



Thema	Alpines Skifahren oder Snowboarden
Bewegungsfeld	Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten (A)

Schwerpunkte des Kurses (Ziele/ Inhalte/ Aufbau)
Leitideen/ Zielsetzungen/ organisatorische Rahmenbedingungen
<p>Dieses Sportkurs wird ausschließlich als Blockveranstaltung (voraussichtlich in der Woche der Zeugnisferien Januar/Februar 2022) in den Alpen (voraussichtlich Sillian/ Hochpustertal/ Österreich; Skigebiet noch ohne Gewähr) stattfinden. Die Veranstaltung wird 9 Tage umfassen, davon 6,5 aktive Skitage. Die Konzeption dieses Kurses richtet sich ganz bewusst an Anfänger; fortgeschrittene Ski- oder Snowboardfahrer sind natürlich ebenso willkommen. Ziel des Kurses ist es die Teilnehmer zu einem geländeangepassten, kontrollierten, sicheren Fahren auf leichten und mittelschweren Pisten zu befähigen.</p> <p>Die Schüler müssen sich vor Kursbeginn für Skifahren oder Snowboard entscheiden. Die Anzahl der Snowboardplätze ist i.d.R. auf 16 beschränkt und ist von der Verfügbarkeit entsprechend qualifizierter Snowboardlehrer abhängig. Die Entscheidung für Ski oder Snowboard ist kein Kriterium für die Zuteilung zu diesem Sportkurs, da bei einem Platzmangel in der Wunschdisziplin im Rahmen eines Losverfahrens die andere Disziplin zugeteilt wird.</p> <p>Dieser Kurs kann für Schüler nur dann als belegt anerkannt werden, wenn eine dafür angemessene Zahl an aktiven Unterrichtsstunden im Skigebiet absolviert wurde, die es möglich macht die Leistungen entsprechend der Bewertungskriterien umfassend zu bewerten. Schüler, die verletzt oder erkrankt nicht mehr am aktiven Ski- oder Snowboardunterricht teilnehmen können, müssen dennoch für den Rest der Skiwoche in Sillian (oder einem anderen Unterrichtsskiort) bleiben, da in der Reisebuchung nur eine gemeinsame Busrückreise vorgesehen ist. Eine außerplanmäßige Rückreise könnte aber natürlich auf eigene Kosten erfolgen. Eine Anwesenheit in Sillian oder im Skigebiet ohne aktive Teilnahme am Unterricht gilt explizit nicht als Teilnahme am Sportkurs. Sollte der Ski- bzw. Snowboardkurs nach der Skiwoche nicht anerkannt werden können, so ist ein Ersatzsportkurs aus dem Feld A im Semester 12.2. zu wählen. Eine anders geartete Ersatzleistung (praktisch oder kognitiv) kann den Unterricht der Blockveranstaltung nicht ersetzen oder ergänzen und wird auch alternativ nicht angeboten.</p> <p>Die Kosten für diesen Kurs belaufen sich voraussichtlich auf ca. 535 Euro (noch ohne Gewähr!). In dieser Summe sind Hin- und Rückreise im Fernreisebus, Unterkunft vor Ort, Vollpension (Frühstück im Hotel, warmes Mittagessen im Skigebiet, warmes Abendessen im Hotel) und der Skipass enthalten. Die Ausleihe des hochwertigen Skimaterials (Schuhe, Ski Board, Stöcke, Helm) vor Ort durch die Schüler selbst belaufen sich (auch ohne Gewähr) zusätzlich auf ca. 45 – 60 Euro für die Woche.</p> <p>Während des Kurses werden – zwecks Verdeutlichung, Analyse, Korrektur und Bewertung der Bewegungsabläufe – Videoaufnahmen der Schüler im Unterricht gemacht.</p> <p>Eine Anmeldung zu diesem Kurs beinhaltet die uneingeschränkte Zustimmung zu den oben genannten organisatorischen Rahmenbedingungen.</p> <p>Anmerkung: Ski- und Snowboardfahren in der Höhe erfordert eine gute konditionelle Konstitution. Erkrankungen des Bewegungsapparats (v.a. der Knie) und des Herz-Kreislauf-Systems oder signifikante Höhenangst gefährden eine erfolgreiche Kursteilnahme. Wir bitten darum, dies zu beachten und ggf. mit uns (Hm/Tm) frühzeitig vor der Wahl Rücksprache zu halten.</p>
Inhalte
<ul style="list-style-type: none">• Erlernen und Verbessern der grundlegenden Basistechniken des Skifahrens oder des Snowboardens• Pistenregeln / Sicherheit und Hilfe auf der Piste

- **Geländeangepasstes Fahren in unterschiedlicher Schwierigkeitsgraden und Geländeformen (Carven und Kurzschwünge)**
- **Eigene und fremde Bewegungsabläufe analysieren und korrigieren**

Kompetenzerwerb laut Kerncurriculum (Schwerpunktsetzung fett hervorgehoben, PK grau hinterlegt)

Die Schülerinnen und Schüler...

- ...wenden Grundtechniken und Fachsprache im Umgang mit dem jeweiligen Gleitgerät an und bewältigen Strecken situativ angemessen in unterschiedlicher Anforderungssituationen und unter verschiedenen Aufgabenstellungen.
- ...wenden grundlegende sportmotorische Fähigkeiten an und reflektieren diese erfahrungsbasiert.
- ...setzen sich angemessene und aufgabenbezogene Ziele in Bezug auf individuelle körperliche Belastbarkeit und zeigen adäquate Verhaltensweisen.
- ...setzen Strategien zur sicheren und aufgabengerechten Problemlösung ein.
- ...zeigen eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person, die Interaktion mit Anderen und auf die Umwelt.
- ...analysieren und bewerten situative Bewegungsabläufe nach vorher erarbeiteten Kriterien
- ...wenden Lehr-/ Lernmethoden und Sicherheitsregeln situationsadäquat an und geben gezielt Bewegungshilfen und Bewegungskorrekturen.
- ...verfügen über Kenntnisse hinsichtlich der Gefahrenprävention, eines umweltgerechten Verhaltens, des Umgangs mit Medien und eines gesunden und sinnhaften Freizeitverhaltens.
- ...setzen bewegungstheoretische Kenntnisse ein, um Lern- und Übungssituationen zur Aneignung sportartspezifischer Fertigkeiten selbstständig zu planen und zu gestalten.
- ...handeln für sich und andere präventiv: Gefahren antizipierend, Regeln beachtend und respektvoll gegenüber der Natur.

Angaben zur Leistungsbewertung

Für die Leistungsbewertung werden ausschließlich erbrachte Leistungen während des Kompaktkurses im Skigebiet herangezogen. D.h. ggf. im Vorfeld des Kurses durchgeführte Skikursvorbereitungen (z.B. Skigymnastik oder Schlittschuhlaufen) sind nicht bewerteter Bestandteil dieses Kurses. Der Kurs ist ein Kursangebot in Semester 12.2.

Die Leistungsbeurteilung erfolgt nach folgenden Kriterien:

Inhaltsbezogene Kompetenzen:

Erproben, Üben und Demonstrieren von sportmotorischen Fertigkeiten (angemessene Lösungen für technische und geländeabhängige Bewegungsprobleme) anhand klarer technischer Kriterien, die im Laufe des Kurses den Schülern konkret vorgestellt werden.

Lernzuwachs, Annahme und Umsetzung der vorgegebenen Übungen

Eine Abschlussprüfung: geländeangepasstes, situationsgerechtes Anwenden und Demonstrieren technischer Grundfertigkeiten an definierten Hängen unter unterschiedlichen Aufgabenstellungen.

Anwenden und Einhalten grundlegender Sicherheitsregeln sowie von Regeln zum schonenden Umgang mit der Natur.

Prozessbezogene Kompetenzen

Mitarbeit und Engagement in individuellen und kooperativen Erarbeitungs- und Übungsphasen, Bewegungskorrekturen, Reflektion von Lernprozessen, Unterstützung leistungsschwächerer Mitschüler

Selbständiges situationsangemessenes Helfen und Sichern im Lern- und Übungsprozess

Sonstiges (Voraussetzungen, Materialien, Kosten usw.)

- Eigene wetterangemessene Skisportkleidung, d.h. Skihose, Skijacke (winterfeste Jacke), Skisocken, Skihandschuhe, Skibrille, etc.
- Ca. 535 Euro (s.o.) sowie ca. 45-60 Euro für die Ski- und Snowboardmaterialausleihe vor Ort (s.o.; Preise noch ohne Gewähr)