



SBSSV Kinderskikurs für Skilehrer-Anwärter



STELLENWERT DES KINDERSKIUNTERRICHTS FÜR DIE SKISCHULE:

- Der **Kinderanteil** in der Skischule liegt bei ca. **70 %**.
- Einer der **wichtigsten Bereiche** in der Skischule.
- Zufriedene Kinder sind **Gäste von morgen**.
- Kinder entscheiden wesentlich bei der **Urlaubsplanung**.

KINDERSKILEHRERin:

- **Ohne guten Lehrer** ist die **Hardware nutzlos**.
- Ein **guter Unterricht** wirkt sich **positiv auf Kollegen**, dem **Skischulleiter** und natürlich auch auf die **Eltern** aus.
- Das Arbeiten mit Kindern ist nicht immer einfach = **viel Verantwortung & mehr Arbeit** ABER AUCH **viel Freude!**



UM KINDER UNTERRICHTEN ZU KÖNNEN, MUSS MAN SIE AUCH MÖGEN:



Kinder = unsere Zukunft!



GESUNDHEIT & SICHERHEIT DER KINDER:

✓ Beschützen



✓ Betreuen

✓ Unterrichten



BESCHÜTZEN:

- Schutz vor Gefahren auf der **Piste**.
z.B. andere Skifahrer, falsches Gelände ...
- Schutz vor anderen **Kindern**.
z.B. Schlagen, Mobbing ...
- Schutz vor **Erwachsenen**.
z.B. übersehen werden ...
- Schutz vor **Alpinen Gefahren**.
z.B. Lawine ...
- Schutz vor **Wettereinflüssen**.
z.B. Sonne / Hitze, Wind / Kälte ...

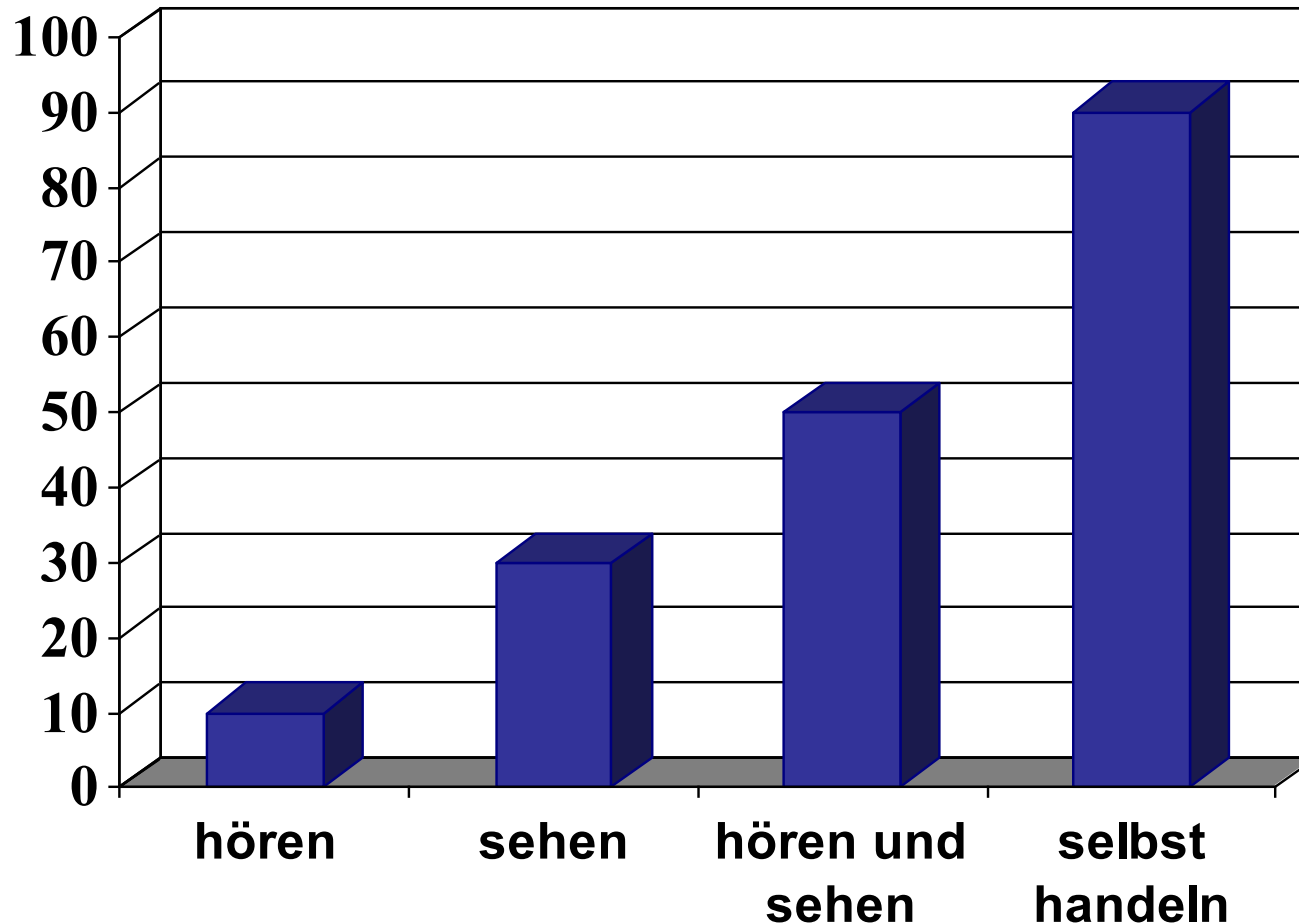


BETREUEN:

- Mittagsbetreuung
- Toilette
- Sonnenschutz
- Kälteschutz
- richtiges Material/Ausrüstung
- menschliche Bedürfnisse
- Aufsichtspflicht ...!



KINDER LERNEN UND BEHALTEN DURCH (in %):



KINDER SIND NICHT GLEICH KINDER:

- 0 - 2,5 = **Kleinstkind**

- 2,5 - 3,5 = **Zwergeri**

Ski & Spiel > Kinder erlernen spielerisch die Kunst des Skifahrens

- 3,5 - 6,5 = **Kleinkind**

- 6,5 - 9 = **Kind**

Logisches Denken / Wissbegierig / Begeisterungsfähig

- 9 - 12 = **Großkindalter**

Beobachtet kritisch / Zwiespalt zw. ♀ & ♂ / Körperlich nicht sehr belastbar > tech. Schulung

- ♀ 11-13 ♂ 12-14 = **Vorpubertät**

Koordinationsstörungen / Schonzeit...!

- ♀ 13-15 ♂ 14-16 = **Pubertät**

Innere Harmonie

- ♀ 15-16 ♂ 16-17 = **Jugendkrise**

Junge Rebellen / Behandeln wie Erwachsene



GASTLICHE AUFNAHME IM SKIUNTERRICHT:

- Begrüßung
- Auftreten
- Vorstellung
- Gespräch
- Informationen
 - an das Kind
 - an die Eltern - Gespräch mit den Eltern suchen und laufend informieren!
 - zu den örtlichen Gegebenheiten
- Kurskarten!



WIR WERDEN EINE GRUPPE:

Kennen lernen

Kinder

Gelände

Aufwärmen

Bewegungsspiele

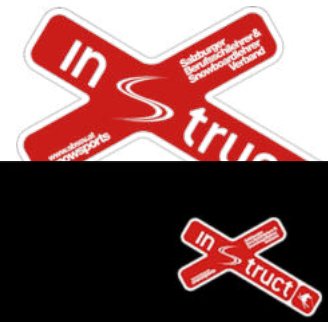
Gemeinschaftsspiele

Phantasiereisen

Aktive Lieder



1. Video:



WIR STEIGEN IN DIE BINDUNG:

Einstiegshilfen

Lehrer / Kind

Geräte



GEWÖHNEN AN DIE SKIER:

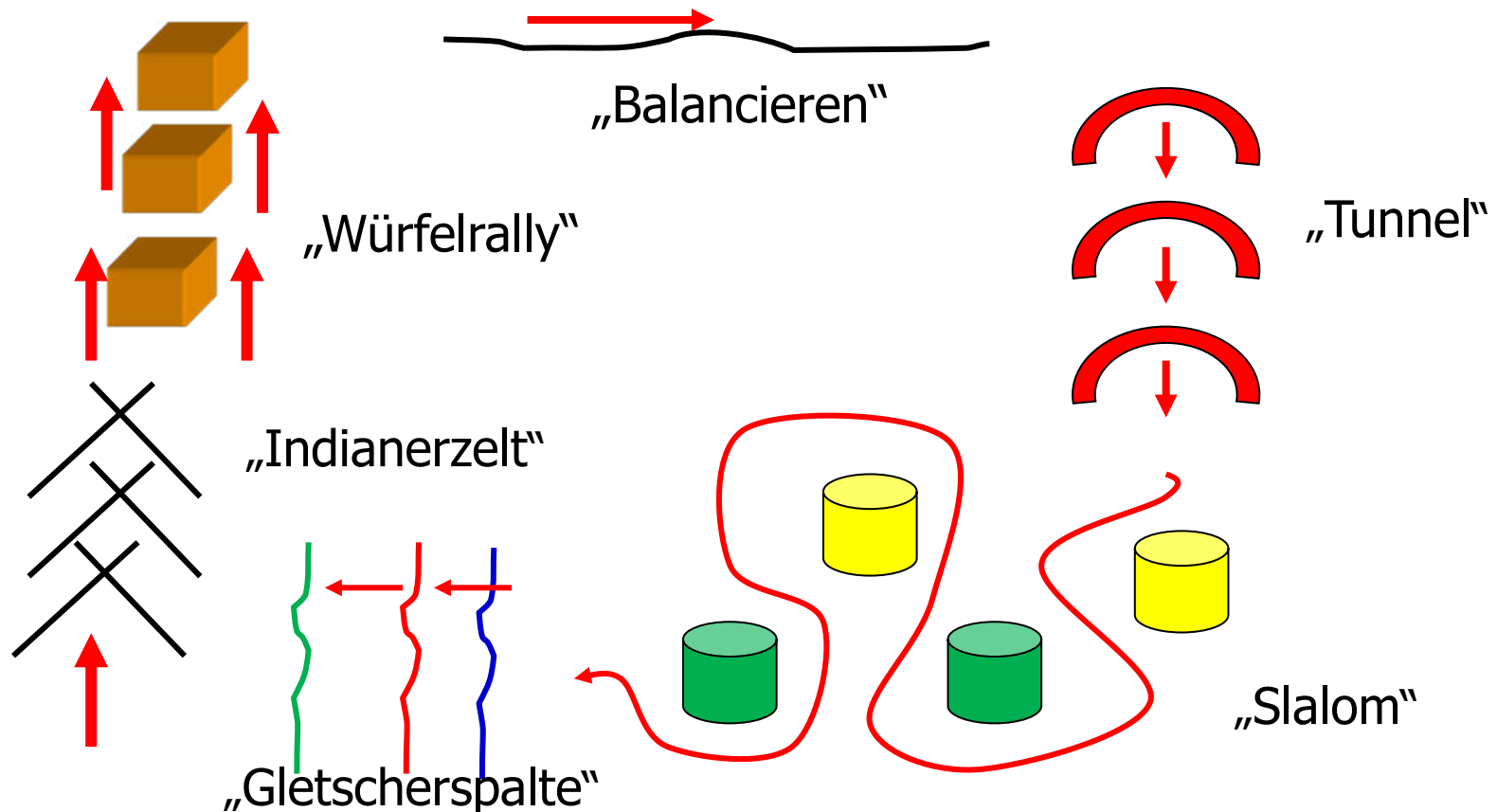
z.B. mit einer **Abenteuerreise** durch´s Märchenland....

- Aufstiegsarten
- Geschicklichkeit
- Gleichgewicht
- Gleiten
- Spaß!



GEWÖHNEN AN DIE SKIER:

Beispiel für einen **Erlebnisparkours**:



FÖRDERBAND / „ZAUBERTEPPICH“:

- Erklären und zeigen –
zuerst ohne Ski
- Nicht hinsetzen!
- Ein- bzw. Aussteigen
- Betreuung durch den Skilehrer
- Sicherheit!



GLEITEN, SCHUSSFAHREN UND FLITZEN:

Gelände:

Möglichst flaches Gelände.



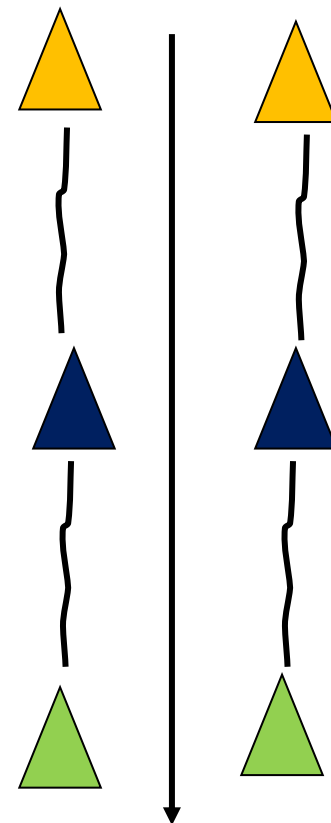
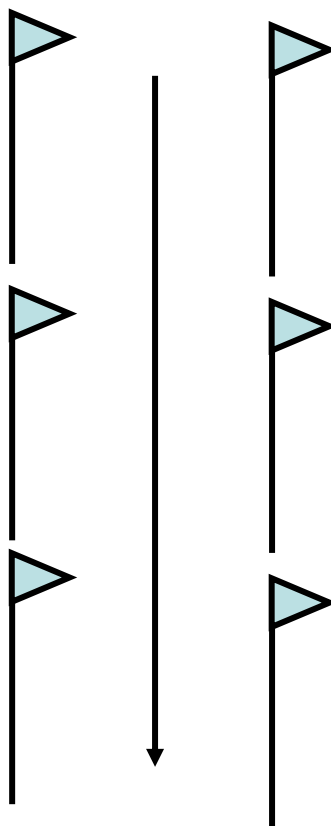
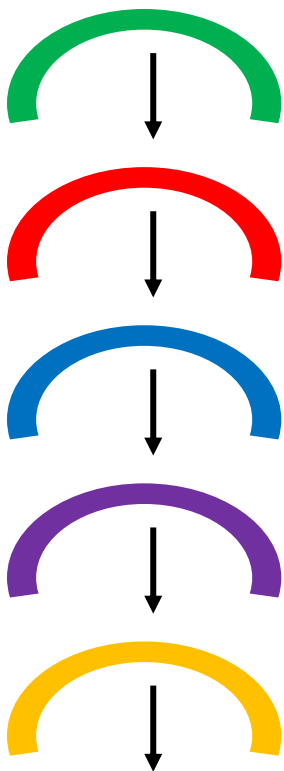
Spuranlage:

Start und Ziel markieren.
(Länge ca. 10 – 12 Meter)

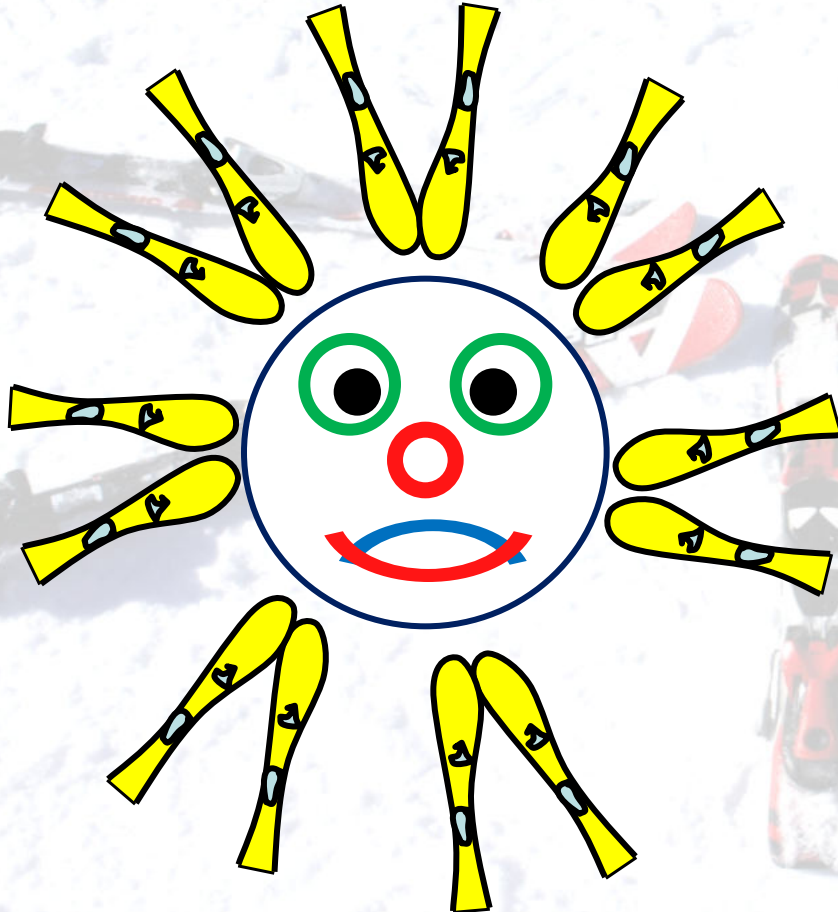
WICHTIG:
Am Ende immer bewusst im Pflug stehen bleiben!



GLEITEN, SCHUSSFAHREN UND FLITZEN:



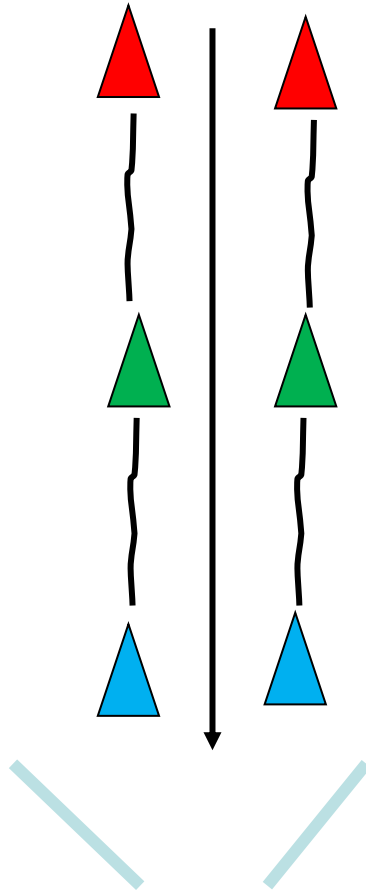
PFLUG / SCHNEEBREMSE:



Standübungen:

- Ski in der Pflugstellung hinlegen
- neben die Bindung steigen
- großer Pflug - kleiner Pflug
- in den Pflug springen
- A oder 11 bauen

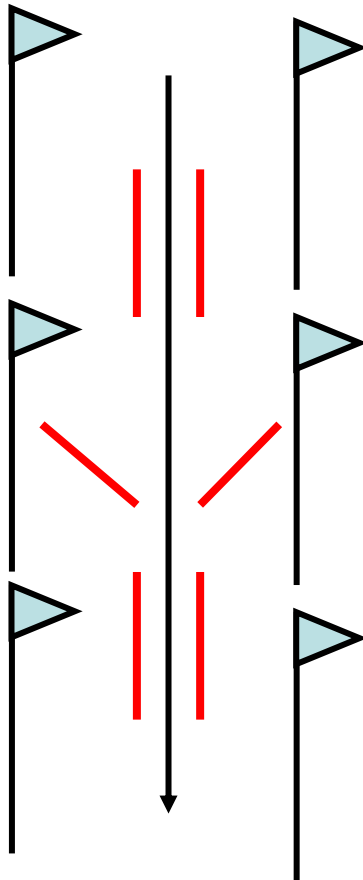
GLEITPFLUG / ERSTES BREMSEN:



Übungen wie z.B.:

- Boot fährt in den Hafen
- über die Wellen
- großer Dampfer - kleines Boot
- Eisenbahn - Boot

BREMS-PFLUG:



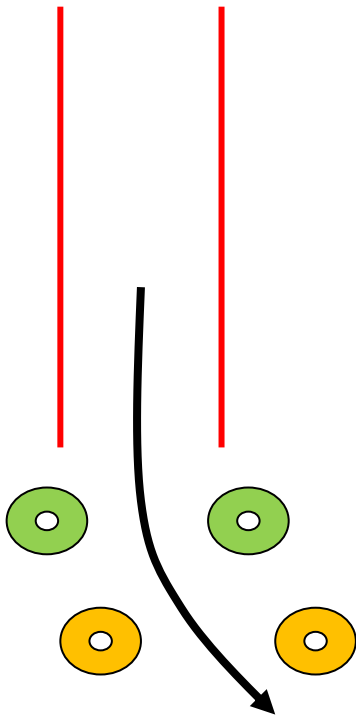
Übungen wie z.B.:

- Polizeikontrolle
- Zollkontrolle
- Formel 1 Boxenstopp
- Tankstelle

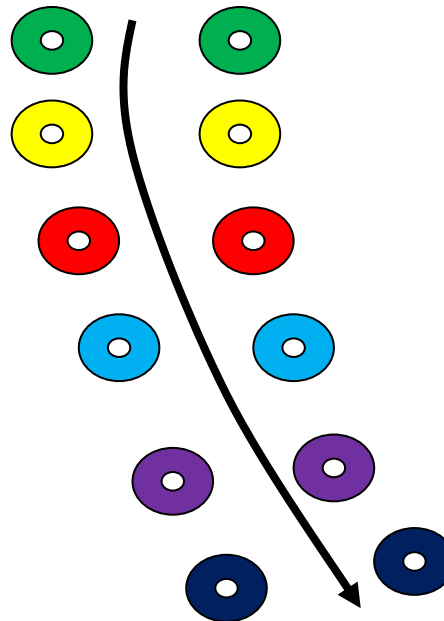
2. Video:



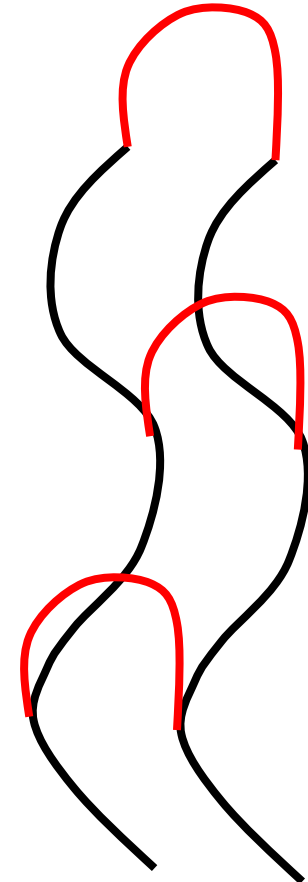
DIE ERSTE KURVE:



Aus dem Schussflug



Kurve auflegen



Bobbahn

ÜBEND ABFAHREN IM PFLUG:

- Nicht zu steiles Gelände wählen!
- Die Geschwindigkeit dem Können der Gruppe anpassen!
- Abfahren mit verschiedenen Übung!
z.B. Bewegungsaufgaben, mit Seilen, mit Stabbies ...
- Hindernisparcours!

WICHTIG:

Beim Fahren die Kinder laufend beobachten und zählen!

ERSTES LIFTFAHREN:

Skischuleigener Lift:

- Sicherheit
- Liftfahren lernen
- Betreuung des Liftes
- Probleme

Öffentlicher Lift:

- Liftpersonal
- Liftkarte
- Mithilfe



3. Video:



4+1 WEGE VOM PFLUGDREHEN ZUM PFLUGSTEUERN:

1. Über Tempo und Gelände:

= Die Piste wird steiler und das Tempo wird ein wenig erhöht.

- Wettkämpfe
- Verfolgingsrennen
- Stangengasse, Zeitläufe
- Bobbahn, Steilkurven, leichte Buckelpiste, Tiefschnee, Waldwege ...



4+1 WEGE VOM PFLUGDREHEN ZUM PFLUGSTEUERN:

2. Über das Laufen:

- Bogenlaufen (Piste bzw. Station)
- Schlittschuhschritte
- Verfolgingsrennen
- Rollerfahren (talseitig abstoßen)
- Während der Fahrt hinauf steigen
- ganze Kurve laufen, steigen ...



4+1 WEGE VOM PFLUGDREHEN ZUM PFLUGSTEUERN:

3. Über das Springen:

- Sprünge am Stand (mit und ohne Hilfe)
- Sprünge über Wellen, Buckel, und/oder kleine Schanzen
- Leichtes Zick-Zack-Springen
- Kurven springen (Cowboyturns)
- Während der Fahrt leichte Sprünge ...



4+1 WEGE VOM PFLUGDREHEN ZUM PFLUGSTEUERN:

4. Über den Hockeystopp:

- Hockeystopp aus der Schrägfahrt
- Hockeystopp aus der Falllinie
- Hockeystopp auf Zuruf
- Hockeystopp auf optische oder akustische Signale
- Sprayturns (Schnee in der Kurve wegspritzen)
- Spiel: Ochs am Berg



4+1 WEGE VOM PFLUGDREHEN ZUM PFLUGSTEUERN:

5. Über Bewegungsaufgaben:

- Positionskorrektur
- Innenski heben
- Bananenposition
- Verwenden von Stabbies, Seile, Teller und Hütchen ...
- Formationsfahren ...

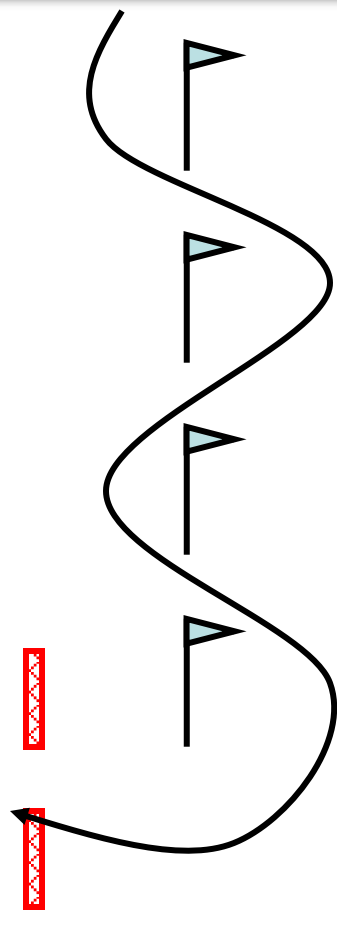


WICHTIG:

**Immer richtig vorgehen,
Kinder machen die Position nach!**



STATIONEN - VOM PFLUGDREHEN ZUM PFLUGSTEUERN:



Übungsaufbau - „4er Vertikale mit Garage“:

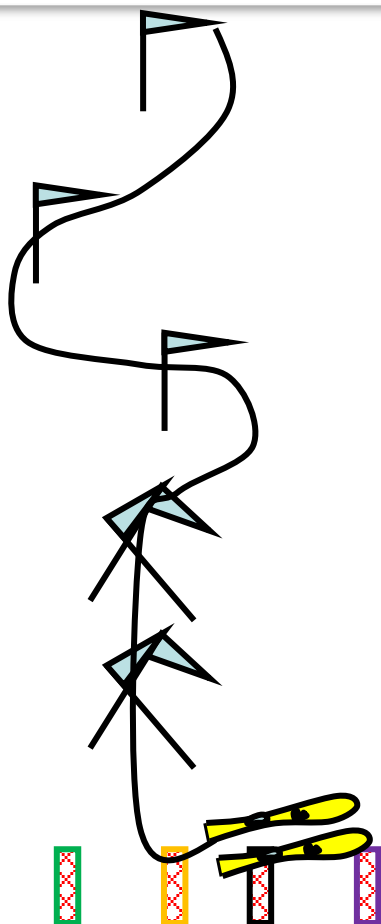
- kindgerechte Torabstände
- Bauweise des Hühnerstalls

Anfahren im Pflug, danach in die Garage einfahren.
Dabei werden die Ski parallel gestellt.

Spiele:

- Fuchs jagt die Hennen in den Stall
- Polizei regelt den Verkehr ...

STATIONEN - VOM PFLUGDREHEN ZUM PFLUGSTEUERN:



Übungsaufbau - „Boxenstopp“:

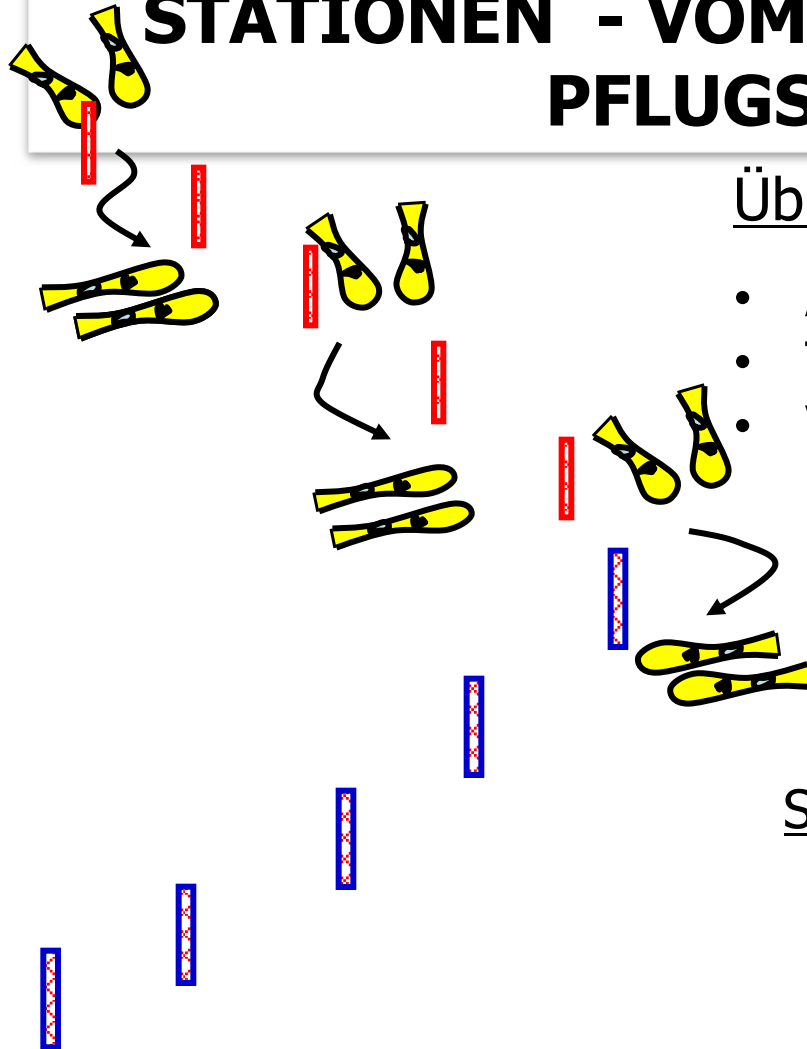
- Torabstände!
- Abstand zwischen dem letzten Indianerzelt und dem Stopp!

Versetzte Vertikale im Pflug gefahren.
Durch den Tunnel mit kleinem Pflug,
Stopp vor dem brennenden Haus - Ski parallel.

Spiele:

- Boxenstopp – Tanken
- Feuerwehr löscht das brennende Haus ...

STATIONEN - VOM PFLUGDREHEN ZUM PFLUGSTEUERN:



Übungsaufbau - „Schräghangvertikale“:

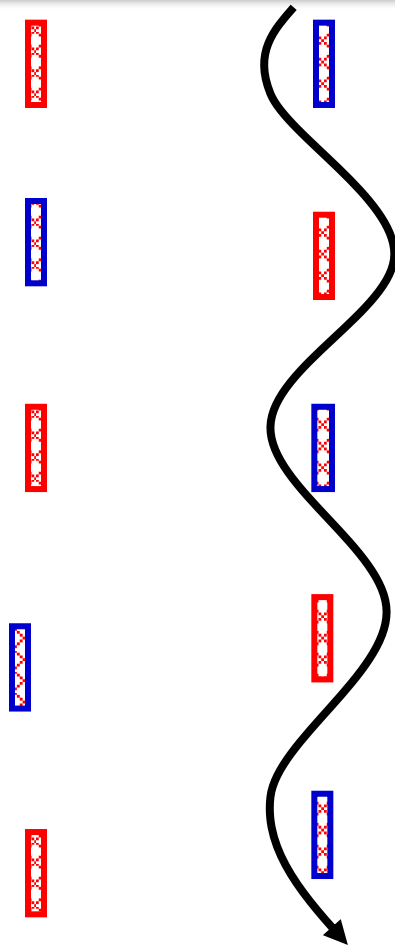
- Auf die Bauweise achten!
- Torabstände!
- Viel Platz erforderlich!

Parallel anfahren, auswinkeln, einfahren in die Falllinie und Ski wieder parallel stellen.

Spiele:

- Türe auf und zu machen
- es ist heiß, es ist kalt
- Basketball ...

STATIONEN - VOM PFLUGDREHEN ZUM PFLUGSTEUERN:



Übungsaufbau - „Stangengasse“

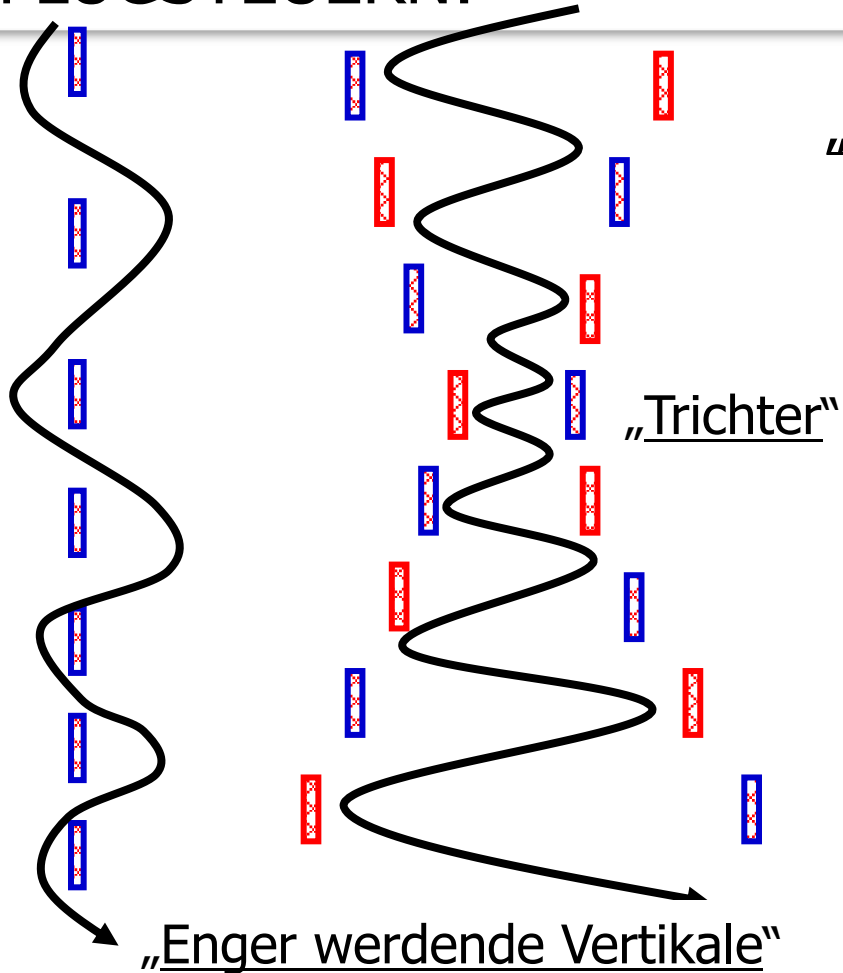
Zum Aufbau einer guten Stangengasse benötigt man **genügend Platz**.

Mindestens 12 Tore pro Linie, mit einem **Abstand** von ca. **2,5 bis 3 Meter** - für Spezialübungen auch 1 Meter.

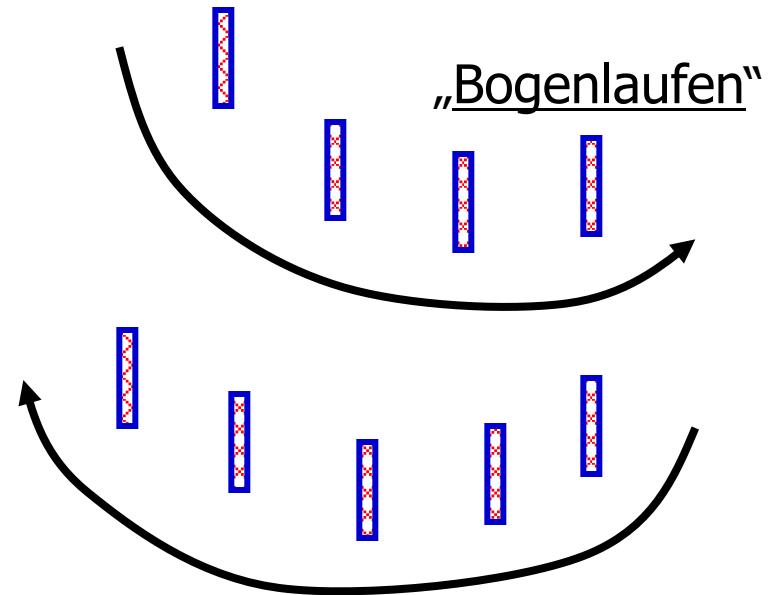
Spiele:

- Durchfahren
- Hände in versch. Positionen
- Flugzeug, Basketball, Blinken ...
- Farbenspiele - nur rot, nur blau ...
- Rhythmuswechsel - auf Zechen / akust. Signal
- Wettkämpfe - Zeit stoppen, Parallelsalom ...

STATIONEN - VOM PFLUGDREHEN ZUM PFLUGSTEUERN:



„Weitere Übungsaufbauten“:



STATIONEN - VOM PFLUGDREHEN ZUM PFLUGSTEUERN:

Allgemeines zu den Stationen:

- Geländewahl (flach, breit ...)
- Sicherheit / Absperrung
- Material (Stabbies, Seile, Hütchen...)
- Tor- / Seitenabstände



Ziel:

Winkelstellung abbauen und gleichzeitiges Umkanten der Ski.

WICHTIG:

Training und weiterführende Übungen auf der Piste sind unbedingt notwendig, um Erfolg zu haben!

ABSCHLUSSRENNEN, SIDE-EVENTS UND MEHR:

Das Abschlussrennen - der **HÖHEPUNKT** am **Ende des Skikurses!**

Vorbereitungen:

- Aufbau der Rennstrecke
- Urkunden und Startlisten schreiben (am Tag vor dem Rennen)
- Medaillen und Startnummern vorbereiten (am Tag vor dem Rennen)
- Ablauf besprechen - Startzeiten, Siegerehrung ...
- Maskottchen einteilen
- Kinder und Eltern informieren!!



Siegerehrung:

Jede Skischule verleiht der Siegerehrung **ihren persönlichen Glanz!**

ABSCHLUSSRENNEN, SIDE-EVENTS UND MEHR:

Das Abschlussrennen - der **HÖHEPUNKT** am **Ende des Skikurses!**



ABSCHLUSSRENNEN, SIDE-EVENTS UND MEHR:

Verschiedene **Veranstaltungen** der Skischule während Woche...

- Kinderfest
- Kinderdisco
- Fackelwanderung
- Ski-Show
- Faschingsveranstaltungen ...

= Pflicht für jeden Skilehrer...!



ABSCHLUSSRENNEN, SIDE-EVENTS UND MEHR:

**Vielen Dank für eure Aufmerksamkeit
und viel Spaß...!**



4. Video:



Übergang zu den Kleinkindern....!



INHALT:

1. Ausgangslage:

2. Ziele:

3. Der Weg dort hin:

- Checklisten für Kleinkinder und Eltern
- Ordnungsrahmen – Skischulorganisation
- Am Sammelplatz
- Material
- Unterrichtshilfe
- Beginn des Unterrichts
- Übungen Schuss - Pflug - Kurven



AUSGANGSLAGE – GRUNDMOTIVATION:

- Kleinkinderbetreuung während der Urlaubszeit als **soziale/gesellschaftliche Entwicklung**
- **(Hohe) Erwartungshaltung** der **Kinder** und **Eltern**
- **Erwartungshaltung** der regionalen **touristischen Partner** (Vermieter, Seilbahnen...)
- **Akquise** (Anwerben) von sehr jungen Skischulgästen
- **Betreuungsmöglichkeit** für die Kleinsten, während ältere Geschwister und/oder Eltern Skischulangebote in Anspruch nehmen

ZIELE:

- **Spaß, Freude** und **Wohlbefinden** vermitteln
- **Positives Klima** bzw. **Atmosphäre** schaffen
- **Einführung** in das Skifahren
- Den **Versuch** starten, Skifahren zu lernen
- **Sicherheit** geben



DER WEG DORTHIN:

CHECKLIST – Kinder:

- Kleinkinder sind **neugierig**!
- Kleinkinder wollen Skifahren, **wissen aber nicht was es wirklich ist bzw. bedeutet!**
- Kleinkinder sind **ängstlich**!
- Kleinkinder wollen **nicht alleine** bleiben!
- Kleinkinder werden **schnell müde**!



DER WEG DORTHIN:

CHECKLIST – Eltern:

- Eltern sind **besorgt!**
- Eltern haben eine (enorm) **hohe Erwartungshaltung!**
- Eltern brauchen den **persönlichen Kontakt!**
- Eltern wollen **Informationen!**
- Eltern **wissen (fast;) alles besser!**



DER WEG DORTHIN:

ORDNUNGSRAHMEN - Skischule:

- **kurze Einheiten** mit 2 bis 2,5 Stunden am Tag
- **kleine Gruppengröße**
 - * 4 bis 5 Kinder --> 1 SkilehrerIn (plus 1 AssistentIn)
 - * 8 bis 10 Kinder --> 2 SkilehrerInnen (plus 1 AssistentIn)
- **Unterrichtshilfen**
- geeignetes **Übungsgelände**
- **Indoor-Bereich** (Kleinkindbereich)



DER WEG DORTHIN:

Am Sammelplatz:

- ruhiger, angenehmer Ort - abgeschirmt von den größeren Kindern
- sanfte, nicht zu laute Musik
- vorsichtiger Einsatz vom Maskottchen



Material:

- Keine Plastikski mit Winterstiefel...!
- passende Skischuhe und Ski (Schafthöhe bzw. Länge und Taillierung)
- Helm, Handschuhe, Schneebrille ...

DER WEG DORTHIN:

Unterrichtshilfen:

- Förderband (Zauberteppich) mit 10 - 12 Meter länge
- Teppich, Seile, Teller, Hütchen, Stabbies ...
- Laufrad mit Ski
- Gruppenseil
- Laufwagen
- Snowbike
- Gestänge zum Festhalten und Gleiten.



DER WEG DORTHIN:

Beginn vom Skiunterricht - der START:

- Den Kindern, den Eltern und sich selber **Zeit** lassen!
- Ruhig bleiben, Ruhe bewahren und **Ruhe** ausstrahlen!
- **Eltern** mit einbinden!
- **Geduld** haben!
- **Nicht aufgeben!**



DER WEG DORTHIN:

Übungen - SCHUSS:

- Kniewippen
- Groß und Klein machen
- Hände auf die Knie und Beine heben
- leichte Sprünge
- und vieles mehr ...



DER WEG DORTHIN:

Übungen – PLUG / SCHNEEBREMSE:

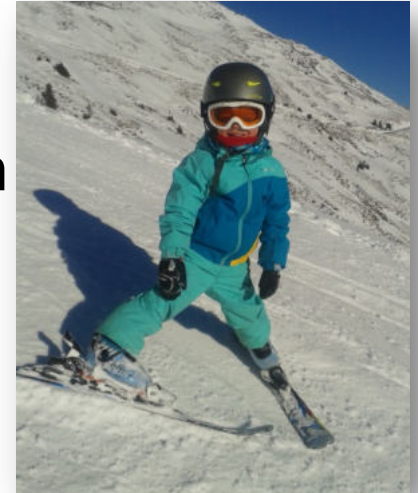
- Riese / Zwerg
- aus der Spur steigen
- auf Zuruf bremsen
- Spiegel fahren
- und vieles mehr ...



DER WEG DORTHIN:

Übungen - Erlernen der KURVE:

- Stationen bauen - Start / Richtung / Ziel vorgeben
- Markierungen
- Kind um die Kurve locken
- vorsichtiger Einsatz von Belohnungen
- und vieles mehr ...



DER WEG DORTHIN:

Ideen für die Pause:

Kleinkinder brauchen nach **max. 20 Minuten** eine kurze Pause, sonst schlafen sie ein...!

- Schlittenfahren, Schlauchrutschen, Tellerrutschen ...
- Trinken + kleiner Snack
- Schneemann bauen
- Indoor-Programm
- Lieder und Geschichten



**Vielen Dank für Eure Aufmerksamkeit
und viel Spaß!**

