



WORKSHOP 2019
DWDS Summit Oberstdorf



Deutscher
Skilehrerverband





„Beweg dich schlau! soll keine Anleitung für ein besseres Leben sein, sondern eine Hilfestellung und Motivation für Kinder und Jugendliche, sich zu bewegen und gleichzeitig das Gehirn weiter zu entwickeln. Es soll Spaß machen und Freude an der Bewegung bringen.“

Felix Neureuther - fit und clever Skifahren

Das Thema Kinderunterricht spielt in den meisten Skischulen die größte Rolle und unsere Schneesport-Philosophie bietet den idealen Rahmen für einen erfolgreichen und erlebnisorientierten Kinderskiunterricht. Mit der Ergänzung des Konzepts um die Initiative *Beweg dich schlau!* mit Felix Neureuther setzen wir ein Zeichen für die Bedeutung von Bewegung, besonders im Kindesalter“

Norbert Haslach - Skifahren lernen und erleben

Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther und kids on snow

DSLAV Profi-Skischulen integrieren das Bewegungskonzept „Beweg dich schlau!“ für einen erlebnisreichen Kinderskiunterricht.

Einmaliges Trainingsangebot zur Förderung der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit



Das Thema Kinderskiunterricht spielt in den meisten Profi-Skischulen die größte Rolle und dafür lohnt es sich besonders, unser tägliches Engagement und wertvolle Arbeit in jeder Profi-Skischule weiter zu entwickeln.

Kurze ZUSAMMENFASSUNG!

Felix Neureuther möchte zusammen mit dem DSLV und den Skilehrern Kinder dazu anregen, wieder mehr Sport zu treiben und auch im Winter raus zugehen.

Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther fügt sich nahtlos in die bekannte DSLV-Unterrichtsphilosophie ein. Es ist kein eigenständiges Kurskonzept.

Durch eine Bewegung oder eine körperliche Aktivität steigt die Hirndurchblutung, somit steigt die Leistungsfähigkeit des Gehirns. Dadurch können Denkprozesse (kognitive Informationsverarbeitung) schneller ablaufen, Zusammenhänge schneller erkannt werden.

Ziel ist es, die koordinativen und kognitiven Fähigkeiten im Skikurs und über den Skikurs hinaus damit zu verbessern.

Koppeln

„Fingerspiele“

Eine Hand: Faust + Daumen hoch;
andere Hand: offen + Daumen runter; im
Kurvenwechsel wechseln

Variation:

- * Kurven zunehmend verkleinern und Rhythmus erhöhen
- * Kurvenäußere Hand reibt den Bauch, kurveninnere Hand klopft auf den Kopf

Begründung:

Teilkörperbewegungen unabhängig voneinander koordinieren – schult die Kopplungsfähigkeit

Tipps + Tricks:

- Im Lift ausprobieren lassen
- Hartnäckig bleiben – größere Kurven erleichtern die Aufgaben
- Beim Schussfahren in LE Grün bereits möglich



Beweg dich schlau mit Felix Neureuther

PARCOURS



Felix
NEUREUTHER

Beweg dich schlau!
Bewegung ist ein in der Fahrt einwilliges
Trainings- und Bewegungs-
angebot, das anhand von
spielerischen Übungen Kopf
und Körper gleichzeitig akti-
viert. Also macht mit und
bewegt auch schlau!



www.skilehrerverband.de www.bewegdichschlau.com

Beweg dich schlau mit Felix Neureuther

STATION

JONGLIEREN



BALLSTÖCKE-DER BESTE FREUND

Während der Fahrt kann es passieren, dass sich der Stock aus dem Mund der Schüler lösen kann. Um dies zu vermeiden, sollten die Schüler die Ballstöcke mit beiden Händen halten.

ZIEL
Die Schüler sollen die Ballstöcke während der Fahrt mit beiden Händen halten.

TIPPS & TRICKS

- Die Schüler sollen die Ballstöcke während der Fahrt mit beiden Händen halten.
- Die Schüler sollen die Ballstöcke während der Fahrt mit beiden Händen halten.
- Die Schüler sollen die Ballstöcke während der Fahrt mit beiden Händen halten.

SCHNEESCHULE BOCK KÖBER

Beweg dich schlau mit Felix Neureuther

STATION

BALANCIEREN



HÜMPELNDER PIRAT

Körpergewicht über mehrere in der Kurve anheben.

VARIATION

- In der Landebahn kann einmal anheben, in der Aufstiegsbahn kann dreimal anheben.
- Über gesamte Kurve hinweg anheben bis fast zum nächsten Stützpunkt.

ZIEL
Schleift die Zitterbewegungsabläufe – der Gleichgewichtssinn ist einig mit dem Zitterbewegungsablauf verbunden.

TIPPS & TRICKS

- Gleichgewichtssinn ist einig mit dem Zitterbewegungsablauf verbunden.
- Bei Unwohlsein sollte in der Gleichgewichtssinn bereits möglich.

SCHNEESPORTSCHULE Nordbayern

Beweg dich schlau mit Felix Neureuther

STATION

FOKUSSIEREN



STÖREN

Störenisoliert 1. Hand über beide Kurven, gibt das Tempo und eine Antriebskraft vor. 2. Hand wird über beide Kurven gehalten, um den Körper zu stabilisieren. 3. Hand wird über beide Kurven gehalten, um den Körper zu stabilisieren.

VARIATION

- 1. Hand über beide Kurven, gibt das Tempo und eine Antriebskraft vor.
- 2. Hand wird über beide Kurven gehalten, um den Körper zu stabilisieren.
- 3. Hand wird über beide Kurven gehalten, um den Körper zu stabilisieren.

ZIEL
Störenisoliert ausblenden und auf die Weisheit der Körperhaltung - stabilisieren.

TIPPS & TRICKS

- Hand für Aufgabenerfüllung stabilisieren.

SCHNEESPORTSCHULE OBERWITTENHALL

Beweg dich schlau mit Felix Neureuther

STATION

KOPPELN



FINGERSPIEL

Die Schüler sollen die Finger während der Fahrt mit beiden Händen halten.

ZIEL
Die Schüler sollen die Finger während der Fahrt mit beiden Händen halten.

TIPPS & TRICKS

- Die Schüler sollen die Finger während der Fahrt mit beiden Händen halten.
- Die Schüler sollen die Finger während der Fahrt mit beiden Händen halten.
- Die Schüler sollen die Finger während der Fahrt mit beiden Händen halten.

SCHNEESPORTSCHULE OBERWITTENHALL

Beweg dich schlau mit Felix Neureuther

STATION

ZÄHLEN



VERWIRRENDES ZÄHLEN

Körpergewicht über mehrere in der Kurve anheben.

VARIATION

- Körpergewicht über mehrere in der Kurve anheben.
- Körpergewicht über mehrere in der Kurve anheben.
- Körpergewicht über mehrere in der Kurve anheben.

ZIEL
Körpergewicht über mehrere in der Kurve anheben.

TIPPS & TRICKS

- Körpergewicht über mehrere in der Kurve anheben.
- Körpergewicht über mehrere in der Kurve anheben.
- Körpergewicht über mehrere in der Kurve anheben.

FREY HASLACH
SCHNEESPORTSCHULE | SKI- & ROLLSCHNEE | EVENTS

D2-003-3_2015-10-01



Die Stationen



1 Ball/Stöcke – Der beste Freund

Fördert die Konzentrationsfähigkeit und schult das periphere Sehvermögen

2 Humpelnder Pirat

Schult die Gleichgewichtsfähigkeit – der Gleichgewichtssinn ist eng mit dem Zentralnervensystem verknüpft

3 Stören

Störfaktoren ausblenden und auf das Wesentliche konzentrieren – Inhibition

4 Fingerspiele

Teilkörperbewegungen unabhängig voneinander koordinieren – schult die Kopplungsfähigkeit

5 Verwirrendes Zählen

Kognitive und motorische Abstimmung mit dem Partner – schult das räumliche Vorstellungsvermögen und die gestige Flexibilität



Der DSLV wird fortlaufend die Unterrichtsinhalte und -hilfen (z.B. weitere Methodik-Karten/Leporello) weiterentwickeln und erstellen.



Die Angebote an Fortbildungen für Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther werden weiter optimiert.



Der DSLV entwickelt einen Parcours zum Konzept Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther.

Der DSLV plant die Erstellung einer APP mit methodischen Inhalten.



Der DSLV organisiert Fotoshootings, sowie Filmprojekte zum Konzept Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther.



Über unsere Agentur TOC wird die Presse fortlaufend über das Konzept informiert.



Der DSLV führt dezentrale Informations-Veranstaltungen in den DSLV Bezirken durch (Bezirksversammlung).

Der DSLV will neue Wege im Bereich Marketing und Kommunikation gehen, z.B. in Form von Community- und Blogger-Projekten im Internet.



Der DSLV kümmert sich um die Darstellung von Qualitätsmerkmalen des Konzepts Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther in der Öffentlichkeit zur Abgrenzung und Unterscheidung gegenüber anderen Unterrichtsmethoden.



WORKSHOP 2019
DWDS Summit Oberstdorf



Deutscher
Skilehrerverband



Management
System
ISO 29990:2010
www.tuv.com
ID 9108620876