



Foto: Rafi Imhof Video Experience

Dank Geländeformen den Spass am Schneesport entdecken

Seite 2: Die verlorenen 83 Prozent

Wieso Skifahren und Snowboarden den Einsteigerinnen und Einsteigern nur wenig Spass macht – Erkenntnisse einer US-Studie

Seite 3: Erfolgreich Lernen

Die Grundbedürfnisse des Lernens und ihre Auswirkungen auf den Schneesportunterricht mit Einsteigerinnen und Einsteigern

Seite 4: Interview mit einem Sportpsychologen

Dr. Tim Hartmann über den psychologischen Aspekt des Lernens

Seite 6: Geländebasiertes Lernen

Ein Lösungsansatz, um Schneesportlerinnen und Schneesportler zu begeistern

Seite 7: Praktische Anwendungen

Vier Schneeelemente und wie sie in den Unterricht eingebaut werden können

Seite 9: Interview mit Gästen

Veronique und Eline Sinz geben Auskunft über ihre Erfahrungen in geländebasiertem Lernen

Seite 10: Swiss Snow Playground

Praktische Umsetzung geländebasiertem Lernens in der Schweizer Skischule

Seite 11: Interview mit einem Parkgestalter

Stefan von Känel erklärt, wie die Idee von geländebasiertem Lernen in Adelboden umgesetzt wird



«Hi, ich bin Vincent und komme aus Biel. Heute werde ich das erste Mal Ski fahren. Ich bin sehr gespannt, wie es mir gefallen wird, denn meiner Freundin hat es gar nicht gefallen. Sie hat nach dem ersten Tag bereits wieder aufgegeben. Damit es bei mir ein positives Erlebnis wird, habe ich für meinen ersten Tag eine Unterrichtslektion gebucht.»

«Hallo Vincent, ich bin Nadia! Ich freue mich auf einen spannenden Tag mit dir. Lass uns gleich loslegen...»

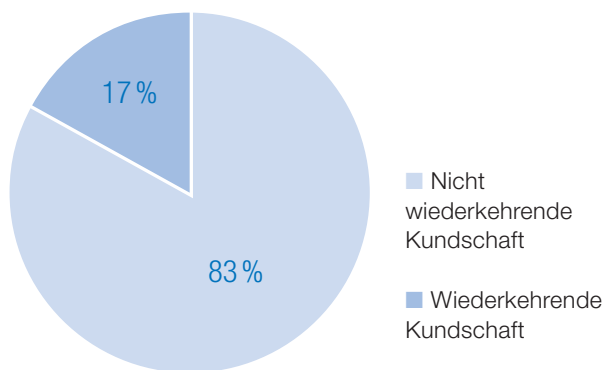


Ausgangslage

Viele Schneessport-Einsteiger haben grosse Erwartungen an ihren ersten Tag auf dem Schnee. Nicht wenige unterschätzen jedoch das Anforderungsniveau und finden sich zunächst in der Fläche wieder.

Dies hat weitreichende Folgen. Laut einer Studie aus den USA werden rund 83 Prozent aller Einsteiger nach dem ersten Versuch kein weiteres Mal auf die Skis oder das Snowboard steigen.

Wiederkehrungsrate der Erstkundschaft im Schneessportunterricht



Generationenwandel

Die Gründe für diese hohe Zahl an Abgängen sind vielfältig und liegen teils in der gesellschaftlichen Entwicklung. Generationenforscher haben Folgendes herausgefunden: Je jünger die Leute sind, desto selbstbestimmter und eigenständiger wollen sie an Neues und Unbekanntes herangehen. Die Generationen Y und Z lassen sich beispielsweise nur ungern von autoritären Personen leiten. Sie bevorzugen es, Sachen einfach mal auszuprobieren und aus den gemachten Fehlern zu lernen, anstatt erst lange zuhören zu müssen.



«Was, nur gerade 17 Prozent der Gäste versuchen sich ein zweites Mal an Skifahren oder Snowboarden? Challenge accepted! Ich gebe alles, damit Vincent nach dem heutigen Tag zum Skifahren zurückkehrt.»

Gaming-Industrie

Doch wie schafft es etwa die Gaming-Industrie, genau diese Generationen über Stunden an den Bildschirmen zu halten? Laut Forschern sind der Adrenalinkick, das Abenteuer und die Herausforderung wichtige Erfolgsbestandteile. Diese Faktoren lösen Freude aus. Lernen soll also Spass machen und positive Gefühle auslösen. Dabei unterscheidet die Gaming-Industrie zwischen zwei Kategorien von Spass: **Easy Fun** und **Hard Fun**.

Easy Fun

Easy Fun versprechen Aktivitäten, die keine besonderen Fähigkeiten erfordern wie beispielsweise Schlittenfahren oder Snow Tubing. Dabei geht es um Genuss und Erholung. Easy Fun ist indes nur von kurzer Haltbarkeit, weil er zu leicht erreichbar ist.

Hard Fun

Hard Fun hingegen benötigt einiges an Können und körperlicher Fertigkeit. Als klassisches Beispiel hierfür gilt Ski und Snowboard fahren, Langlaufen oder Telemark.

Das Verfolgen eines bestimmten Ziels ist laut der Studie der zentrale Aspekt, um eine Leidenschaft zu entwickeln. Direktes Feedback über Erfolg und Fortschritt erzeugt langfristigen Spass und deshalb anhaltende Zufriedenheit. Diese Emotionen machen süchtig.

Damit die Gäste diesen Spass und diese Leidenschaft für den Schneessport entwickeln können, müssen Schneessportlehrerinnen und Schneessportlehrer eine passende Lernumgebung schaffen. Wie dies geschieht, erfährst du auf den folgenden Seiten.

Was unterscheidet Easy Fun von Hard Fun?

Easy Fun



- Einfach
- Genuss
- Erholung
- Kurzfristiger Spass

Hard Fun



- Fertigkeiten benötigt
- Ziel wird verfolgt
- Direktes Feedback
- Langfristiger Spass

Grundbedürfnisse erfüllen

Menschen streben nach Sicherheit. Die Gäste dürfen während dem Unterricht keine Angst verspüren, sondern sollten über die gesamte Unterrichtsdauer hinweg von sich sagen können: «Ich fühle mich sicher».

Kompetenz ist ein weiteres Grundbedürfnis des lernenden Menschen. Er will sagen können: «Ich kann das». Kleine Erfolgserlebnisse erleichtern diese Wahrnehmung.

Weiter spielt das Bedürfnis nach Autonomie eine wichtige Rolle. Der Gast will das Gefühl haben, selbst bestimmen zu können, was gemacht wird, und die Bewegungen möglichst eigenständig ausführen können. Der Gast will also mitentscheiden und von sich behaupten können: «Ich kann es allein».

Das vierte Bedürfnis ist die soziale Zugehörigkeit, also das Gefühl, Teil einer Gruppe zu sein und sich mit ihren übrigen Mitgliedern zu identifizieren. Der Gast will sich austauschen und sagen können: «Ich bin Schneesportler/in».

Sind die Grundbedürfnisse erfüllt, kann der Gast die positiven Gefühle des Lernens erleben und so dem «Geheimnis des Glücks» im Schneesport näherkommen. Einsteigerinnen und Einsteigern muss also eine Umgebung geschaffen werden, die all diese Bedürfnisse berücksichtigt. Nur so kann ein Gast erfolgreich Neues lernen.

Fazit

Als Schneesportlehrerinnen und Schneesportlehrer müssen wir Antworten finden, wie die Erkenntnisse der Gaming-Industrie in den Unterricht übertragen werden können. Nur so können hohe Abgangsrate gesenkt und Gäste für weitere Versuche auf Schnee motiviert werden. Dies ist ein wichtiger Faktor für die Zukunft des Schneesportunterrichts. Die Einsteigerinnen und Einsteiger von heute sind die Schneesportlehrerinnen und Schneesportlehrer von morgen.

Unsere Learnings:

1. Der Gast soll sich sicher fühlen.
2. Fortschritte sollen leicht erzielbar sein.
3. Fortschritte sollen eigenständig erworben und erkannt werden.
4. Lernumgebungen schaffen, die Leidenschaft am Schneesport wecken. Dann wird sich der Gast als Schneesportler/in fühlen.



«Der Schnee sieht perfekt aus. Am liebsten würde ich gleich loslegen. Ich bin gespannt, wie Nadia den Unterricht gestalten wird. Hoffentlich kann ich vieles direkt ausprobieren und schnell Fortschritte machen.»

Psychologische Bedürfnisse im Lernprozess



Sicherheit

- Das Gelände ist gut gewählt; ich fühle mich sicher.

Kompetenz

- Jetzt weiss ich, wie es funktioniert; ich kann es.

Autonomie und Selbstbestimmung

- Ich kann ohne Hilfe fahren und bremsen; ich kann es alleine.

Soziale Zugehörigkeit

- Ich bin nun auch eine Schneesportlerin/ein Schneesportler.



Dr. Tim Hartmann ist Fachspezialist für Leiterbildung beim Bundesamt für Sport (BASPO) und Dozent für Sportpsychologie und Kampfsport an der Universität Basel. Er weiss, was Menschen motiviert, und kann uns wertvolle Tipps für den Schneesportunterricht geben.

Herr Hartmann, eine Studie aus den USA besagt, dass nur 17 Prozent aller Ski- und Snowboarder ein weiteres Mal auf das Gerät stehen. Der Start mache keinen Spass, da die Erfolgserlebnisse zu lange auf sich warten liessen. Was können Sie dazu sagen?

Der Mensch will rasche Belohnungen. Je unmittelbarer die Belohnung, desto reizvoller ist die Tätigkeit. Die Leute sind ungeduldig. Aus der Motivationspsychologie weiss man, dass der Mensch bewusst und unbewusst immer den Aufwand den Erträgen gegenüberstellt. Falls der Aufwand grösser ausfällt als der Ertrag, machen die Leute die Tätigkeit nicht weiter.

«Der Gast muss die Möglichkeit haben, zu Beginn des Unterrichts mögliche Ängste im Gespräch zu deponieren. So wiegt er sich in Sicherheit, dass der Unterricht seinen Bedürfnissen angepasst wird.»

Forschende sprechen von den psychologischen Grundbedürfnissen, die einen Menschen beim Lernprozess unterstützen. Kann diese Theorie auch auf das Erlernen von Skifahren und Snowboarden angewendet werden?

Ja natürlich. Wir können die Bedürfnisse in primäre Motive wie zum Beispiel Sicherheit, Hunger und Schlaf sowie sekundäre Motive wie Leistungsbereitschaft oder Selbstverwirklichung unterteilen. Die primären Bedürfnisse müssen erfüllt sein, damit die sekundären überhaupt erst wichtig werden. Somit muss die Schneesportlehrperson wissen, dass zum Beispiel kalte Füsse oder Unsicherheit Hindernisse sind, um Lernfortschritte zu erzielen.

Wie erreicht man, dass das Grundbedürfnis nach Sicherheit schon zu Beginn des Unterrichts erfüllt und somit der Spass an der Bewegung möglich wird?

Hier steht das Unterrichtsklima im Zentrum. Die Lehrperson muss Vertrauen vermitteln. Der Gast muss die Möglich-

keit haben, zu Beginn des Unterrichts mögliche Ängste im Gespräch zu deponieren. So wiegt er sich in Sicherheit, dass der Unterricht seinen Bedürfnissen angepasst wird. Ebenfalls ist die Mitsprachemöglichkeit wichtig. Sie gibt ihm zum Beispiel Sicherheit, wenn er selbst entscheiden kann, welche Piste gefahren wird. Natürlich steht auch die Geduld der Lehrperson im Zentrum. Der Gast muss wissen, dass er dasselbe auch mehrfach falsch machen darf.

«Wenn ich Spass habe, übe ich die Aktivität nicht aufgrund einer Belohnung aus, sondern weil ich diese als solches mag.»

Weshalb wollen Menschen stetig Neues lernen?

Der Mensch lechzt nach neuen Eindrücken. Dabei ist die erste Erfahrung jeweils die intensivste. Alle kennen das Gefühl der ersten Fahrt im neuen Auto oder des ersten Kusses. Dabei wird neurowissenschaftlich gesehen das als Glückshormon geltende Dopamin ausgeschüttet. Wir sehnen uns nach diesem Hormonrausch und wollen deshalb immer wieder neue Ersterfahrungen machen. Weiter will der Mensch immer wieder Neues lernen, weil ein grosses Kompetenzrepertoire seinen Selbstwert steigert. Je mehr Kompetenzen ich erlebe, desto positiver ist dies für meinen Selbstwert. Ich fühle mich besser, weil ich etwas kann.

Welchen Einfluss hat dann Spass auf den Lernprozess?

Wenn ich Spass habe, übe ich die Aktivität nicht aufgrund einer Belohnung aus, sondern weil ich diese als solches mag. Der neurowissenschaftliche Zusammenhang ist folgender: Hat ein Mensch Spass an einer Aktivität, werden in seinem Gehirn Botenstoffe ausgeschüttet. Diese erhöhen die Wahrscheinlichkeit für ein späteres Verlangen nach derselben Aktivität, weil sie als etwas Positives abgespeichert ist. Hätte dieser Mensch keinen Spass, würde diese Verbindung im Hirn nicht erstellt, und das Verlangen nach Schneesportaktivitäten bliebe aus.

Was hat demnach das Erleben von Kompetenz mit der Motivation zu tun, Skifahren oder Snowboarden weitere Male auszuprobieren?

Je grösser mein Kompetenzrepertoire ist, desto ausgeprägter wird meine Selbstwirksamkeit. Der Glaube, dass ich etwas erfolgreich ausführen kann, steigt. So ist es auch wichtig, dass die Lehrperson die Fortschritte des Gastes zum Beispiel mit einem Video veranschaulicht, sodass dieser den Fortschritt selbst nachvollziehen kann. Dabei hilft die Messbarkeit des Fortschritts. Man kann dem Gast etwa aufzeigen, dass er eingangs bloss drei Kurven geschafft hat und es jetzt bereits deren zehn sind. Je mehr Erfolgssituationen der Gast erlebt, desto mehr stärkt ihn das in späteren Situationen.

«Es ist wichtig, die Fortschritte des Gastes zum Beispiel mit einem Video zu veranschaulichen, sodass dieser den Fortschritt selbst nachvollziehen kann.»

Laut Definition gehört auch Autonomie zu den Grundbedürfnissen des Menschen. Wie empfehlen Sie, dies im Unterricht zu beachten?

Der Wunsch nach Selbstbestimmung stellt ein Grundbedürfnis dar, das jedoch nicht bei allen Personen gleich stark ausgeprägt ist. Als Lehrperson biete ich meinen Gästen idealerweise regelmässig Wahlmöglichkeiten an. Kleinigkeiten reichen bereits. Ich kann zum Beispiel Folgendes fragen: «Möchtest du diese oder die andere Piste fahren?» oder «Heute werden wir an zwei Techniken arbeiten. Du darfst selbst wählen, welche du stärker gewichstest, aber an beiden soll gearbeitet werden.» So wird das Bedürfnis nach Selbstbestimmung gestillt.

«Als Lehrperson biete ich idealerweise Wahlmöglichkeiten an. Kleinigkeiten reichen bereits.»

Was sind aus Ihrer Sicht für uns Lehrpersonen die Schlüsselpunkte, damit unsere Gäste Spass am Sport entwickeln können?

Wir reden in den asiatischen Kampfsportarten von der «Gesinnung des Einsteigers». Die Lehrperson muss sich immer wieder selbst in Situationen bringen, in der sie wieder Neues erlernt. Vor allem bei sehr erfahrenen Lehrpersonen kann dies ein Mehrwert sein. Selbst wieder einmal mit Schwierigkeiten und Ängsten umgehen zu müssen, hilft, die Bedürfnisse der Gäste besser wahrnehmen zu können. Für all diejenigen, die sich stärker für dieses Thema interessieren, kann ich unser Buch* empfehlen, in dem Inhalte der Motivationspsychologie in 24 Kurzgeschichten einfach erklärt werden.

* Tim Hartmann, Markus Gerber, Uwe Pühse (2018): «Köbi Kummer – 24 Kurzgeschichten zur Motivationspsychologie», Create Space, Independent Publishing Platform.



«Das klingt spannend! Mit diesen Tipps kann ich eine abwechslungsreiche Einsteigerlektion für Vincent vorbereiten. Ich habe bereits einige Ideen, wie ich seine Freude am Schneesport wecken kann.»

Wir als Lehrpersonen müssen Wege finden, wie wir den hohen Anteil an nicht wiederkehrenden Gästen senken können. Der Einstieg auf herkömmlichen Pisten scheint die vier Grundbedürfnisse Sicherheit, Kompetenz, Autonomie und soziale Zugehörigkeit grösstenteils nicht zu erfüllen.

In den USA wurde deshalb das Projekt *Terrain Based Learning™* ins Leben gerufen. Dabei handelt es sich um ein Snow Village, welches aus verschiedenen Schnee- und Geländeelementen besteht. Das oberste Ziel besteht darin, dass in dieser sicheren Lernumgebung rasch Erfolgserlebnisse erzielt werden können. Dabei steht das Gefühl von Sicherheit, Kompetenz und Autonomie des Gastes im Vordergrund. Die Elemente des *Terrain Based Learning™* sind selbsterklärend und motivieren zum Ausprobieren.

Beim *Terrain Based Learning™* soll von Beginn an viel gefahren werden, ohne dass eine prägnante Intervention durch die Lehrpersonen vonnöten ist. Der Spass am Skifahren und Snowboarden soll bereits nach den ersten Versuchen auftreten, damit die Motivation der Gäste geweckt wird. Besonderheit: Ein solcher Parcours eignet sich ebenso gut für den Erwachsenenunterricht.

Auf den folgenden Seiten werden vier Schneeelemente genauer beschrieben und einfache Übungen vorgestellt, die auf jede Altersklasse anwendbar sind. Die aufgeführten Trainingsbeispiele können durch weitere kreative Übungen ergänzt werden. Die Gäste können den Park ohne Weiteres auch ausserhalb des Unterrichts benützen. So können etwa auch die Eltern ihren Kindern unterstützend zur Seite stehen und ihnen die nötige Sicherheit vermitteln.

Sicherheit als Grundbedürfnis

Die Elemente werden nach individuellem Leistungsstand gewählt. Zur Grundausrüstung gehört ein Helm. Handgelenk- und Rückenschutz werden zusätzlich empfohlen.

Organisation

Zu Beginn des Unterrichts werden alle Elemente gemeinsam mit dem Gast besichtigt. Falls Elemente wie beispielsweise Boxen im Park integriert sind, soll deren Gleitfähigkeit ebenfalls analysiert werden.

Damit sich der Gast allein im Park zurechtfindet, müssen die Lauf- und Fahrwege klar sein. Die Schneesportlehrperson lebt den Grundsatz vor, dass nur gefahren wird, wenn der Weg im Park frei ist. Hilfreich ist hier das Einführen von Ritualen wie zum Beispiel ein Handzeichen beim Start.

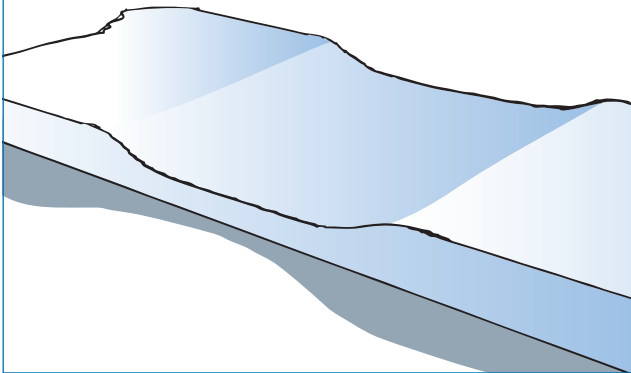


«Ich passe das Gelände immer Vincents derzeitigen Fähigkeiten an. So fühlt er sich sicher und aufgehoben. Sobald er ein Element gut meistert, wagen wir uns an das nächste Element heran. Vincent, bist du motiviert?»

«Der Park sieht ja cool aus! Ich will direkt mit dem ersten Element starten. Lass es uns anschauen, damit ich loslegen kann. Mal schauen, ob ich es beherrsche. Jedenfalls kann mir in diesem Park nicht viel passieren. Let's go!»



Gegenhang oder Minipipe



Ziel

- Selbständiges Fahren in der Falllinie
- Tempokontrolle erreichen
- Kippeffekt vorwärts und rückwärts kennenlernen

Übungen mit Unterstützung

- Die Lehrperson bremst von hinten oder von vorne.
- Die Lehrperson zieht den Gast an einer Seite der Minipipe etwas hoch. Dieser fährt dann selbständig rückwärts hinunter.
- Die Lehrperson stützt den Gast beim selbständigen Hinunterfahren an seinen Schultern oder seiner Hüfte.

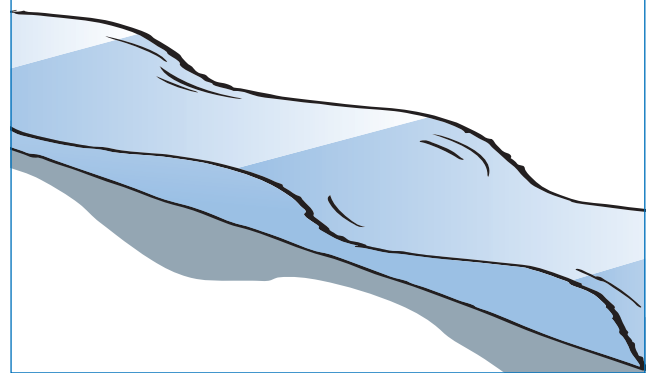
Übungen ohne Unterstützung

- Die Wand allein hinunter- und auf der anderen Seite wieder ein Stück hinauffahren. Von dort aus rückwärts wieder zurück in die Fläche gleiten.
- Mit den Skis oder dem Snowboard die Wand allein hochsteigen und sich selbständig zum Hinunterfahren positionieren.
- Selbständig die eine Wand hinunterfahren und an der anderen Wand den Rest ohne Hilfe hochsteigen.

Challenge

- Von oben starten und zweimal hin- und herfahren.

Roller



Ziel

- Selbständig gleiten
- Selbständig an Tempo gewinnen
- Den Effekt von Beugen und Strecken kennenlernen

Übungen mit Unterstützung

- Die Lehrperson zieht oder stösst den Gast über die Roller.
- Die Lehrperson hilft dem Gast lediglich, den nächsten Roller hochzugelangen.
- Die Lehrperson stützt nur noch leicht an den Schultern oder der Hüfte des Gastes.

Übungen ohne Unterstützung

- Allein über möglichst viele Roller fahren
- Unterschiedliche Körperpositionen einnehmen. Beine gebeugt oder gestreckt; Vor- oder Rücklage
- In Transition der Roller (Mulden) aufstehen, um Tempo zu gewinnen, und die Roller überwinden.
- Auf der Welle dem Gast einen Ball zuspiesen, den dieser fängt und zurückwirft.

Challenge

- Über alle Roller fahren und das Tempo ausnützen
- Auf dem Roller jeweils abspringen und weiterfahren

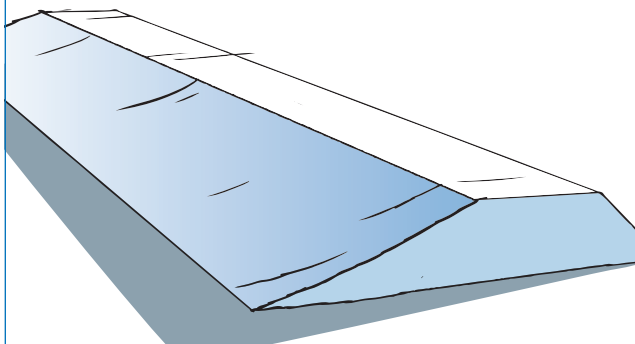


«Wow, schon nach wenigen Versuchen verstehe ich, wie ich gleiten und bremsen kann. Ich fühle mich bereits sicher auf dem neuen Sportgerät. Ich schätze sehr, dass mich Nadia selbst probieren lässt und mich dort unterstützt, wo ich noch Hilfe benötige.»

«Vincent hat die ersten Elemente selbständig gemeistert. Das macht Spass. Ich musste zu Beginn ein wenig helfen, doch nun meistert er die Wellen und Mulden alleine. Er macht grosse Fortschritte.»



Schiefe Ebene



Ziel

- Selbständiges Rutschen über eine kurze Strecke, um die Angst zu verringern

Übungen mit Unterstützung

- Den Gast die schiefe Ebene seitlich hochstossen und ihn beim Hinunterrutschen an den Schultern oder Hüfte stützen.
- Den Gast die schiefe Ebene seitlich hochstossen und ihn alleine hinunterrutschen lassen.

Übungen ohne Unterstützung

- Den Gast die Wall alleine hinunterfahren, mit Schwung seitlich die schiefe Ebene hochgleiten und anschliessend hinunterrutschen lassen.
- Den Gast die schiefe Ebene hochsteigen und auf einer Gerätekante hinunterrutschen lassen.

Challenge

- Auf beiden Kantenseiten hinunterrutschen können.

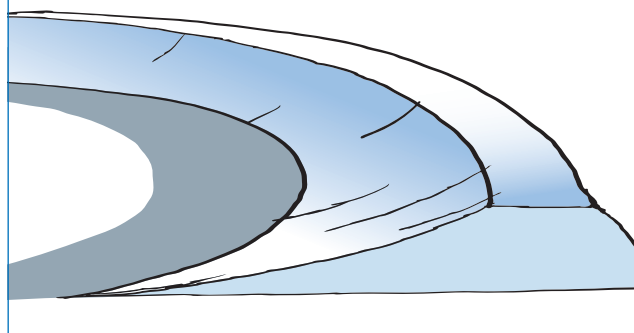


«Juhu, ich kann seitlich rutschen und erste Kurven fahren! Welch ein geniales Gefühl! Nur schade, dass bereits Abend ist. Es machte riesigen Spass. Ich weiss nun, weshalb alle sagen, dass Schneesport süchtig macht.»



«Starke Leistung, Vincent! Du kannst stolz auf dich sein. Heute hast du viel gelernt und bist bereit für den nächsten Schritt morgen. Dann nämlich werden wir die richtige Piste aufsuchen. Bist du dabei?»

Steilwandkurve



Ziel

- Selbständige Richtungswechsel vollziehen

Übung mit Unterstützung

- Rutschend in die Steilwandkurve fahren und am Ende der Kurve eine Richtungsänderung vornehmen. Die Lehrperson hilft bei der Tempokontrolle durch Halten an Stöcken oder Händen.

Übung ohne Unterstützung

- Möglichst hoch in die Steilwandkurve rutschen und die Kurvenneigung zum Kantenwechsel nutzen.

Challenge

- Allein den ersten Richtungswechsel meistern.



«Ja klar, es war grossartig! Ich fühle mich schon wie ein richtiger Skifahrer. Zum Glück bleibe ich noch ein paar Tage hier. Ich habe die Skischule bereits kontaktiert. Ich will unbedingt noch mehr lernen.»



«Super, das freut mich zu hören! Das kannst du von dir mit gutem Gewissen behaupten. Das gelände-basierte Lernen zeigt also seine Wirkung. Ich bin froh, dass ich dir das Geheimnis des Schneesport-Glücks näherbringen konnte.»



Veronique Sinz (40 Jahre) und ihre Tochter Eline (8 Jahre) konnten geländebasiertes Lernen bereits ausprobieren. Ihre Eindrücke schildern sie im Interview.

Eline (Snowboarderin und Skifahrerin)

Was hat dir im Swiss Snow Playground gefallen?

Mir gefiel, dass ich bereits allein vom Hügel hinunterfahren konnte. Auch fand ich toll, dass mir der Snowboardlehrer erklärte, wie ich vom Boden aufstehen muss, wenn ich umfalle, und dass ich in der Fläche das Snowboard richtig anschnallen konnte.

Was war das Lässigste?

Das Beste war, den zweiten Hügel mit Schuss heraufzukommen und oben abzuspringen.

«Weil es cool ist, etwas Neues zu lernen.»

Warum willst du künftig lieber Snowboarden als andere Sportarten zu betreiben?

Weil es cool ist, etwas Neues zu lernen. Andere Dinge sind einfach, das können alle.

Was würdest du dir von deiner Snowboardlehrerin oder deinem Snowboardlehrer für deinen nächsten Unterricht wünschen?

Dass die nächste Lehrperson auch so nett ist wie diejenige, die ich hatte. Es hat Spass gemacht mit ihm die Snowboards zu taufen. Auch war der Snowboard-Bär (Figur zum Vorzeigen) lustig.

Wie sähe für dich als Snowboarderin die Traumabfahrt im Playground aus?

Es sollen möglichst viele verschiedene coole Elemente vorhanden sein. Böxli zum Überfahren und Wellen finde ich spannend. Aber auch flache Stücke dazwischen sind super, um Tempo zu machen. Mit dem Schwung kann ich über die Böxli fahren, Trickli und Sprünge machen.

«Anderen macht dieses geländebasiertes Lernen also auch Spass. Vielleicht schaffe ich es, dass meine Freundin dem Schneesport noch eine zweite Chance gibt. Dann können wir in Zukunft gemeinsam Ski fahren.»



Veronique (Snowboarderin und Skifahrerin)

Was ist aus deiner Sicht der Mehrwert eines Einsteiger-Parks?

Die Kinder können das Snowboarden oder Skifahren ohne Vorkenntnisse ausprobieren und bereits ein Gefühl dafür erhalten, wie es sein wird, wenn sie geübt sind. Sie erzielen erste Erfolgserlebnisse, an die sie sich auf der Piste erinnern können, falls es dort nicht auf Anhieb klappt.

Wie hat der Park deine Tochter motiviert, weiterhin an ihren Snowboardfähigkeiten zu arbeiten?

Sie ist eher unsicher, wenn sie nicht genau weiss, ob sie etwas kann oder nicht. Das Ausprobieren im Swiss Snow Playground hat ihr Sicherheit gegeben und sie motiviert. Ich denke, dass sie deshalb nun mehr Mut hat, die Herausforderung anzunehmen und es auf der Piste auszuprobieren.

«Ich wäre froh um einen solchen Park gewesen. Die Hemmschwelle ist tiefer, wenn man nicht direkt auf der «normalen» Piste beginnt.»

Würdest du so einen Park nutzen, wenn es den auch für Erwachsene geben würde?

Ich habe vor zwei Jahren mit Snowboarden begonnen. Und: Ja, ich wäre froh um einen solchen Park gewesen. Die Hemmschwelle ist tiefer, wenn man nicht direkt auf der «normalen» Piste beginnt. Als Erwachsener braucht es ausserdem mehr Überwindung, um sich an etwas Neues heranzuwagen, vor allem wenn man immer denkt, die Anderen auf der Piste zu stören.

Was macht deinen Kindern beim Snowboarden und Skifahren am meisten Spass?

Sie mögen Abfahrten mit Tempo; sie lieben es, Trickli auszuprobieren oder mit Schwung in die Kurve zu «liegen» – und natürlich die Böxli. Zudem motiviert sie, dass sie mit jeder Fahrt etwas Neues dazulernen, denn die Verhältnisse sind nie identisch. Mal hat es Neuschnee, mal ist die Piste hart und mal sulzig – es ist immer Snowboarden oder Skifahren und doch jedes Mal anders.

Die beschriebenen Elemente aus dem *Terrain Based Learning*TM sind in kleiner Form im Swiss Snow Playground zu finden. Sie animieren die Kinder dazu, Skifahren und Snowboarden einfach einmal auszuprobieren und sich in diesem sicheren Gelände auszutoben.

Idee

Das Gelände animiert zur Bewegung. Wie auf einem herkömmlichen Spielplatz sollen die Kinder die Elemente im Park selbst entdecken und ausprobieren wollen. Die Lehrperson begleitet den Prozess lediglich und unterstützt wo nötig. Die Elemente unterstützen spielerisch das Erlernen der Basisformen.

Zielgruppe

Bereits kleine Kinder können so ihr neues Schneesportgerät entdecken. Das Gelände hilft, dass sich die Kinder von Beginn an auf dem Snowboard oder auf den Skis kompetent und sicher fühlen und die Freude und den Spass am Schneesport erleben. Der Playground bleibt stets abwechslungsreich und spannend. Und das Beste daran: Jedes Kind kann sein eigenes Lerntempo einschlagen.



Foto: Rafi Imhof Video Experience

Beschreibung



Für Interessierte haben wir ein Booklet mit Bauanleitungen und weiteren Details erstellt.

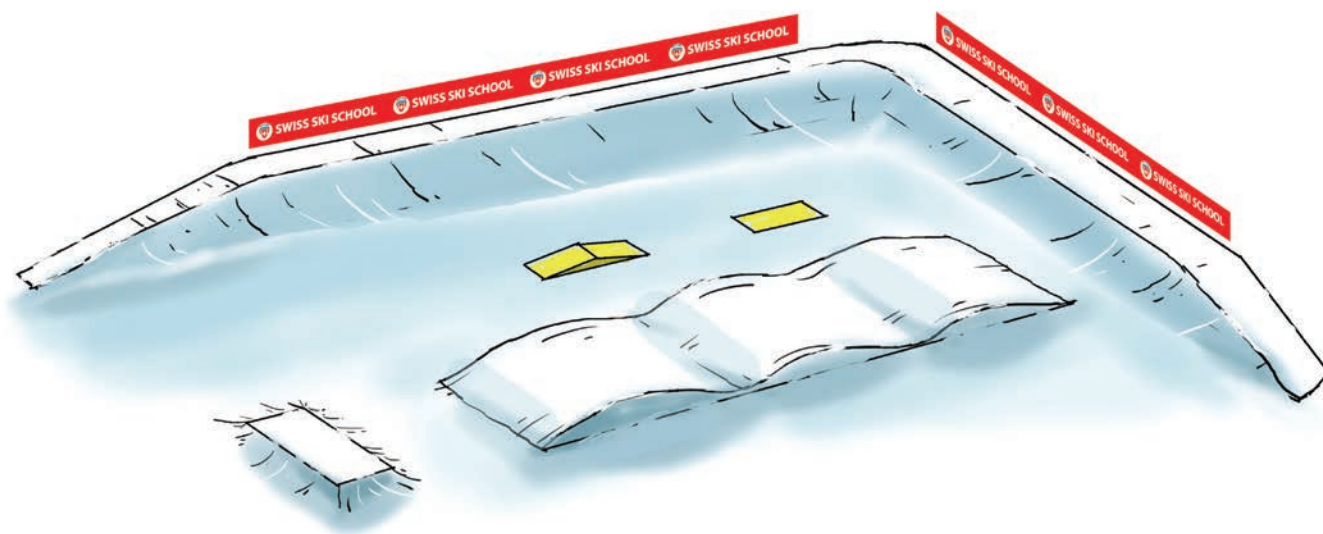


Abb.: Swiss Snow Playground, Maximum Park



Stefan von Känel (SSEP Ski und ehemaliges Mitglied des SSDT) ist Mitinitiant des «Vogellisi-Fun-Parcours» in Adelboden. In diesen Parks können Schneesportlerinnen und Schneesportler aller Altersgruppen erste Erfahrungen auf dem Schneesportgerät sammeln.

In Adelboden habt ihr Erfahrung mit Parcours, Fun Slopes und Parks für alle Levels und Altersgruppen gesammelt. Wie sieht eure Bilanz aus?

Überall, wo Parcours stehen, steigt die Frequenz an den Liften. Die Eltern schauen zuerst den Kindern zu und filmen sie. Danach beginnen sie ebenfalls, durch den Parcours zu fahren. Parcours haben also eine Sogwirkung. Die Skigebiete müssen deshalb den Mut aufbringen, einfach etwas zu bauen, auch wenn es nicht perfekt ist. Denn die Geländeformen animieren die Gäste, während eine weisse Fläche niemanden ansport.

«Eine weisse Fläche spornt niemanden an.»

Was sind deine Lernpunkte nach dem ersten Jahr?

Wellen und Mulden sind ausreichend für Einsteigende. Diese Formen – mit einem Förderband geschickt kombiniert – motivieren die Gäste, ab und zu auch einmal das «Gehen in der Ebene» zu üben.

Wie können die Lehrerinnen und Lehrer von diesen Parks profitieren?

In Parks kann individueller mit den Gästen gearbeitet werden, indem man ihnen erschwerende Spezialaufgaben stellen oder sie wo nötig individuell betreuen kann. Die Elemente können mit gutem technischem Verständnis unterschiedlich in den Unterricht eingebaut werden.

«Den Lehrplan können wir nicht umgehen. Jedoch können wir das Fahrerlebnis durch solche Elemente früher wecken.»

Hast du Ideen, wie die Idee des Swiss Snow Playgrounds auch bei Teenagern und Erwachsenen funktionieren könnte?

Die Schneeelemente bewegen alle Altersklassen. Vor allem Teenager kann man mit einem guten Mix aus Üben und Erleben motivieren. Optimal wäre es, Lifte mit solchen Elementen zu verbinden, sodass das ganze Gebiet spannend bleibt und die Gäste in einen Flow geraten.

Müssen wir den Einsteigerunterricht grundlegend überdenken?

Den Lehrplan können wir freilich nicht umgehen. Doch das Fahrerlebnis lässt sich durch spannende Elemente bereits beim ersten Kontakt wecken. Wichtig ist, dass sich das Üben von schwierigen Formen und motivierende Fahrten durch die Elemente abwechseln. So haben die Gäste von Beginn an Spass.

«Die Kinderspielplätze von heute sehen ja auch nicht mehr gleich aus wie die früheren.»

Wenn du das Skigebiet der Zukunft gestalten könntest, wie würde es aussehen?

Unsere Gäste müssen besser unterhalten werden. Dazu sollten alle Abschnitte im Skigebiet motivierende Elemente enthalten und miteinander verbunden sein. Zudem braucht es Fun Slopes-Angebote für alle Levels. Auf der blauen Piste könnten einfache Wellen und Mulden gebaut werden, auf der roten ein Cross. Auch könnte man die Pisten mit Riesenslaloms und Buckelpisten ausstatten. Kreativität ist erlaubt! Die Kinderspielplätze von heute sehen ja auch nicht mehr gleich aus wie die früheren.

«Jede Lehrperson muss ihr eigenes technische Wissen stetig aufwerten. Nur so können die Gäste optimal und niveaugerecht unterrichtet werden.»

Was können wir als Lehrpersonen am Einsteigerunterricht aus deiner Sicht verändern, damit die Gäste ein zweites Mal zu uns kommen?

Am wichtigsten ist die Weiterbildung. Jede Lehrperson muss das eigene technische Wissen laufend aufwerten. Nur so können die Gäste optimal und niveaugerecht unterrichtet werden. Die Lehrperson soll immer die optimale Geländewahl treffen, damit die Fahrzeit maximiert und so ein grösserer Lernerfolg erreicht wird. Weiter soll im Kinderunterricht mittels Geschichten eine Traumwelt erschaffen und der Unterricht mit Fahrten durch verschiedenes Gelände bereichert werden.

Wir brauchen Gäste

Skifahrerinnen und Skifahrer machen von November bis April die Hälfte aller Feriengäste in unserem Land aus; zusätzliche Anteile durch weitere Schneesportarten kämen noch hinzu. Diese Winterfans sind natürlich für Sie, liebe Schneesportlehrerinnen und -lehrer, von grösster Bedeutung, aber ebenso für das gesamte Ferienland Schweiz. Eine Beliebtheit, die nicht ohne weiteres entstand. Dahinter stehen: Voraussetzung, Umsetzung, Verbreitung.

Die Schweiz bietet (fast) jeden Winter reichlich Schnee, tadellose Infrastrukturen und tolle Skischulen, dies alles begeistert Gäste immer wieder aufs Neue und hierfür ist unser Land auf der ganzen Welt bekannt. Mit den Swiss Snow Playgrounds initiiert Swiss Snowsports einen vielversprechenden Hebel im Bereich «Umsetzung». Gelingt es tatsächlich, Einsteigerinnen und Einsteiger durch diese Methode noch mehr zu begeistern, ist ein positiver und anhaltender Effekt auf den gesamten Wintertourismus sehr wahrscheinlich. Studien belegen, dass das Elternhaus den bedeutendsten Faktor für die Ausübung von Schneesport darstellt. Neulinge, welche nun dank den Playgrounds dem Schneesport besser erhalten bleiben sollen, werden also ihre Leidenschaft weitergeben. Eine Leidenschaft, die sich für alle Beteiligten auszahlt: Gäste, Schulen, Bergbahnen, Hotels, Destinationen etc.

Im Fachgebiet «Verbreitung» kommt die Kraft der Partnerschaft von Swiss Snowsports und Schweiz Tourismus zum Tragen. Eine möglichst hohe Anzahl an Playgrounds bietet die ideale Gelegenheit, der Welt zu zeigen, wie attraktiv sich die Schweiz weiterentwickelt, ohne an Ursprünglichkeit einzubüssen. Einfach ausgedrückt: Wer Schneesport braucht, der braucht Schweiz.



Christoph Zwaan
Experte Schneesport, Schweiz Tourismus



Foto: Rafi Imhof Video Experience

Bibliografie

Swiss Snowsports Association (bis 2020):
sämtliche Publikationen, Belp
SSSA, Belp: Lehrmittelserie 2010
Daniel Birrer, Erika Ruchti, Gareth Morgan; Mitarbeit: Jörg Wetzel, Lukas Banholzer; Hrsg.: Bundesamt für Sport (BASPO), Psyche – Theoretische Grundlagen und praktische Beispiele, Magglingen, 2010
Emily Brennan, How to Make Skiing Fun for Beginners, New York Times, 9. Dezember 2014
Nicole Lazzaro, Why We Play Games: Four Keys to More Emotion Without Story, 8. März 2011
National Ski Areas Association, The Model of Growth, Dezember 2018
National Ski Areas Association, The Way we Grow, NSAA Journal, März 2006
Prof. Dr. Andrea Bencsik, Y and Z Generations at Workplaces, Journal of Competitiveness, September 2016
Snow Operating, Instructor Manual, Dezember 2020

Alle Lehrmittel von Swiss Snowsports und die «Academy» sind zu finden unter: www.snowsports.ch

Impressum

Projektleiter Rafael Ratti

Redaktionelle Leitung Arsène Page

Autorin Isa Jud

Autoren Valentin Schmid, Arsène Page, Rafael Ratti

Gesprächspartner Veronique Sinz, Eline Sinz, Dr. Tim Hartmann, Stefan von Känel, Christoph Zwaan

Lektoren Stefan Rubli, Swiss Snow Education Pool

Fotos Rafi Imhof Video Experience

Grafiken Atelier J & L Zbinden Mathieu, CH-3268 Lobsigen

Adresse der Redaktion Redaktion Swiss Snowsports, Hühnerhubelstr. 95, 3123 Belp, info@snowsports.ch

Produktion Viaduct, Sommetaustrasse 32, CH-7007 Chur, www.viaduct.ch

Adressänderungen Direkt an Swiss Snowsports, Hühnerhubelstr. 95, 3123 Belp, info@snowsports.ch

Bezugspreise Für Mitglieder des Verbands Swiss Snowsports im Beitrag inbegriffen.

Nachdruck Die in «Academy» publizierten Artikel und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Nachdrucke oder Kopien sind mit der Redaktion zu vereinbaren. Die Redaktion lehnt jede Haftung für unverlangt eingeschickte Texte oder Fotos ab.

Auflage 15 000 Exemplare, davon 11 000 auf deutsch und 4 000 auf französisch.