentrierter Unterricht und verbale technische Vorgaben stark betont werden oder ein eher offener Unterricht zu einer Art Beliebigkeit führen kann. Wie können wir hier den angehenden Skilehrern\*innen besser helfen?

Mit dieser Fragestellung haben wir uns näher beschäftigt – vgl. den Aufsatz im Skimanual 2017/2018: „Unterrichten zwischen Beliebigkeit und starren Mustern.“

In unserer Ausbildung schauen wir über den „Pistenrand“. Das ist ein wesentliches Merkmal der SPORTS - Konzeption. Wir schauen uns andere Wege verschiedener Verbände an. Durch diese Anregungen wollen wir uns ständig weiterentwickeln. Das Verharren in oft über viele Jahre vorgegebenen Lernwegen wollen wir vermeiden.

Wir beziehen die verschiedenen Lernwege in unser Programm mit ein und sind ständig dabei, unseren Teilnehmer\*innen eine praxisnahe Konzeption näher zu bringen und damit eine eigene Linie umzusetzen.

In unserer Ausbildung implizieren wir das Lernen in ein System von Lernsituationen, in denen die Förderung von elementaren Fähigkeiten einen starken Platz einnimmt. Unser Ausbildungskonzept umfasst folgende Strukturen.

- **Lernen über Lernsituationen**  
Das Ziel der Variabilität soll dabei verstärkt werden, um die traditionellen methodischen Reihen nicht im Vordergrund stehen zu lassen. Bei einer methodischen Reihe wird die Abfolge von Übungen mit ansteigendem Schwierigkeitsgrad vom Lehrer vorgegeben. Variationen und Differenzierungen können dadurch erschwert werden, weil meist von der strikten Reihe nicht abgewichen wird.
- **Lernen unter Berücksichtigung der Entwicklungsstufen**  
Kinder und Jugendliche entwickeln sich unterschiedlich, sie lernen entsprechend der Entwicklung anders und individuell.
- **Wir „schauen über den Pistenrand“**  
Wir nutzen die unterschiedlichen Erfahrungen und Konzeptionen aus verschiedenen Verbänden/Ländern.

- **Grundlage für ein Lernkonzept ist pädagogisches Handeln**  
Insbesondere Achtung, Annahme, Aufmerksamkeit und Zuwendung prägen pädagogisches Vorgehen.
- **Wir legen Wert auf eine systematische Unterrichtsvorbereitung;**  
Tagespläne und Wochenpläne ermöglichen, dass das Unterrichten nicht zu einer Beliebigkeit wird.

In unserem Praxishandbuch „Kinderleicht Skifahren lernen“ findet sich eine Sammlung von Lernsituationen mit einer Vielzahl von Übungen und Aufgabenbeschreibungen.

Alle sind bei uns „Herzlich Willkommen“. Gerne tauschen wir uns mit vielen Experten im Dialog aus.

