

VIII.12

Fortbewegung

Eine Schulschifahrt durchführen – Vom Organisatorischen bis zum Rahmenprogramm

Dr. Andreas Simon und Sven Herbst



© Imagothand/E+/Getty Images

Eine Schulschifahrt ist für das gesamte Schulleben ein großer Gewinn. Vorbereitung, Planung und Durchführung sind organisatorisch jedoch herausfordernd und bedürfen einer klaren Struktur für Schüler- und Elternschaft sowie für die Lehrkräfte, die daran beteiligt sind. Doch es lohnt sich, denn eine Wintersportfahrt bietet diverse Möglichkeiten, um soziales Lernen und die (Klassen-)Gemeinschaft zu fördern sowie Skifahrtstraditionen an der Schule einzubinden.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufen:	8–13
Dauer:	Vor und während der Ausfahrt
Kompetenzen:	Leistung erfahren; kooperieren und wetteifern; Gemeinschaft erleben
Thematische Bereiche:	Schulschifahrt, Skifahren, Exkursion
Medien:	Vorlagen, Programmanregungen

M 10 FIS Pistenregeln

Skifahren und Snowboarden bergen wie alle Sportarten Risiken. Die FIS-Regeln als Maßstab für sportgerechtes Verhalten von sorgfältigen und verantwortungsbewussten Skifahrern und Snowboardern haben zum Ziel, Unfälle auf Ski- und Snowboard-Abfahrten zu vermeiden. Die FIS-Regeln gelten für alle Ski- oder Snowboard-Fahrenden. Jeder ist verpflichtet, sie zu kennen und einzuhalten. Wer unter Verstoß gegen die Regeln einen Unfall verursacht, kann für die Folgen zivil- und strafrechtlich verantwortlich gemacht werden.

1. Rücksicht auf andere: Jede Person auf der Piste muss sich stets so verhalten, dass sie keine andere Person gefährdet oder schädigt.
2. Beherrschung der Geschwindigkeit und der Fahrweise: Jede Person auf der Piste muss Geschwindigkeit und Fahrweise an ihr Können sowie an Gelände-, Schnee- und Witterungsverhältnisse anpassen.
3. Wahl der Fahrspur: Die von hinten kommende Person muss ihre Fahrspur so wählen, dass sie vor ihr fahrende Pistenteilnehmende nicht gefährdet.
4. Überholen: Überholt werden darf von oben oder unten, von rechts oder links, aber immer nur mit einem Abstand, der der überholten Person für alle ihre Bewegungen Raum lässt.
5. Pflichten der unteren und querenden Pistenteilnehmenden: Jede Person, die in eine Abfahrtsstrecke einfahren oder ein Pistengelände queren (traversieren) will, muss sich zuvor nach oben und unten vergewissern, dass sie dies ohne Gefahr für sich und andere tun kann. Dasselbe gilt nach jedem Halt.
6. Verweilen auf der Abfahrtsstrecke: Jede Person auf der Piste muss vermeiden, sich ohne Not an engen oder unübersichtlichen Stellen einer Abfahrtsstrecke aufzuhalten. Eine gestürzte Person muss eine solche Stelle möglichst schnell wieder frei machen.
7. Auf-/Abstieg: Eine Person, die aufsteigt oder zu Fuß absteigt, muss den Rand der Abfahrt benutzen.
8. Beachten der Zeichen: Jede Person auf der Piste muss die Zeichen (Markierungen und Hinweisschilder) auf den Abfahrtsstrecken beachten.
9. Verhalten bei Unfällen: Bei Unfällen ist jede Person zur Hilfeleistung verpflichtet.
10. Ausweispflicht bei Unfällen: Jede Person, ob als Zeuge oder beteiligt, ob verantwortlich oder nicht, muss bei einem Unfall ihre Personalien angeben.

Helmpflicht: Das Tragen eines Helms ist Pflicht.

Ich habe die Regeln verstanden und werde mich daran halten:

Unterschrift Schülerin/Schüler

Ich bestätige, die Regeln mit meiner Tochter / meinem Sohn besprochen zu haben:

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r

Bingo

M 14


Bingo hat, wer zuerst 4 Kärtchen (waagrecht/senkrecht) abhaken kann.



Frage vor allem Mitschülerinnen und -schüler, die du noch nicht so gut kennst. Es darf keine Person zweimal befragt werden.



Trage die Namen der Personen ein. Diese müssen später deine Ergebnisse bestätigen.

Aufgabe: Finde jemanden, der/die ...

... mehr als ein Buch zum Lesen dabei hat. Name: _____	... Gitarre spielen kann. Name: _____	... schon mal in einem anderen Land Ski gefahren ist. Name: _____	... keine Schokolade mag. Name: _____
... dessen Lieblingsgericht Pizza ist. Name: _____	... ein Haustier hat. Name: _____	... ein außergewöhnliches Hobby hat. Name: _____	... zwei Sprachen fließend spricht. Name: _____
... einen eigenen Skihelm hat. Name: _____	... scharfes Essen mag. Name: _____	... dieselbe Schuhgröße wie du hat. Name: _____	... mehr als zwei Geschwister hat. Name: _____
... in den Sommerferien Geburtstag hat. Name: _____	... gern früh (vor 6:00) aufsteht. Name: _____	... dessen Lieblingsfach Mathe ist. Name: _____	... der/die Linkshänder/in ist. Name: _____
... einen Lieblingsfilm aus den 80ern/90ern hat. Name: _____	... die Zunge rollen kann. Name: _____	... schon mal einen 10-Kilometer-Lauf absolviert hat. Name: _____	... schon mal in einem Land mit A war. Name: _____

Warm-Up-Games

M 16

Switch – Boing – Pauh

Beschreibung:

Die SuS gehen in Gruppen zusammen und bilden jeweils einen Kreis. Ein Gruppenmitglied beginnt mit einer „Switch“-Bewegung (z. B. Hüftkreisen) und gibt sie symbolisch mit den Händen an die nebenstehende Person nach rechts weiter. Die Person macht die Switch-Bewegung zunächst nach und reicht sie ebenfalls weiter. Dies geschieht so lange, bis eine Person den Ablauf mit dem Ausspruch „Boing“ stoppt und die Bewegung in die andere Richtung schickt. ertönt ein erneutes „Boing“, wechselt die Richtung wieder usw.



Hinweise:

- Die Switch-Bewegung kann kreativ gestaltet werden.
- Das Ganze soll möglichst schnell ablaufen.
- Funktioniert der Ablauf, wird das „Pauh“ hinzugefügt: Mit „Pauh“ wird die Bewegung kreuz und quer im Kreis herumgeschickt, d. h. derjenige, der „Pauh“ ausgesprochen hat, zeigt auf eine andere Person. Diese empfängt die „Switch“-Bewegung und darf die neue Richtung vorgeben.
- „Pauh“ darf maximal dreimal hintereinander verwendet werden.



Variation: Man darf der „Switch“-Bewegung durch Ducken oder Hochspringen ausweichen. Dann muss schnell die nächste nebenstehende Person reagieren.

Ein Denkmal bauen

Beschreibung:

Die SuS bilden Gruppen (jeweils bis zu 8 Personen) und sollen eine Situation in einem Standbild nachstellen. Beispiele: In der Oper, am Bahnsteig, Handymanie, eine Teamsportart, auf Schnäppchenjagd, Putzkolonne.

Bodyguard

Beschreibung:

Die SuS gehen jeweils zu viert zusammen. Drei SuS fassen sich an den Händen und bilden ein Dreieck. Innerhalb der Gruppe werden eine VIP und zwei Bodyguards bestimmt. Eine weitere Person steht außerhalb des Dreiecks. Deren Ziel ist es, die VIP zu ticken. Ziel der Bodyguards ist es, sich so geschickt zu bewegen, dass die außenstehende Person keine Möglichkeit hat, an die VIP heranzukommen. Beim erfolgreichen Ticken wechseln die Rollen.



Variation: Die Gruppengröße auf vier Personen erhöhen.

Schneeskulpturen-Challenge

M 21



Hinweise: Anhand der Ü-Ei-Nummern werden Kleingruppen gebildet. Je nach Gesamtgruppengröße sollten bis zu 7 Personen in einer Gruppe sein. Da die SuS die Ü-Eier zu Beginn der Fahrt ziehen, erfolgt die Zuteilung der Gruppen zufällig und kann anhand der Nummern beliebig variieren.



Vorgaben für den Bau der Schneeskulpturen:

- Zeitvorgabe: 1 Stunde
- Die Skulptur muss am Ende ohne Hilfe stehen können.

Es erfolgt eine Begutachtung und Bewertung durch die Lehrkräfte mit einer Siegerehrung am Abend.



Andreas Simon, © RAABE

Zimmer-Olympiade

M 22



Hinweise: Die Zimmer-Olympiade ist ein Wettbewerb, der über den gesamten Zeitraum der Fahrt absolviert wird. Bei der täglichen abendlichen Zimmerkontrolle werden die unten aufgeführten Kategorien bewertet und am Ende des Aufenthalts die *Superior Deluxe Suite* gekürt. Die Zimmerkontrolle zur Nachtruhe wird somit zu einer Challenge für die SuS, die diese in die Pflicht nimmt, Verantwortung für das Zusammenleben in ihrem Zimmer zu übernehmen.

Bewertungskriterien:

- Ordnung: Kleidung im Schrank, keine herumliegenden Dinge, aufgeräumte Koffer.
- Sauberkeit: Gefegter Boden, entsorgter Müll, sauberes Waschbecken/Bad.
- Betten: Ordentlich gemachte Betten, kein Dreck/Müll auf den Betten.
- Pünktlichkeit: Einhalten von Treffpunkten oder zum Essen sowie der Zimmer- und Nachtruhe.
- Luftqualität: Gute Durchlüftung des Zimmers, dreckige Kleidung hygienisch verstaut.

Hinweise zur Handhabung der Tabelle:

- Punktevergabe von 0 Punkten (nichts erfüllt) bis zu 3 Punkten (hervorragend erfüllt).
- Jedes Kästchen steht für einen Tag, d. h. pro Kategorie sind 6 Tage angegeben.

Die Skiweihe

M 25



Hinweise: Die Skiweihe gilt bei Skifahrerinnen und Skifahrern als traditioneller Brauch zum Abschluss einer Skifahrt. Die Anfängerinnen und Anfänger werden im Rahmen der Skiweihe symbolisch getauft und damit in den Kreis der Skifahrenden aufgenommen.

Traditionell besteht die Skiweihe aus drei Abschnitten: Skitaufe, Urkundenübergabe, feierlicher Abschluss. (Die Skitaufe organisiert ihr, die Urkunden übergeben wir Lehrkräfte und die Abschlussfeier findet am letzten Abend statt.)

Aufgabe (für ein paar von euch, die beim Skifahren ein fortgeschrittenes Level haben):

Organisiert die Skitaufe. Informiert euch ggf. online, welche traditionellen Elemente dabei eingebunden werden, z. B. das Zitieren eines Reims zu Ehren der entsprechenden Person (mit Namen) oder ein selbst formuliertes Skifahrtgesetz, das von allen nachgesprochen werden muss.

Beachtet folgende Punkte:

- Kennt ihr alle Namen der zu ehrenden Personen? Achtet auf eine persönliche Ansprache.
- Überlegt euch eine passende Würdigung (Gedicht, Gesetz, Lobgesang usw.).
- Die Skitaufe darf für die entsprechende Person nicht unangenehm sein – geht sensibel und respektvoll damit um! Ihr könnt auch mehrere Personen gleichzeitig taufen.
- Überlegt euch, an welchem Ort in der Nähe der Unterkunft ihr die Taufe machen möchtet. Schaut euch die Umgebung zuvor genau an.
- Informiert die Mitschülerinnen und -schüler, in welcher Kleidung sie wann und wo erscheinen sollen.
- Benötigt ihr zusätzliches Material, z. B. (Wasser-)Behälter, Skiausrüstung, Verkleidung usw.? Gebt uns Bescheid.



© RAABE