Zeitschrift: Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 16 (1959)

Heft: [11]

Artikel: Klarheit auch im Skilehrplan!

Autor: Wolf, Kaspar

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-990669

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Klarheit auch im Skilehrplan!

Diskussionen um die Skitechnik sind so alt wie der Skisport selbst. Nur in der Heftigkeit unterscheiden sie sich von Periode zu Periode. Ging es um besondere technische Entwicklungsschübe, etwa beim Uebergang vom Telemark zum Kristiania in den 20er Jahren, vom Rücklage- zum Vorlagekristiania in den 30er Jahren, vom Rotationsschwung zum Kurzschwingen in diesem Jahrzehnt, dann flammte der Meinungsstreit besonders heftig auf. In der Schweiz hat der Interverband für Skilauf, getreu seiner koordinierenden und wegweisenden Aufgabe, den Gang der skitechnischen Entwicklung in den verschiedenen Ausgaben seiner Skianleitung zeit- und fachgerecht festgehalten, wenn er auch — mit Recht — nicht zeitlich vorausprellte. Er betrachtet es als seine vornehmste Aufgabe, die Skitechnik zu präzisieren, ohne einseitigen oder modischen Entwicklungstendenzen den Vorzug zu geben.
Anders liegt die Situation in der Skimethodik, im Skiunterricht. Hier wäre Präzisierung oder gar Vorschrift auf nationalem Plan deshalb verfehlt, weil Unterricht nur dann sinnvoll ist, wenn er sich den ganz bestimmten Unterrichts-Situationen (Zielsetzung, Lehrer, Schüler, Material, Schnee usw.) individuell anpassen kann. Der Interverband vertritt also mit Recht den Standpunkt der Lehrfreiheit.
Allein, diese hat sich nun doch wieder, wie alles Menschliche, in gewissen Grenzen zu halten, sollen nicht Unvernunft, Fanatismus, Eigenbrötelei oder Willkür Tür und Tor geöffnet werden. Der Interverband glaubt eine methodische Limite hinsichtlich Lehrplan auf der Stufe der Verbände und Ski-Institutionen zu erkennen. Es ist Sache der Verbände, aus dem Katalog aller skitechnischen Möglichkeiten die ihnen gemässe Auswahl und die ihnen gemässe Reihenfolge im Aufbauprogramm zu treffen. Das hindert nicht, dass der einzelne Skilehrer und -leiter innerhalb eines bestimmten Lehrplanes genügend Spielraum zur Entfaltung seiner individuellen Fähigkeiten findet.
Im Vorunterricht haben wir es mit einer Altersklasse zu tun, die im allgemeinen leistungshungrig, bewegungsgewandt und ausserdem neueren Strömungen gegenüber empfänglicher ist als Althergebrachtem. So haben wir uns in den von der ETS durchgeführten Leiterkursen für Skifahren auch immer bemüht, mit der Entwicklung Schritt zu halten.
Die Skitechnik-Diskussion der letzten Jahre drehte sich hauptsächlich um den Kristiania, um Rotations- und Gegenschraubenschwingen, Tief- oder Hochentlastung, um Fersenschub und natürlich Kurzschwingen.
Der heutige Lehrplan des Skilaufes im freiwilligen, turnerisch-sportlichen Vorunterricht setzt sich ein vielseitiges Ziel:

«Ziel der Ausbildung ist die Vermittlung einer rationellen und möglichst vielseitigen Skitechnik, die den Jugendlichen sowohl befähigt, sicher und genussvoll einen sportlichen Skilauf auf Piste und Weichschnee zu pflegen, wie ihm auch solide Grundlagen verschafft, ist für Wettkampftätigkeit (alpin und nordisch) oder Wanderungen und Hochtouren.»

Das ergibt die methodische Notwendigkeit, den jungen Skifahrer vor technischer Einseitigkeit zu bewahren, ihm die verschiedensten Disziplinen und auch Kristianiaformen zu vermitteln.
Unterricht heisst aber wesentlich Aufbau. Es ist folglich eine bestimmte Reihenfolge der Uebungen und Disziplinen festzulegen. Nach einigen Jahren Experimentierens sind wir zum Lehrplan gelangt, wie er auf den folgenden Seiten in weitreichender Detaillierung dargestellt wird.
Viele Ermessensfragen waren zu entscheiden, so das skimethodische Kardinalsproblem, ob der Kristiania entweder allein über den Rotations- oder über den Gegenschraubenschwung einzuführen und aufzubauen sei. Man wird sehen, dass wir weder das eine noch das andere taten, sondern einen kombinierten Aufbau wählten, allerdings mit Schwergewicht auf die Reihe Fersenschub — Gegenschraubenkristiania — Kurzschwingen. Kombinierter Aufbau aus dem einfachen Grund, weil wir damit gute Lehrergebnisse erzielten oder noch zwingender, weil wir uns mit dem sogenannten einseitigen Aufbau dem gesteckten Lehrziel weniger näherten.
Der nachstehende Lehrplan — die methodisch geordnete Aufzählung der «Skidisziplinen» wie Laufen, Fahren, Abrutschen usw. — wurde mit Absicht zu einem eigentlichen Stoffplan ausgeweitet in der Meinung, zuhanden des Leiters alle denkbaren Vorübungen, Korrekturübungen und Aufbaureihen zusammenzustellen. Bestimmt gibt es noch andere, aber irgendwo war eine Grenze zu ziehen. Es versteht sich von selbst, dass namentlich einzelne Uebungen des Laufens und Fahrens in der Praxis erst an die Reihe kommen, wenn die Schüler etwas bremsen und schwingen können — die methodische Einreihung einzelner Uebungen ist folglich aus Uebersichtsgründen nicht immer ganz konsequent. Betont sei ferner, dass es sich um einen Stoffplan der Uebungen handelt, und dass die anderen, ebenso wichtigen Unterrichtselemente, die Gelände-, Schnee- und Tempowahl nicht oder nur flüchtig in die Zusammenstellung einbezogen wurden.
Der Lehrplan im Vorunterrichtsskilauf ist für Heute klar umrissen. Damit hätten wir einen Punkt gesetzt. — Auf wie lange?

Kaspar Wolf