

Fach:	Sport
Bewegungsfeld:	Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten
Bewegungsfeldgruppe	A
Kursart:	Ergänzungsfach
Kursnummer:	
Wochenstundenzahl:	2
Jahrgangsstufe:	13
Kursthema:	Ski alpin
Kurslehrer/in:	

Leitidee:

Die Schülerinnen und Schüler setzen sich mit dem besonderen Spannungsfeld Ökologie – Ökonomie bei der Sportart Skifahren auseinander. Sie erarbeiten Leitlinien für angemessenes Verhalten beim Betreiben einer Natursportart in sensibler Umgebung. Zusätzlich erlernen bzw. verbessern sie ihre Grundfertigkeiten im alpinen Skilaufen und verbessern in der Vorbereitung ihre spezielle Fitness für die Schulskiwoche.

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler...

- wenden Grundtechniken und Fachsprache im Umgang mit Ski bzw. Snowboard an und bewältigen Strecken situativ angemessen.
- setzen sich angemessene und aufgabenbezogene Ziele in Bezug auf individuelle körperliche Belastbarkeit und Bewegungsfertigkeit und zeigen adäquate Verhaltensweisen.
- setzen Strategien zur sicheren und aufgabengerechten Problemlösung ein.
- wenden grundlegende sportmotorische Fähigkeiten an und reflektieren diese erfahrungsbasiert.
- 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.

- handeln für sich und andere präventiv: Gefahren antizipierend, Regeln beachtend und respektvoll gegenüber der Natur.

Inhalte:

- Information über ökonomische Zwänge in der Alpenregion und über ökologische Probleme im Zusammenhang mit dem Wintertourismus
- Erarbeitung von Lösungsmöglichkeiten
- Referat im Halbjahresverlauf
- Fitnesstraining zur Vorbereitung auf die Skifahrt
- Skikurs in Leistungsgruppen während einer Schulskiwoche

Leistungsbewertung:

Inhaltsbezogene Kompetenzen

- Nachweis sportmotorischer Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination) zur Bewältigung der zu erwartenden Bewegungsaufgaben und Handlungssituationen; Leistungsüberprüfung im Fitnesstraining in der Vorbereitung auf die Schulskiwoche
- Demonstration technischer Fertigkeiten in vorgegebenen Situationen (Fahren in flacherem Gelände sowie Fahren am Steilhang).

Prozessbezogene Kompetenzen

- Angemessene Zielsetzung in Bezug auf Risiken und daraus folgende adäquate Verhaltensweisen
- Analysieren von Grundtechniken anhand erarbeiteter Kriterien hinsichtlich Funktionalität und Bewegungsqualität.
- Übernahme von Verantwortung für sich und andere im Lern- und Übungsprozess

Unterrichtsmaterial:

- Skilehrerunterlagen vom DSV
- Schneesportleiterunterlagen vom IQSH (Institut für Qualitätsentwicklung an Schulen in Schleswig Holstein)

Bemerkungen:

- Der Kurs ist für Anfänger/innen und Fortgeschrittene offen! Eine körperliche Grundfitness ist für den Kurs Voraussetzung!
- Für eine 8-tägige Skifahrt ist inklusive Fahrt, Transfer vor Ort, Unterkunft, Verpflegung, Skipass und Leihhausrüstung mit Kosten in Höhe von ca. 500 - 600,-€ zu rechnen. Es kann nun natürlich sein, dass es jetzt etwas teurer wird. Darüber würden wir Euch/Sie natürlich rechtzeitig informieren. Da die Teilnahme an diesem Kurs mit Kosten verbunden ist, müssen die Eltern die Kurswahl schriftlich bestätigen.

Liebe Eltern,

wie Sie vielleicht wissen, wird an unserer Schule auch ein Sportkurs Skifahren angeboten. Dieser Kurs steht Anfängern und Fortgeschrittenen gleichermaßen offen. Die Inhalte dieses Sportkurses werden im theoretischen Teil eine Auseinandersetzung der Schüler/innen mit den Themen Ski und Umwelt, Tourismuswirtschaft, Verhalten in der Natur und Theorie des Skilaufs sein. Im praktischen Teil wird es eine Vorbereitung im Bereich spezifischer Fitness und das Erlernen bzw. Verbessern des Skifahrens auf einer Schulskiwoche voraussichtlich im Januar/Februar 2026 geben. Da für die Teilnahme an diesem Sportkurs Kosten entstehen, müssen Sie als Eltern die Wahl dieses Kurses durch ihr Kind genehmigen. Die Kosten für eine 8-tägige Skifahrt inklusive An- und Abreise, Transfers vor Ort, Unterkunft, Verpflegung, Skipass und Leihhausrüstung beträgt ca. 550 - 650,-€. Falls es doch noch mehr kosten sollte, würden wir Sie natürlich rechtzeitig informieren. Sollte sich Ihr Kind für dieses Kursangebot entscheiden, erklären Sie uns bitte Ihr Einverständnis auf dem unten angeführten Abschnitt. Zur Vorbereitung auf die Skifahrt werde ich Sie zuvor noch zu organisatorischen Dingen schriftlich informieren.

Mit freundlichen Grüßen

Die Fachschaft Sport des Aue-Geest-Gymnasiums Harsefeld

✂

Erklärung

Name der Tochter / des Sohnes: _____

Ich bin mit der Teilnahme meiner Tochter / meines Sohnes an dem Sportkurs „Ski alpin“ des Aue-Geest-Gymnasiums Harsefeld und an einer kostenpflichtigen Schulskiwoche einverstanden und werde die anfallenden Kosten übernehmen.

Meine Tochter / mein Sohn ist Anfänger / ist Fortgeschritten und verfügt über ____ Wochen Skierfahrung.
(Nicht zutreffendes bitte Streichen)

_____, den _____
Ort Datum Unterschrift des / der Erziehungsberechtigten