

Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 37 (1980)

Heft: 11

Artikel: Der Leiter im Skiunterricht

Autor: Kolb, C.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-993923>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

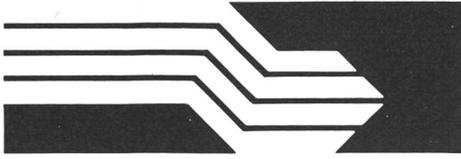
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 19.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Der Leiter im Skiunterricht

Chr. Kolb

In der Schweiz sind es Tausende, die sich zu jener Kategorie von Leuten zählen, die Skiunterricht erteilen, sei es als patentierter Skilehrer zum Broterwerb, als SI im Interesse des Verbandes oder Klubs, oder als Leiter für Jugendliche in Schulen oder Jugendverbänden.

Je länger ich mir überlege, welches denn die Anforderungen an einen Leiter sind, desto komplexer werden sie – entsprechend dem Tätigkeitsfeld sind sie auch verschieden gelagert.

Im Vordergrund bei jeder Tätigkeit als Leiter steht die *Persönlichkeit*.

Sie wird als erstes von den Experten in den Prüfungslektionen beurteilt und bewertet. Ich versuche in diesem Zusammenhang darzustellen, auf welche Punkte es ankommt:

Vertrauen erwecken durch

- frohes Auftreten, fachgerechte Ausrüstung
- dem Alter der Schüler angepasste Sprache
- Ehrlichkeit
- stufengerechten Unterricht
- Schaffen von Erfolgserlebnissen

Verhalten während und ausserhalb des Unterrichts

- «imponieren wollen» oder «das Licht unter den Scheffel stellen»
- hilfsbereit sein
- anerkennen eigener Fehler oder Unzulänglichkeiten
- akzeptieren anderer Meinungen
- pünktlich und zuverlässig sein

Wird auch nur einer dieser aufgezählten Punkte vom Schüler bemängelt, so verliert der Glorienschein des Leiters wesentlich an Glanz und als Vorbild wird er eine Nummer kleiner.

Können

Ins Persönlichkeitsbild des Schülers (des «Gastes») gehört auch das *Können*.

Je nach Alter der Schüler spielt das technische Können des Leiters eine unter- oder übergeordnete Rolle.

Um jüngere Schüler gut zu unterrichten, muss das «Können» des Leiters weit mehr im Motivationsbereich liegen, und das «liegt» vielen nicht, es ist auch nur teilweise erlernbar. *Skifahren* bedeutet «*Spielen*».

Ältere Schüler orientieren sich viel eher am Gelingen eines Bewegungsablaufs, am Lösen einer Aufgabe. Das «Können» des Leiters liegt bei dieser Stufe im richtigen Einschätzen der Erfolgsaussichten und der entsprechenden Stoffauswahl.

Skifahren bedeutet «Neues vermitteln!»

Schüler im J+S-Alter erwarten vom Leiter gutes technisches Können. Er muss besser fahren können als sie, und vor allem muss er ihnen sagen und zeigen können, was sie tun müssen, um so fahren zu lernen, wie er es kann.

Wer nur vorfahren kann, ohne in bestimmten Situationen Hinweise und Tips zu geben, wie man etwas besser oder leichter bewältigen kann, verfügt über ein mangelhaftes Können und ist kein guter Leiter

Skifahren bedeutet «Wege öffnen zum Besser-machen»

Der gute Leiter setzt sein Können schülerbezogen ein.

Wissen

Ein guter Leiter muss nicht nur etwas können, er muss auch viel wissen, das heisst er muss über praktische Fähigkeiten und theoretische Kenntnisse verfügen.

Der Wissensbereich des Leiters im Skifahren sollte möglichst weit sein und sich auf viele Gebiete erstrecken, zum Beispiel:

- Technik und Methodik
- Trainingslehre
- Mechanik
- Material
- Wetter
- Sicherheit/Lawinen
- Skirecht
- Erste Hilfe
- Kursorganisation

Wer mehr weiss, wird in vielen Situationen richtiger handeln und Massnahmen ergreifen, die schneller zum Ziel führen.





Ein Beispiel aus Technik und Methodik

Die am Übungshang gelernte Bewegungsform ist meist nur eine Grobform, welche in der Anwendung bei einer Abfahrt immer neu angepasst und dadurch verfeinert wird. Wenn der Leiter von der Notwendigkeit dieser feinen, oft kaum sichtbaren Änderungen nichts weiss, kann er den Schülern nicht helfen, ihre Schwierigkeiten zu meistern. Wer frühzeitig schnee- oder geländemässig Probleme kommen sieht, wird einen Halt veranlassen, auf die möglichen Veränderungen hinweisen und auch sagen, welches Element hier stärker, oder welches weniger stark betont werden muss, als am Übungshang.

Dabei haben altbekannte Grundsätze, die wir alle einmal auswendig lernten, noch lange nicht ausgedient, wir müssen sie nur am rechten Ort in die Praxis umsetzen. Kennst Du sie noch?... «Vom Leichten zum Schweren», «Altes im neuen Gewand»... Wer kann weiterfahren?

Trainingslehre

Es ist eine falsche Annahme zu glauben, man gehe skifahren, um sich fit zu bringen. Das Gegenteil ist richtig: Man muss fit sein, um nach eigenen Vorstellungen skifahren zu können – genussvoll im Weichschnee abseits der Piste, zusammen mit dem grossen Volk auf der Piste oder sportlich im Wettkampf.

Dem Leiter müssen die körperlichen Voraussetzungen, die das Skifahren erfordert, bekannt sein, und er muss wissen, welche konditionellen Mängel für diesen oder jenen Misserfolg verantwortlich sind und wie sie behoben werden können.

Je mehr sich das Tätigkeitsfeld dem Wettkampfskifahren nähert, um so bedeutungsvoller wird das Wissen im Zusammenhang mit der Trainingslehre.



Mechanik

Skifahren ist möglich, ohne Kenntnisse von der Mechanik zu haben.

Wie viel besser kann aber ein Leiter gewisse Vorgänge auf den Ski verstehen, wenn er einige Gesetze der Physik kennt! Er muss dann auf Fragen der Schüler nicht mehr antworten: «Es ist einfach so...» Nur eindeutig begründete Antworten befriedigen den Interessierten, auch wenn der Fragesteller bis zum nächsten Tag auf die Antwort warten muss.

Material

Seit einigen Jahren ist es klar feststellbar: Es wird besser Ski gefahren.

Wer oder was im Detail daran schuld ist, kann ich nicht aufzählen. Sicher aber liegt ein grosser Anteil beim Material.

Schuhe und Ski haben durch Beteiligung wissenschaftlicher Mitarbeiter eine bedeutende Entwicklung erfahren. Aufklärung des Fachhandels, der Skilehrer und -leiter bringt einen differenzierten Einsatz mit sich. Nicht der Ski des Olympiasiegers in der Abfahrt ist der richtige für den Allroundskifahrer Hans, sondern derjenige, der in Housis Anwendungsbereich liegt, und das ist auf vielen Erzeugnissen aufgedruckt. Der Leiter, der das weiss, kann beratend Einfluss auf einen richtigen Kauf nehmen.

Bei den Skischuhen ist es noch einfacher: Richtig ist, was bequem ist und dem hauptsächlichlichen Einsatz dient. Auch das sollte der Leiter wissen und entsprechend seine Schüler beraten.

Wetter

Mit althergebrachten Wetterfroschregeln ist im Gebirge nicht viel anzufangen. Weitaus sicherer kann man sich auf die einheimische, naturverbundene Bevölkerung verlassen. Sich in diesem Punkt auf eigenes Wissen zu stützen ist nur zuverlässig, wenn damit viel regionale Erfahrung verbunden ist. Ob so oder so – Wetterkenntnis kann für die Abwicklung eines Kurses von entscheidender Bedeutung sein.

Durchführung von Fahrten ausserhalb der Piste, Weichschneefahrten, Wettkämpfe oder Fackelabfahrten, sind von der Witterung abhängig. Umstellungen im Programm kann nur derjenige gut machen, der etwas von Wetterentwicklung weiss.

Nebel und Sonne sind Faktoren, die den Unterricht wesentlich beeinflussen: Nebel zwingt zu anderer Fahrweise, kann völlige Desorientierung und Absturzgefahr in sich bergen, wogegen schönes Wetter mit viel Sonne zu Überfor-

derung und Übermüdung führen kann. Kopfschmerzen und allgemeines Unwohlsein sind nicht selten Folgen starker Sonneneinstrahlung. Das muss der Leiter wissen.

Sicherheit/Lawinen

Wer von Sicherheit spricht, muss die Gefahren kennen und wissen, wo, wie und wann sie auftreten. Eine Gefahr bildet der Skifahrer selbst durch seine Tätigkeit. Unfälle entstehen durch «Nichtbeherrschen des Fahrzeuges». Fehleinschätzungen des eigenen Könnens, der Geschwindigkeit, der Distanzen, des Schnees und des Verhaltens anderer Pistenbenützer sind weitere Gefahrenquellen. Die Kenntnis und das Einhalten der 10 FIS-Regeln schützen weitgehend vor Pistenunfällen. Durch die Verbesserung des technischen Könnens und der Möglichkeit, hohe Ausgangspunkte mit Bahnen zu erreichen, werden immer mehr Fahrer zum Verlassen gesicherter Pisten verlockt. Jeder Leiter und selbst jeder Fahrer muss aber wissen, dass er dabei ein grösseres Risiko eingeht. Welcher Art und wie gross diese Risiken sind, hängt ab vom Wissen des Leiters.

Skirecht

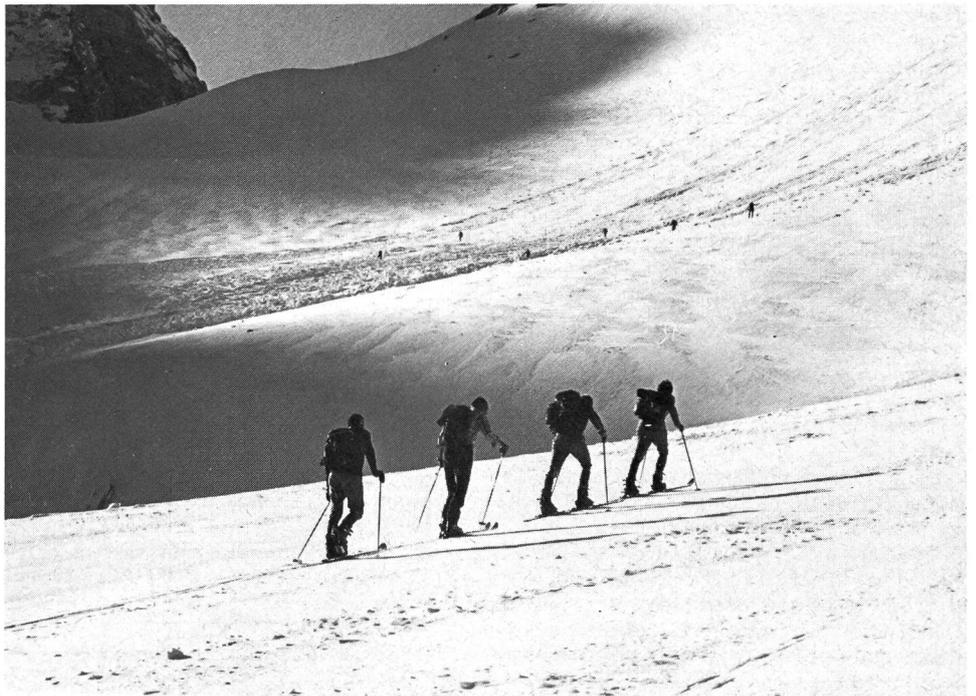
Auf der Piste trägt der Leiter eine Mitverantwortung für die Sicherheit seiner Schüler, seien sie jung oder alt, Anfänger oder Köhner. Verlässt er die markierte Piste, trägt der Leiter eine noch grössere Verantwortung, denn im freien Skigebiet ist kein Seilbahnunternehmen verkehrssicherungspflichtig. Dort ist allein der Leiter für die Versorgung und den Abtransport allfälliger Verletzter verantwortlich.

Es ist wichtig zu wissen, dass grosse Unterschiede in Rechten und Pflichten bestehen. Je nach Ausbildung und Kanton werden andere Massstäbe angesetzt. Jeder Leiter muss sich durch seine Organisation genau informieren lassen, wie es sich – auf seine Situation bezogen – verhält.

Der J+S-Leiter beispielsweise findet die Angaben zu diesem Thema in seinem Leiterhandbuch im Kapitel 7 (Blatt 710). Eine Gewissensfrage: Bist Du als Skileiter genügend haftpflichtversichert? Auch wenn in erster Instanz der Bund, der Kanton oder die Skischule für die Haftpflicht aufkommt, ist eine private Versicherung dringend anzuraten!

Erste Hilfe

Mit der Leiterausstellung verbunden ist die Verpflichtung, bei Unfällen erste Hilfe zu leisten.



Wie oft konnte ich aber feststellen, dass Leiter nicht gewillt waren, von Unfällen Notiz zu nehmen und abgewendeten Gesichts an der Unfallstelle vorbeifahren!

Vielleicht hatten sie Angst davor, nicht das Richtige zu tun. Damit könnte ihr Verhalten wohl erklärt, aber nicht entschuldigt werden. Mache Du es als Leiter richtig: Frische Dein Wissen über Erste Hilfe vor Beginn der Saison auf...!

Kursorganisation

Für die Kursorganisation, wie auch für viele andere Bereiche, muss der Leiter in erster Linie wissen, wo er nachschlagen, sich informieren kann.

Der J+S-Leiter findet in der Organisationsanleitung (Ausgabe 1981 wurde Mitte Oktober 1980 zugestellt) alle Grundinformationen über J+S, Angaben über Leiter- und Sportfachkurse, Ausdauerprüfungen, Sicherheitsvorschriften, weitere Leistungen des Bundes, Terminliste, Formularverzeichnis, Stichwörterkatalog. Dieses Inhaltsverzeichnis hilft ihm, den Einstieg zur Organisation seines Kurses zu finden. Fachbezogene Angaben zur Kursorganisation sind im Kapitel 8 gemacht.

Liegt ein spezielles Problem zur Kursorganisation vor, so hilft der Betreuer-Experte oder das Kantonale Amt für J+S weiter.

Unterrichten

Wer seine Leiterprüfung mit Erfolg abgelegt hat, erbringt den Beweis, dass er über die notwendigen Grundlagen verfügt, um als Leiter tätig zu sein. Es ist der erste kleine Schritt auf dem langen Weg zum guten Unterrichten, vergleichbar mit dem Anhängen des Rucksacks vor der grossen Tour.

Was ich in den vorangehenden Kapiteln über fachliches «Wissen» und «Können» sowie «Persönlichkeit» geschrieben habe, sind Voraussetzungen, die zum Unterrichten erfüllt sein müssen.

Weit weniger gut fassbar sind die Methoden, die zur Erreichung der gesetzlichen Ziele eingesetzt werden, da jene den Absichten der Schüler entsprechend, sehr verschieden sind.

Der Jugendliche in der JO will Rennen fahren, Rennen gewinnen.

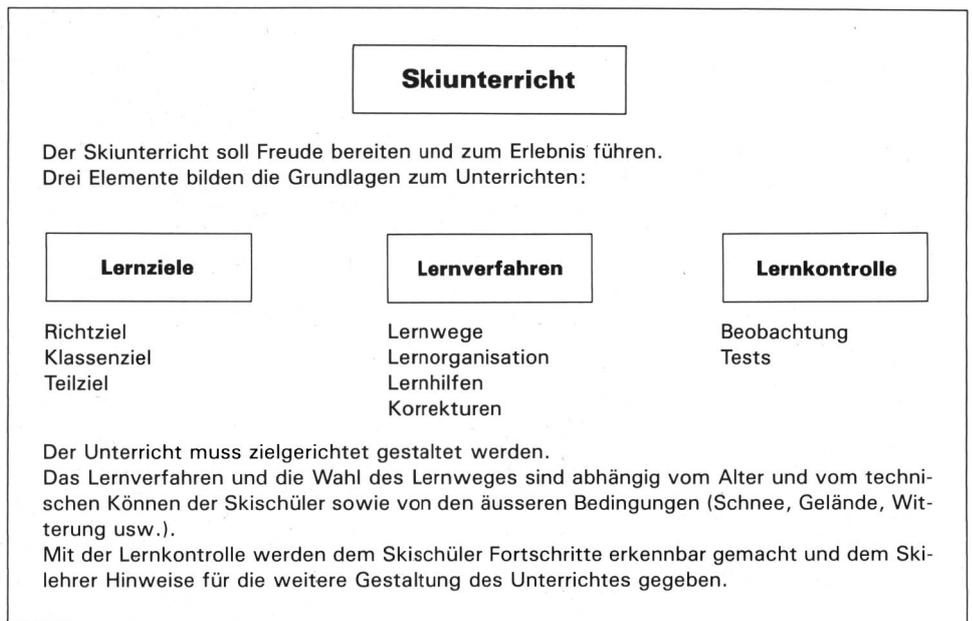
Seine Zielsetzung ist klar. Ist es der Weg auch? Wenn es sich um einen erfahrenen Leiter handelt, kennt er das Vorgehen. Er ist fähig, den Weg zu planen, mit den Jungen zu sprechen, sie

zu begeistern, aus Erfolgen oder Rückschlägen weiterzulernen und seine Begehren durchzusetzen. Von Zeit zu Zeit wird er Tests zur Bestimmung des Standortes und des weiteren Aufbaus einschalten. Handelt es sich dabei um ein Rennen, so wird auch dem Jungen sofort klar, ob er Fortschritte gemacht hat, oder nicht.

Der Ölscheich aus Saudiarabien, erstmals Schnee erblickend, bezahlt jeden Preis, um mit Ski von der Bergstation zur Talstation zu fahren. Sein Ziel ist auch klar, aber der Weg für die beiden angeheuerten Skilehrer nicht. Sie haben keine Erfahrung mit solchen Gästen und müssen einen «Sprung ins Leere» wagen: Ein Lehrer vorne, der Scheich in der Mitte, den vorderen Lehrer umklammernd, vom zweiten Lehrer in Pflugstellung hinter ihm mit einem Seil gesichert...!

Irgendwo zwischen diesen beiden Beispielen liegt unser Tätigkeitsfeld. Wir sind etwas weniger durch leistungsorientierte Ziele gebunden und deshalb auch freier in der Wahl der Wege. Auf die nächste Saison wird die neue Skianleitung des SIVS herauskommen. Zurzeit wird noch intensiv daran gearbeitet. Im letzten Zentralkurs wurden bereits eingie Kostproben davon gegeben und auch dieses Jahr wird ein neuer Teil bekannt werden.

Was jetzt in noch nicht definitiver Form vorliegt, ist der Methodikteil, bearbeitet von einer Arbeitsgruppe der Redaktionskommission, koordiniert durch Urs Weber.



1. Lernziele

Richtziel

- Erlernen des Skifahrens und Skilaufens mit angepasstem Bewegungs- und Kraftaufwand (*Technik*).
- Erleben, Erfahren und Verstehen der winterlichen Umwelt in Gemeinschaft mit anderen Mitmenschen (*Erlebnis*).
- Verantwortungsbewusstes und sicheres Verhalten (*Sicherheit*).

Das Richtziel wird erreicht über

Klassenziele

Sie umfassen das Bekanntwerden mit neuen, der entsprechenden Leistungsstufe angepassten Fahrformen, sowie die Schulung und Anwendung der erworbenen Fertigkeiten in verschiedenen Verhältnissen.

Die Klassenziele gliedern sich in

Teilziele

Teilziele (*Lernschritte*) dienen dem Erlernen bisher nicht bekannter Bewegungselemente (Aufbau), oder der Verbesserung und Festigung bereits erlernter Fertigkeiten (Feinformung).

2. Lernverfahren

Lernwege

Strukturierter (= gegliederter) Lernweg

Merkmale:

- Das Lernen einer Bewegung erfolgt in sinnvoll aufeinander abgestimmten Lernschritten (methodischen Reihen).
- Notwendige Korrekturen erfolgen bei jedem Schritt und verhindern ein Einschleichen von Fehlern, welche später schwer wegzubringen sind.
- Die Anwendung der methodischen Reihen darf nicht zur planlosen Spielerei werden.
- Die gesetzten Teilziele werden in der Regel rasch und sicher erreicht.

Wir können bei dieser Lernart drei Möglichkeiten unterscheiden:

Das Teilverfahren

Der Bewegungsablauf wird in seiner Grobform sorgfältig aufgebaut und zusammengesetzt.

Sinnvoll bei:

- gefährlichen Lernschritten
- schwierigen Bewegungsabläufen
- unbeweglichen Skischülern

Das Ganzheitsverfahren

Eine Bewegung wird unter vereinfachten Bedingungen (zum Beispiel Schwungform über Geländewölbung) in der gewünschten Endform durchgeführt und allmählich erschwert (zum Beispiel durch Abbau der Geländehilfe), bis sie ohne spezielle Hilfe ausgeführt werden kann.

Sinnvoll bei:

- bewegungsbegabten Skischülern
- Jugendlichen

Die Kombination – Ganzheits-Teilverfahren

Führt das Ganzheitsverfahren nicht zum Ziel drängt sich unter Umständen ein Zergliedern des Bewegungsablaufes in notwendige Teilschritte zusätzlich auf.

Die Fähigkeit des Lehrers eine Bewegung in Teilbewegungen zu gliedern, Lernschwierigkeiten zu erkennen und entsprechende Massnahmen zu treffen, sind unabdingbare Voraussetzungen.

Das Ganzheits-Teilverfahren ist möglichst immer anzustreben, als abwechslungsreiche und doch zielstrebige Unterrichtsform.

(Ausgenommen bei gefährlichen und komplizierten Bewegungsabläufen.)

Offener Lernweg

Merkmale

- Bei dieser Methode werden die Schüler mit Hilfe sinnvoll erteilter *Bewegungsaufgaben* zum spontanen *Suchen von Lösungen* ange-regt. Fantasie und Eigeninitiative des Schü-lers sind dabei vorausgesetzt
- Stellt hohe Anforderungen an das Gestal-tungsvermögen des Lehrers, sowie an seine Fähigkeit, Bewegungsaufgaben zu formulie-ren.
- Im Vordergrund steht nicht in erster Linie das Erreichen eines Bewegungsziels, sondern das Erleben des Weges zu diesem Ziel (Lern-prozess); und die Entwicklung der Lernfähig-keiten des Schülers.

Sinnvoll bei:

- allen einfachen Bewegungsvorgängen. Auf spielerisch, leichte Art anzustreben (Wer kann das? «Versucht mal» usw.)
- Jugendlichen und Kindern.

Unterrichtsverlauf

Phasen

- Einleitung (Einstimmung, Vorbereitung)
- Hauptteil (Leistungsphase)
- Ausklang

Einleitung

- Orientierung (Zielsetzung, zeitlicher und örtlicher Rahmen).
- Gezielte Gymnastik, wenn möglich auf Ski (gegen Kälte, als Vorbereitung).
- Vorbereitende Fahrformen, auf den Hauptteil abgestimmt (Geschicklichkeit, Rhythmus usw.).

Hauptteil/Merke

- Der Stoff des Hauptteils kann zeitlich und inhaltlich nicht zum voraus festgelegt werden, sondern muss auf die Lernfortschritte der Skischüler und die äusseren Gegebenheiten abgestimmt werden. «Einführen – Üben – Anwenden» können je nach stofflicher Anforderung zeitlich sehr begrenzt sein (zum Beispiel Spitzkehre), oder sich über Tage – Wochen erstrecken (zum Beispiel Parallelschwingen).

Einführen

(Erlernen von Bewegungs-Grobformen)

- Aufbauübungen im Stand und in der Fahrt bis zum
- Fahren der Zielform
- evtl. Korrekturübungen
- Übergehen zum Üben

Vorgehen des Lehrers

- beim Teil- und beim Ganzheitsverfahren

Demonstrieren der Zielform
 ▼
 evtl. Beschreiben, Erklären
 ▼
 Bewegungen schrittweise vorzeigen
 ▼
 Lernhilfen geben
 ▼
 Korrekturen anbringen
 ▼
 Üben – Variieren
 ▼
 Anwenden

- beim kombinierten Ganzheits-Teilverfahren

Demonstrieren der Zielform
 ▼
 evtl. Beschreiben, Erklären
 ▼
 Probieren lassen
 ▼
 Beobachten, analysieren

 ▼ ▼ ▼
 schwächere Differen- begabte
 Schüler zieren Schüler
 ▼ ▼ ▼
 Helfen/Korrigieren Üben
 (Aufbauen) ▼
 ▼ Anwenden
 Üben
 ▼
 Anwenden

- beim offenen Lernweg

Bewegungsaufgaben stellen
 ▼
 Probieren und suchen lassen
 Anregungen geben
 ▼
 Brauchbare Lösungen herausstellen
 ▼
 Korrekturen anbringen
 ▼
 Üben – Variieren
 ▼
 Anwenden

- *Üben mit Partner.* Der Stärkere übt mit dem Schwächeren. Partner mit gleichen technischen Voraussetzungen.
- *Einzelunterricht* (Privatunterricht).

Betriebsformen

- *Freier Gruppenbetrieb*, die einzelnen Gruppen üben weitgehend unabhängig voneinander. Der Skilehrer koordiniert die zeitliche Dauer des Übens.
- *Koordinierter Gruppenbetrieb*, das heisst *Stufenunterricht*, der Skilehrer stellt gleiche Aufgaben mit unterschiedlicher Schwierigkeit und dementsprechender Aufteilung in Leistungsgruppen. Er koordiniert die zeitliche Gliederung des Übens.
- *Stationsbetrieb*, das heisst Üben in Gruppen an verschiedenen Stationen. Der Skilehrer ordnet den Stationswechsel an und koordiniert die zeitliche Gliederung des Übens. Der Wechsel erfolgt in der Regel nach dem Erreichen eines bestimmten Teilziels.

Lernhilfen

- Korrekturen
- Geländeformen
- Schneebeschaffenheit
- Fahrgeschwindigkeit
- Partnerhilfe
- stimmliche Unterstützung
- Slalomstangen, Fähnchen, usw.
- audio-visuelle Mittel (Video)
- rhythmische Ausführung

3. Lernkontrolle

Beobachtung

- Beobachten und Bewegungsqualität beurteilen.
- Lernschwierigkeiten in der Reihenfolge ihrer Wichtigkeit erkennen.
- Vergleiche anstellen.

Tests

- Skischul-Tests
- SSV-Jugendtests
- J+S-Tests
- übrige Tests

Dem Mittel der Lernkontrolle kommt für die weitere Gestaltung des Unterrichts entscheidende Bedeutung zu. Ohne Lernkontrolle ist kein Fortschritt ersichtlich und eine gezielte Weiterarbeit undenkbar. Der Skilehrer sollte sich über die Lernkontrolle dauernd für den weiteren Verlauf seines Unterrichts beeinflussen lassen.

4. Allgemeine Grundsätze

- Im Mittelpunkt des Skiunterrichts stehen Erlebnis und Freude.
- Beim Unterricht mit Aufbaureihen sollen Lernschritte und Aufgabe so gewählt werden, dass sie eine gleichmässige Steigerung der Schwierigkeit zum Ziel haben. Der einzelne Lernschritt entwickelt sich immer aus den Anforderungen des Vorhergehenden.
- Der Unterricht soll abwechslungsreich sein. Es müssen dabei klare Akzente gesetzt werden. Das ausdauernde Wiederholen der Lernschritte, mit Hilfe der vielfältigen Möglichkeiten (Organisation, Schnee, Gelände, Fahrgeschwindigkeit) führt zum Erfolg.

Üben

(Festigen und verfeinern bekannter Bewegungsformen)

- Abwechslungsreiche, auf die Ziele abgestimmte Wiederholungen
- Üben unter leichten – normalen – erschwerten Bedingungen; unter Wettkampfbedingungen

Anwenden

(Erleben und situationsgemässes Anwenden des Gelernten)

- Skifahren mit unterschiedlichen Geschwindigkeiten, in wechselnden Schneearten, in verschiedenartigem Gelände und unter Anwendung vielfältiger Organisationsformen (Formationen).
- Wettkämpfe

Ausklang

- Kurze Besprechung (Bilanz ziehen über den Lernerfolg, zur persönlichen Bestätigung und als Planungsgrundlage für den weiteren Verlauf des Unterrichts).

Lernorganisation

Den örtlichen Verhältnissen und den Leistungsstufen der Schüler angepasst

- Anfängerunterricht am Übungshang (Platzunterricht) mit Aufsteigen.
- Unterricht während der Abfahrt (Fahrerunterricht) in der Regel immer, wenn Skilift vorhanden.

Durch Klassenaufteilung:

- *Üben in der Klasse*, frontaler Unterricht, das heisst der Lehrer steht vor der Klasse, die Schüler lösen die Bewegungsaufgaben auf Anweisung des Skilehrers einzeln.
- Üben in freier Form, das heisst die Skischüler lösen Bewegungsaufgaben nach Anweisung des Skilehrers gleichzeitig.
- *Üben in der Gruppe*, (3 bis 5 Schüler), ausgeglichene Gruppe, das heisst Skischüler mit gleichem Leistungsniveau üben miteinander. Der Skilehrer überwacht die Ausführung. Unausgeglichene Gruppe, das heisst stärkere und schwächere Skischüler üben in derselben Gruppe. Der Skilehrer überwacht die Ausführenden.

Neigungsgruppe, das heisst Skischüler mit gleichem Interesse üben miteinander. Der Skilehrer beobachtet und überwacht die Übenden.

- Einseitigkeit soll vermieden werden, durch funktionell richtige Anwendung der erlernten Fertigkeiten in ständig wechselnden Situationen. Die stetige Auseinandersetzung mit der Vielfalt der Gegebenheiten, führt zur Vielseitigkeit.
- Von grosser Bedeutung sind das Einfühlungsvermögen (Fingerspitzengefühl) und die Fähigkeit, sich in die «Welt» der Skischüler hineindenken zu können.
- Wenn es sinnvoll und möglich ist, soll man auf die Interessen der Skischüler eingehen. Eigene Wahrnehmung und praktisches Erleben bilden die Grundlagen, die den Skischüler selbständig werden lassen.

Was erwartet der Skischüler vom Skilehrer?

- Die Kenntnis der technischen Fertigkeiten und der Grundsätze der Unterrichtslehre.
- Einen, bezüglich Zeit, Stoff, Organisation, Mittel und Wahl des Geländes, sorgfältig vorbereiteten Unterricht.
- Der Skilehrer soll in seinem Auftreten und Verhalten fröhlich, begeisterungsfähig, bestimmt, korrekt und sicher sein; den richtigen Ton finden und auf Schülerinteressen eingehen.
- Er soll einfach, kurz und klar erklären und sich dabei auf das Allernotwendigste beschränken.
- Das Vorzeigen des Bewegungsablaufs: Anschaulich, langsam, konzentriert und akzentuiert. Dabei soll er darauf achten, dass die Skischüler den Ablauf gut sehen können. Wenn nötig, in beiden Richtungen vorzeigen.
- Eine laufende, gute Beobachtung, sie bildet die Grundlage zur Hilfe bei Lernschwierigkeiten.
- Die Korrektur soll positiv, nie verletzend, immer ermunternd sein, nicht während der Fahrt erfolgen und sich auf den Hauptfehler beschränken.
- Der Skilehrer soll im *Kinderunterricht* das Spielhafte betonen, auf rasches Erlernen von ganzheitlichen Bewegungsabläufen achten und den Nachahmungstrieb anregen.
- Im Unterricht mit *Jugendlichen* soll dem natürlichen Leistungsstreben entsprochen werden. Mit einfachen, sportlichen Wettkampf- formen zum systematischen Lernprozess überleiten. Die Motivation ist ausschlaggebend für den Lernerfolg.
- Bei *Erwachsenen* soll die geistige Mitarbeit angeregt werden. Sorgfältiger Aufbau, präzises Erklären, Vorzeigen sowie gute Korrekturübungen führen zum Ziel.