

# Methodik und Motorik



Fachsportlehrerausbildung  
Fakultät für Sport- und Gesundheitswissenschaften  
Technische Universität München



## Methodik

Die Schwerpunkte müssen zur erfolgreichen Absolvierung des Levels mindestens zu 45 % erfüllt sein

### Level 1

- Sicherheit zu 100 % muss für alle Beteiligten und Unbeteiligten gewährleistet sein.
- SK/Motivation: authentisches, aufmerksam, freundliches und gerechtes Lehrerverhalten.
- Demonstration: auf Schülerniveau, entspricht den Ansagen.
- Organisation: unterschiedliche Organisationsformen werden sicher, variabel und sinnvoll eingesetzt.
- Struktur: methodische Grundsätze und die Unterrichtsarten BASIS und PLUS werden inhaltlich und qualitativ erkennbar, logisch sinnvoll bzw. nachvollziehbar verwendet.

### Level 2

- Sicherheit zu 100 %
  - SK/Motivation
  - Demonstration
  - Aufgaben
- sind abwechslungsreich und schülergerecht. Sie werden sinnvoll und passend zum Thema durchgeführt.
- Organisation
  - Thema: jegliches Vorgehen bezieht sich erkennbar auf das gestellte Thema inklusive Lernziel. BASIS und PLUS-Aufgaben werden entsprechend der quantitativen Vorgaben verwendet.
  - Struktur
  - Erarbeiten
- wird als Thema qualitativ erkennbar durchgeführt.

### Level 3

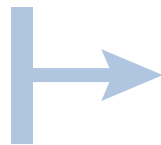
- Sicherheit zu 100 %
  - SK/Motivation
  - Demonstration
  - Aufgaben
  - Organisation
  - Vermittlung: schülergerechte Fachsprache, kurz, knapp, präzise, eindeutig, freundliche Mimik und Gestik
  - Thema
  - Struktur
  - Schüler-Niveau: Schüler werden nicht unter-, oder überfordert. Anforderung der Aufgaben passt zum Schülerniveau
  - Erarbeiten
  - Verbessern
- wird als Thema qualitativ erkennbar durchgeführt.
- Situation
- alle wesentlichen vorherrschenden Faktoren werden berücksichtigt

### Staatliche Prüfung

- Sicherheit zu 100 %
  - SK/Motivation
  - Demonstration
  - Aufgaben
  - Organisation
  - Vermittlung
  - Thema
  - Struktur
  - Schüler-Niveau
  - Erarbeiten
  - Verbessern
  - Ausbilden
- wird durch entsprechende Inszenierung von BASIS und PLUS-Aufgaben und der „Meta-Ebene“ (= Ausbilden mit Profi-Tipps) qualitativ erkennbar durchgeführt
- Situation

### Benotung

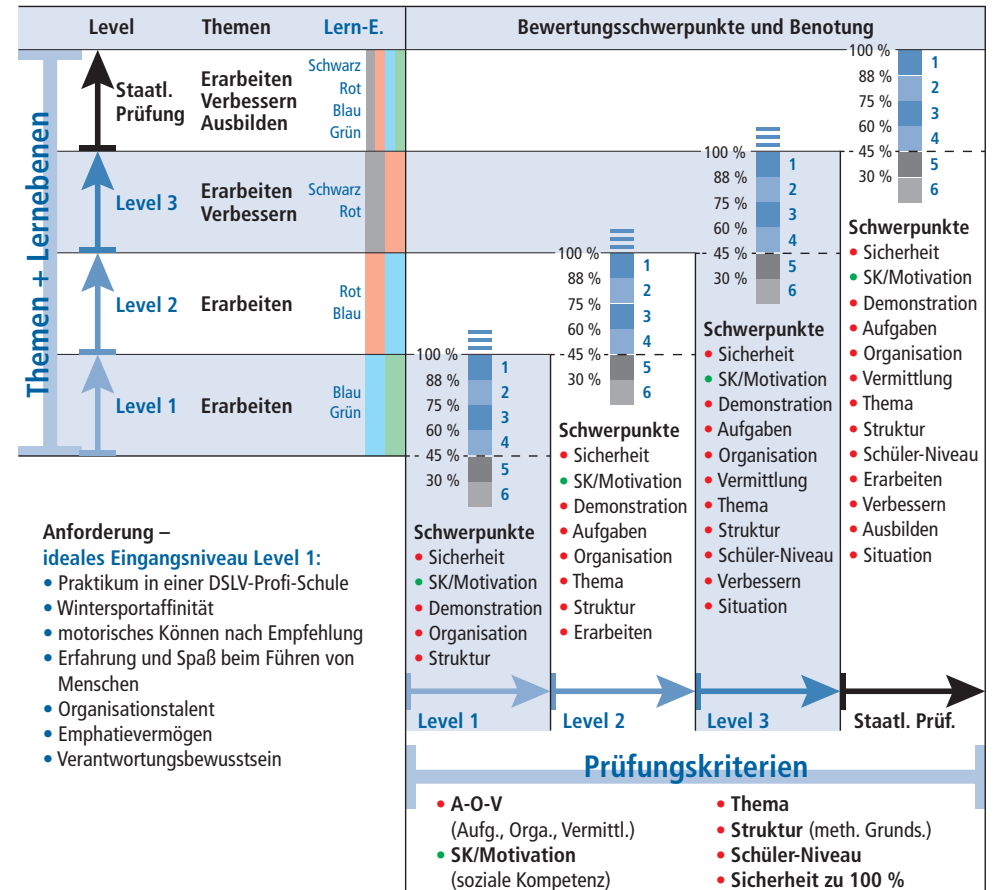
- Erfüllung der jeweiligen Schwerpunkte zu
- über 88 % = Note 1
  - über 75 % = Note 2
  - über 60 % = Note 3
  - über 45 % = Note 4
  - über 30 % = Note 5
  - unter 30 % = Note 6



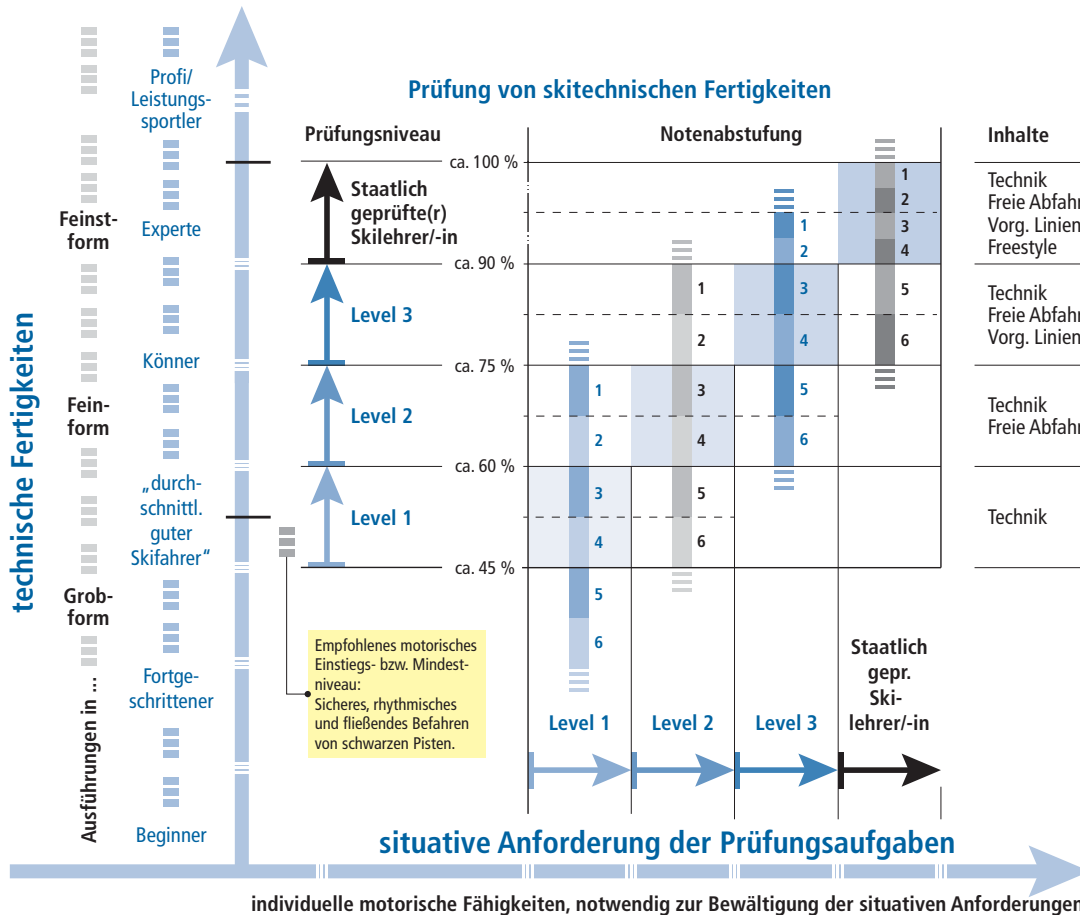
### Schwerpunkte

Die Note jedes Schwerpunkts (•) muss zum Bestehen mindestens mit der Note „ausreichend“ benotet werden. Der Schwerpunkt SK/Motivation (•) stellt auf Grund der subjektiven Wahrnehmung für die Bewertung eine Ausnahme dar und wirkt sich nur in der Notenberechnung aus. Die Gesamtnote ist die Durchschnittsnote aller Schwerpunkte und muss zum Bestehen mindestens mit der Note „ausreichend“ bewertet werden.

## Methodik: Niveau, Anforderung und Bewertung



# Ski Alpin – Motorik: Niveau, Anforderung und Bewertung



Prüfungsniveau	ca. 100 %	ca. 90 %	ca. 75 %	ca. 60 %	ca. 45 %
Staatlich geprüfte(r) Skilehrer/-in	1	2	3	4	5
Level 3	1	2	3	4	5
Level 2	1	2	3	4	5
Level 1	1	2	3	4	5
Empfohlenes motorisches Einstiegs- bzw. Mindestniveau: Sicheres, rhythmisches und fließendes Befahren von schwarzen Pisten.	1	2	3	4	5
Staatlich gepr. Skilehrer/-in	1	2	3	4	5

Inhalte	Anforderung – Technik	Anforderung – Gelände
Technik Freie Abfahrt Vorg. Linien Freestyle	<b>Technik in Feinstform mit variabler und situativer Anpassung.</b> <b>Souveränes Beherrschen</b> aller situativen Anforderungen.	Jedes Gelände und alle Pisten. Park, Geländeformen, freies Gelände, Riesentorlauf (EU-Test konform).
Technik Freie Abfahrt Vorg. Linien	<b>Technik in angehender Feinstform mit situativer Anpassung.</b> <b>Souveränes, rhythmisches, fließendes, variables und sportliches</b> Befahren der situativen Anforderungen.	Rote und schwarze Pisten, hart. Schwarze Pisten, unpräpariert. Freies Gelände bzw. freie Variantenabfahrten, Fahren nach vorgegebenen Linien.
Technik Freie Abfahrt	<b>Technik in Feinform.</b> Sicheres, rhythmisches, fließendes und <b>variables</b> Befahren der situativen Anforderungen.	Rote und schwarze Pisten, griffig. Schwarze Pisten, unpräpariert. Gesichertes Gelände bzw. gesicherte Variantenabfahrten.
Technik	<b>Technik in angehender Feinform.</b> <b>Sicheres, rhythmisches und fließendes</b> Befahren der situativen Anforderungen.	Blaue und rote Pisten, griffig.
	<b>Anforderung – Aufgabenstellung</b> Level 1: 4 Poolaufgaben, siehe DSLV Wiki Level 2 und 3: freie Aufgabenstellung, s. DSLV Wiki Staatliche Prüf.: freie Aufgabenstellung, s. DSLV Wiki	<b>Anforderung – Korridorbreiten</b> Level 1 und 2: S3, S5, M13 Level 3: S3, S5, M8, M13 Staatliche Prüf.: alle bzw. freie Auswahl

- Note 1:** Sehr gute Aufgabenlösung in Bezug zum jeweiligen Level. Das erfolgreiche Absolvieren des nächsten Levels ist bei aktuellem Leistungsstand sehr wahrscheinlich.
- Note 2:** Gute Aufgabenlösung in Bezug zum jeweiligen Level. Das erfolgreiche Absolvieren des nächsten Levels ist bei gesteigertem (Eigen-)Training sehr wahrscheinlich.
- Note 3:** Befriedigende Aufgabenlösung in Bezug zum jeweiligen Level. Das erfolgreiche Absolvieren des nächsten Levels ist bei gesteigertem (Eigen-)Training möglich. Spezifische Trainingslehrgänge werden empfohlen.
- Note 4:** Ausreichende Aufgabenlösung in Bezug zum jeweiligen Level. Das erfolgreiche Absolvieren des nächsten Levels ist nur bei stark gesteigertem (Eigen-)Training wahrscheinlich. Spezifische Trainingslehrgänge werden empfohlen.
- Note 5:** Mangelhafte Aufgabenlösung in Bezug zum jeweiligen Level. Um den aktuell angestrebten Level zu erreichen ist gesteigertes Training unter Anleitung notwendig. Spezifische Trainingslehrgänge werden unbedingt empfohlen.
- Note 6:** Ungenügende Aufgabenlösung in Bezug zum jeweiligen Level. Um den aktuell angestrebten Level zu erreichen ist stark gesteigertes Training unter Anleitung notwendig. Spezifische Trainingslehrgänge werden unbedingt empfohlen.

### Motorische Fähigkeiten

Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft, Beweglichkeit, Koordination  
**Koordinative Fähigkeiten:**  
Differenzierungsfähigkeit  
Reaktionsfähigkeit  
Kopplungsfähigkeit  
Orientierungsfähigkeit  
Gleichgewichtsfähigkeit  
Umstellungsfähigkeit  
Rhythmisierungsfähigkeit

Fähigkeiten gelten, pauschal ausgedrückt, als Voraussetzung für Fertigkeiten. Quelle: Meinel/Schnabel

### Technische Fertigkeiten:

- Bewegungen wie Kantbewegungen, Lageveränderungen (= KSP-Bewegungen), Drehbewegungen und die Ausführung der Merkmale für optimales Kurvenfahren.
- Skitechnische Aktionen wie Schlittschuhschritte, Seittrutschen, Kurzschwung, Renntechnik, Steilhangfahren, Carven, Buckelpiste, Riesentorlauf, Freeride, Freestyle, usw.

### Fertigkeitsstufen:

- **Grobform**  
Grobkoordination: die Hauptbestandteile der Bewegungen sind verstanden und können zum größten Teil angewendet werden.
- **Feinform**  
Feinkoordination: Im Vergleich zur Grobform kann bei allen Bewegungen durch Gleichgewichtsregulation und Nutzen von verschiedenen Bewegungsspielräumen eine qualitative Verbesserung erzeugt werden.
- **Feinstform**  
Feinstkoordination: Feinform ist automatisiert und kann auch unter wechselnden und erschwerten Bedingungen angewendet werden. Alle Bewegungen sind variabel verfügbar und können situativ angepasst werden.