

Unterstützung (Hilfsmittel / Hilfestellungen) bei Schülerinnen und Schülern mit besonderem Förderbedarf

Grundsatz:

- Der Einsatz von Hilfsmitteln und Hilfestellungen richtet sich nach den individuellen Bedürfnissen der Schülerinnen und Schüler mit besonderem Förder- und Unterstützungsbedarf. (Wahrnehmungs- und Bewegungseinschränkungen, Sinnesbeeinträchtigungen, Geistige- und psychische Beeinträchtigungen, hoher Angstfaktor...)
- Die Hilfsmittel sollten nur zeitlich begrenzt eingesetzt und langsam wieder abgebaut werden. (Prinzip der abnehmenden Hilfe)
- Es sollen nur so viel wie nötig aber so wenig wie möglich Hilfsmittel und Hilfestellungen verwendet werden um den Schülerinnen und Schülern ein eigenständiges, sicheres Bewegen auf den Schneesportgeräten zu ermöglichen.

Basics: (schon bei der Skivorbereitung in der Sporthalle spielerisch üben)

- Schuhe/Ski anziehen
- Ski tragen
- Fallen – Aufstehen
- Gleiten auf Teppichfliesen und Verschiedenen Rollgeräten



Geländewahl:

- Beginn in der Ebene
- leichtes Gefälle mit Gegenhang



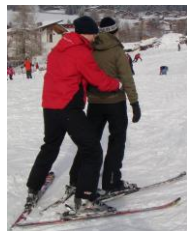
Aufwärmphase:

- in spielerischer Form (Kreislauf anregen / kleine Spiele im Schnee)
- Funktionelle Skigymnastik (– ohne Ski)
- Funktionelle Skigymnastik mit Ski (ohne Stöcke) Vorlage, Rücklage, Mittellage, Seitkippen, Körperstellungen, Skistellungen,
- Fallen – Aufstehen üben

Spiel- und Übungsformen in der Ebene bzw. im leichten Gefälle:

Spüren der Skikante beim:

- Schieben des Partners
- Ziehen des Partners (mit Handfassung/Skistöcken)
- Schaumstoffwürfel als Hilfsmittel (zwischen den Knien)
- Teppich als Aufstiegshilfe

Individuelle Hilfen beim Erlernen des Treppen- Grätenschritts:Vorbereitung des Liftfahrens in der Ebene:

Skistock oder Liftbügel zwischen die Beine bzw. hinter Gesäß nehmen

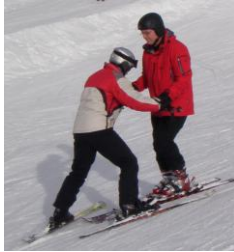
- Partner zieht (Ruck spüren und ausgleichen)
- In 3er Gruppe abwechselnd ziehen

Hilfestellung beim Skiliftfahren:

- mit Partner im „Reißverschluss-Prinzip“ liften (Teller- Ankerlift)

Personenorientierte Hilfe bei ängstlichen Schülern:

- rückwärts Führen des Partners in Pflugstellung
-mit Handfassung.....mit Hüftfassung.....mit Quer-Stockfassung



- ohne taktile Hilfen – in kurzem Abstand rückwärts vorfahren

Gerätehilfen im Einsatz:

Skitrainer:



Varioband: (an Hüfte / an Unterschenkel befestigt):



Ski-Stangen:



Weitere Gerätehilfsmittel:

Ski-Stangen:



Skispitzen-Verbinder:



Twin-Blades:



Lang-Kurz Ski: (rechter Fuß langer Ski – linker Fuß kurzer Ski ...oder andersherum)

Visuelle Hilfen

- Schattenfahren (Partner fährt als „Skilehrer“ vorweg)
- Hütchen als Orientierungshilfen benutzen
- Rote/blau Markierungen (Bänder) an den Händen



Weitere Impulse und Anregungen zur Motivationsförderung von Schülerinnen und Schülern mit hohem Bewegungspotential:

Kunststücke ausprobieren – Teilnehmer denken sich für einen Pistenabschnitt ein „Kunststück“ aus, das von allen nachgefahren werden soll

- Ganzkörperdrehungen
- Rückwärtsfahren
- Einbeinfahren
-

Partner-Kunststücke ausprobieren

- Walzer-Tanz
- In Handfassung durch Kurve ziehen
- Synchronfahren
- rhythmisiertes Fahren nach Musik
- Einsatz von Ski-Segeln



Trotz Handicap – mit viel Spaß dabei !!

