

## Skikurs-AG



Als Fachschaft Sport freuen wir uns sehr, seit dem Schuljahr 2012/13 eine Skikurs-AG für die 8. Klassen anbieten zu können. Es geht in dieser AG natürlich nicht nur um das individuelle Erlernen bestimmter Techniken des Skisports, vielmehr soll das Skifahren Bestandteil eines Gruppen-, Natur- und Bewegungserlebnisses sein. Gemeinsame Aktivitäten, und Erlebnisse stärken das Gruppengefühl und schaffen ganz automatisch Kontexte sozialen Lernens (in vielen „pädagogischen“ Angeboten müssen diese Kontexte erst „künstlich“ geschaffen werden). Weiterhin hat das Angebot in vieler Hinsicht persönlichkeitsbildende Aspekte (Soft Skills), die sich positiv auf die individuelle Entwicklung der Schülerinnen und Schüler auswirken können.

Die AG besteht aus **zwei Teilen**:

Teil 1 ist der **Vorbereitungsteil**: Für das Skifahren ist trotz der modernen Skiausrüstung eine gute Ausdauer erforderlich. Bereits die Höhenlage, in der man Ski fährt, erfordert schon eine gute Herz-Kreislauf-Leistung. Dazu kommt die andauernde Anstrengung eines langen Skitages. Ohne entsprechende Vorbereitung kommt man schnell an das Belastungslimit und frühe Ermüdung mindert den Lernerfolg erheblich. Die sportliche Vorbereitung findet deshalb als wöchentliche Veranstaltung im Zeitraum Oktober bis Januar statt und ist eine Mischung aus skispezifischen Fitnessprogrammen für Kondition, Koordination und Beweglichkeit verknüpft mit Gleichgewichts- und Geschicklichkeitsübungen. Gleichzeitig bieten die spaßorientierten Spielformen Gelegenheit, ein Gruppengefühl zu entwickeln und Vorfreude auf die gemeinsame AG-Fahrt zu wecken.

Im Januar wird dann die körperliche Vorbereitung mit einen „Theorieblock“ zum Thema Umwelt und Sicherheitsbewusstsein ergänzt.

Teil 2 ist die **AG-Fahrt**: Für diejenigen, die ab Oktober regelmäßig den Vorbereitungsteil (siehe oben) mitgemacht haben besteht die Möglichkeit, an der AG-Fahrt nach St. Jakob (im Defereggental) in Österreich dabei zu sein. Die Fahrt findet

immer statt in der letzten Schulwoche vor den Halbjahreszeugnissen im Januar / Februar und wird begleitet von Herrn Sengutta (Leiter der AG) und zwei weiteren Sportlehrkräften.

Tagsüber findet in einem Anfänger-, Fortgeschritten- und einem „Profikurs“ Skiunterricht mit den begleitenden Lehrern statt. Die Abende werden gemeinsam mit vielen bunten Aktivitäten gestaltet.

### **Anmeldung und Auswahlverfahren:**

Alle 8. Klassen werden immer kurz nach den Sommerferien über eine Anmeldung für die AG informiert.

Da in den vergangenen Jahren die Anmeldezahlen unsere maximale Auslastung von 33 Schülerinnen und Schülern (Festlegung der Schulkonferenz 2012) weit überstiegen hat, war jeweils ein Auswahlverfahren notwendig in dem die Mitfahrer festgelegt wurden. In diesem Auswahlverfahren wird wie folgt vorgegangen:

1. Gespräche mit ehemaligen und aktuellen Klassenlehrer/innen über grundsätzliche Eignung der Angemeldeten.
2. Möglichst gleichmäßige Verteilung der Klassen in drei möglichst gleich große Skigruppen.
3. Losverfahren falls notwendig

Das Ergebnis sowie das Losverfahren findet in der Woche vor den Herbstferien statt. Der Vorbereitungsteil beginnt in der ersten Woche nach diesen Ferien.

Fragen zum Skikurs beantwortet Herr Sengutta ([r.sengutta@cfvw-gymnasium.info](mailto:r.sengutta@cfvw-gymnasium.info))