

<b>Zeitschrift:</b>	Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
<b>Herausgeber:</b>	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
<b>Band:</b>	23 (1966)
<b>Heft:</b>	11
<b>Artikel:</b>	Der funktionelle Skiunterricht
<b>Autor:</b>	Weiss, Wolfgang
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-991036">https://doi.org/10.5169/seals-991036</a>

### 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:** 11.01.2026

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

# Der funktionelle Skiunterricht

Wolfgang Weiss

## 1. Einleitung

Wenn die Soziologie recht hat mit der Behauptung, der moderne, aussengeleitete Mensch lebe in einem erhöhten Spannungsfeld des «Beeinflusses und Sich-Beeinflussen-Lassens» und entwickle grosse entsprechende Fähigkeiten, so ist der Skisport diesem modernen Menschen wie auf den Leib bzw. den sozialen Charakter geschnitten. Es geht dabei nicht um die Mode der Kleidung oder Ausrüstung oder darum, welcher Ort gerade bevorzugt wird, obwohl dies alles soziologisch bedeutsam ist. Es soll auch nicht die neueste Mode in der Skitechnik oder Methodik diskutiert werden, mit der Skischulen und Skinationen für ihr Produkt, den Skiunterricht, werben.

Es geht hier um einen Charakterzug des Skisportes, der unveränderlich ist: um die Wechselbeziehung zwischen dem Skifahrer und den Gegebenheiten, dem Gelände, dem Schnee, dem Tempo. (Die vielen Leute auf der Piste wollen wir als Gegebenheit einstweilen weglassen, sie stören die Ruhe dieser Überlegungen).

Wohl kaum eine andere Sportart hat einen so rasch folgenden Wechsel von Gegebenheiten zu bewältigen wie das Skifahren. Der Skifahrer muss seine Absichten in jedem Sekundenbruchteil mit den Gegebenheiten kombinieren und darauf angepasst handeln. Am schärfsten wird diese Situation durch die echteste Lust des Skifahrens, das Spiel mit dem Gelände, demonstriert. Der Fahrer stürzt sich so vorurteilslos wie möglich in den Hang. Das, was der Fahrer will und tut, entsteht in jedem Augenblick aus dem, was das Gelände aus seinen Phantasie-Möglichkeiten «auswählt». Je vollkommener die Anpassung, die hingebende Bewältigung, um so grösser die Lust und der Stolz. Das Spiel ist dann vollkommen, wenn die Absicht des Fahrers, die Verlockung des Geländes und die technische Ausführung zu einem Ganzen verschmelzen. In dieser Art kann eine Spur nur einmal gefahren werden, denn beim zweiten Mal besteht ja keine Entscheidungsfreiheit mehr. Der Vergleich mit der Soziologie war im Blick auf dieses hingebend-beherrschende Partner-Verhalten zum Gelände gemeint.

Man könnte den Skilauf eine «Kunst der Anpassung» nennen. Dies aus der Überzeugung heraus, dass zwischen einem mittleren Skifahrer und einem Olympiasieger neben den Unterschieden in den rein körperlichen Voraussetzungen (Kondition, Koordination, Beweglichkeit) der entscheidende Unterschied darin besteht, dass der Könner fähig ist, in jedem Sekundenbruchteil ganz genau dosiert und perfekt angepasst an Schnee, Gelände und Tempo zu reagieren, während der schlechtere Fahrer nicht nur die Situation falsch beurteilt, sondern keine eingespielten Anpassungsmechanismen hat. Wie entscheidend der Empfang optischer Nachrichten und ihre Verarbeitung zu richtigen Reaktionen ist, kann mit einer Erfahrung illustriert werden, die jedem bekannt sein dürfte: die Unbeholfenheit und Unsicherheit, mit der man sich bei diffusem Licht, Nebel oder in der Nacht auf einer wohlbekannten Piste bewegt.

Im Folgenden wird versucht, dem Grundgedanken der Anpassung als entscheidende Leistung beim Skifahren

etwas nachzugehen. Der Parallelschwung vom Hang wird dabei ins Zentrum der Betrachtungen gestellt. Es wäre reizvoll, diese Überlegungen sehr gründlich und wissenschaftlich vorzunehmen. Da dies jedoch aus naheliegenden Gründen nicht möglich ist, sei es erlaubt, die Gedankengänge in skizzenhaft unvollständiger Form aufzuzeichnen. Der kritische Leser ist gebeten, sich dieser Situation bei jedem Stirnrunzeln verzeihend zu erinnern.

## 2. Welche Probleme stellen sich dem Fahrer, wenn er parallele Schwünge vom Hang ausführen will?

### Der Fahrer muss die Gegebenheiten beurteilen

Die wechselnden Gegebenheiten sind

- die Schneeverhältnisse: Eis, Piste, Weichschnee, Harsch ...
- das Gelände: steil oder flach, eben oder bucklig, Kante oder Mulde ...
- das Tempo: Schrittempo bis Geschwindigkeiten weit über 100 km/h.

Diese Gegebenheiten werden das Verhalten des Fahrers während des Schwunges beeinflussen: grosser Schneewiderstand verlangt einen anders gearteten Einsatz als Eis, in hohem Tempo stellen sich andere Probleme als in langsamer Fahrt und die Geländeform kann die Aktionen vereinfachen oder komplizieren. Das Gelingen eines präzisen Schwunges hängt darum entscheidend von einer genauen Beurteilung der Situation ab.

Andere gleichbleibende Gegebenheiten wie das Gewicht und die Hebelverhältnisse des Fahrers, seine Kraft und das Material müssen ebenfalls berücksichtigt werden. Sie sind aber mehr oder weniger konstant und bilden deshalb einen gleichbleibenden Posten in der Gesamtsituation.

### Der Fahrer muss die Spur wählen.

Die wichtigsten Auswahlmöglichkeiten sind

- Kurven mit kleinem oder grossem Radius,
- geringe oder grosse Richtungsänderung,
- starke oder schwache Bremsung
- Betonung des Anfanges oder des Endes.

Den Wünschen des Fahrers sind Grenzen gesetzt durch die wechselnden und die konstanten Gegebenheiten. Er muss beurteilen, ob er die einfachste Linie wählen muss oder ob er sich hohe technische und körperliche Anforderungen leisten kann.

Über die Spur-Wahl kann zwar, besonders bei bekanntem Gelände, eine Vorentscheidung getroffen werden. Der definitive Entschluss fällt aber erst im letzten



Moment. Erst am Ende des vorangegangenen Schwunges ist der genaue Standort und damit das vorliegende Gelände, das Tempo und die Schneebeschaffenheit in den Einzelheiten gegeben.

**Der Fahrer muss die richtigen Bewegungen auswählen und sie richtig dosieren.**

Ein paralleler Schwung vom Hang ist aus vielen Bewegungselementen zusammengesetzt. Im folgenden werden die Möglichkeiten aufgezählt ohne Rücksicht auf «richtigen» oder «falschen» Einsatz. Mit dem Pfeil ist angedeutet, dass es sich nicht um Alternativen, sondern um fliessende Übergänge handelt.

- Skiführung: flach → auf der Bogeninnenkante
- Skistellung offen → geschlossen
- Skiabdrehung aus der Fahrtrichtung: wenig → viel
- Skibelastung: Innenski → beide → Aussenski
- Druckverteilung auf: Skienden → ganzer Ski → Schaufel
- Ausfallstellung: keine → Innenski vorgestellt
- Lehnung des Gesamtgewichtes zur Bogeninnenseite: wenig → viel
- Lage des Gesamtgewichtes zum Gelände: zum Hang → vom Hang
- Beugung des Hüftgelenkes nach vorn: wenig → viel
- Beugung des Kniegelenkes: wenig → viel
- Beugung der Fussgelenke: wenig → viel
- Vertikalbewegung: hoch → keine → tief
- Drehabstoss (Rotation): keiner → viel
- Gegenschraube: keine → viel
- Verwindung zwischen Oberkörper, Hüfte und Füßen mit Ski: Aussenseite vor → keine → Bogeninnenseite vor
- Hüftknick: nach innen → keiner → nach aussen
- Stockeinsatz: keiner oder als Stütze → als Widerstand
- Stockstoss: aussen oder innen oder beidseitig
- Haltung der Arme: vom Körper weg → nahe

Keines dieser Elemente ist festlegbar und gleichbleibend richtig. Alle sind veränderlich und frei miteinander kombinierbar. Weiter ist zu bedenken, dass außer dem Drehabstoss und dem Stockeinsatz als einmalige Aktionen während des Schwunges alle Teile veränderlich sind.

Beim Übergang von einem Schwung zum andern kommen weitere Elemente dazu:

- Kantenwechsel
- Wechsel der Drehrichtung, der Skiabdrehung
- Lehnungswechsel (Überkippen)
- Belastungswechsel
- Ausfallwechsel
- Wechsel des Hüftknickes.

Jedes dieser Elemente steht einzeln und als Teil des Ganzen in einer Wirkungsbeziehung zu der jeweiligen Situation: den wechselnden und konstanten Gegebenheiten und der zu fahrenden Spur. Der Fahrer muss also entsprechend seiner Beurteilung der Gegebenheiten und seiner Absicht auswählen und dosieren.

## **Der Fahrer muss Störungen im Schwungablauf korrigieren.**

Skifahren ist eine Gleichgewichtsübung. Bei geschlossener Skistellung ist der Fahrer im labilen Gleichgewicht. Dieses wird ständig durch Geländeunebenheiten, wechselnden Schnee und Geschwindigkeitsveränderungen gestört und muss immer wieder neu hergestellt werden, wenn kein Sturz erfolgen soll. Der Fahrer muss also während des Schwunges Störungen im Ablauf bemerken und so reagieren, dass er seine ursprüngliche Absicht (Spur) weiter verfolgen kann. Beispiele:

- zu viel abrutschen: Ski mehr kanten (mehr Hüftknick)
- zu grosser Radius: mehr Skiabwendung (Gegenbewegung), mehr Spitzendruck, mehr Kantenwirkung ...

Ein guter Skifahrer wird schon sehr geringe Gleichgewichtsstörungen bemerken und richtig korrigieren, während Anfänger den entstehenden Kraftwirkungen oft hilflos bis zum Sturz nachgeben müssen.

## **Zusammenfassung**

Der Fahrer muss also

- die Gegebenheiten richtig beurteilen,
- eine für ihn fahrbare Spur wählen,
- dieser Situation angepasste Bewegungselemente einsetzen und richtig dosieren,
- während des Schwunges auftretende Störungen korrigieren.

Für diese Vorgänge stehen meist nur Bruchteile von Sekunden zur Verfügung. Von einem bewussten Überlegen, Entscheiden oder Handeln kann nicht die Rede sein. Der Fahrer reagiert automatisch. Eine Nachricht (Eis, unerwünschtes Abrutschen) löst sofort die entsprechenden Massnahmen aus (zum Beispiel Hüftknick, Kante, Knievorlage, Schaufeldruck usw.).

Zusammenfassende These:

**Die entscheidende Leistung des Skifahrers ist die bestmögliche Anpassung seiner Bewegungen an die Situation.**

## **3. Wie lernt und lehrt man Schwünge?**

Wie wir gesehen haben, ist Skifahren eine ausserordentlich komplizierte Tätigkeit. Außerdem ist die Bewegungsform — stehend durch das Gelände gleiten — für uns von den normalen Lebensbereichen her völlig fremd. Zum Glück muss man als Schüler von all den mechanischen Problemen kaum etwas verstehen.

### **Man lernt durch Erfahrung**

Bergkinder, sogenannte Naturtalente, können ohne bewusste Kenntnisse sehr gut skifahren lernen. Sie ahnen nach und experimentieren. Durch Erfolg und Misserfolg werden die Bewegungsabläufe eingeschliffen. Der angesammelte Erfahrungsschatz erlaubt schliesslich eine immer präzisere Beurteilung der Situation und löst die entsprechenden angepassten Reaktionen aus.

Dieser Lernvorgang bleibt immer der gleiche. Auf dem «Trockenen» kann man nicht skifahren lernen. Aber es gibt bessere Methoden als die oben beschriebene Naturmethode. Der Unterricht hat den Sinn, den Lernvorgang zu beschleunigen, Umwege und unangenehme Erfahrungen mit schlimmen Folgen zu vermeiden. In bestimmten Situationen kann auch durch Erklärung erlangtes Verständnis zu überzeugterem Anpacken eines Problems verhelfen. Entscheidend aber bleibt, dass nur die Erfahrung die prägende Wirkung hat, die zu automatischen Reaktionen führt.

Wenn ein Schüler am Übungshang abrutschen gelernt hat, so wird jede Veränderung von Gelände, Schnee, Tempo oder Übungsablauf wieder neue Experimente verlangen, bis die Erfahrung die richtigen Bewegungsabläufe gebahnt hat.

Man lernt also nicht ein- für allemal abrutschen, sondern man lernt abrutschen in einer bestimmten Situation. Wehe, wenn der Schüler nicht begreift, dass die Haltungs- und Bewegungselemente, die in dieser Tätigkeit enthalten sind (Bergseite vor, Hüftknick, Talski belasten usw.), veränderlich bleiben müssen: jede Veränderung der Gegebenheiten wird ihn zu Fall bringen.

Die Haltungen und Bewegungen, die in der Skitechnik enthalten sind, kann jedermann in weniger als einer Stunde lernen. Diese Haltungen und Bewegungen jedoch in richtiger Dosierung den wechselnden Gegebenheiten anpassen zu können, braucht Tage, Wochen, Jahre an Erfahrung.



## **Der funktionelle Skiunterricht**

Nach den vorangegangenen Erläuterungen kann die sachliche Zielsetzung des Skiunterrichtes formuliert werden.

### **Zielsetzungen**

- Der Schüler muss die Haltungen und Bewegungen lernen, die er beim Skifahren braucht (Hüftknick, Hochbewegung, Drehabstoss usw.).
- Der Schüler muss erfahren, dass diese Haltungen und Bewegungen nur in Funktion zu bestimmten Gegebenheiten ihren Sinn haben.  
(Hüftknick: viel bei Hartschnee, wenig oder keiner bei Weichschnee usw.).
- Der Schüler muss lernen, die Gegebenheit zu beurteilen und in seinem Bewegungsgedächtnis müssen durch möglichst viele Wiederholungen in verschiedenen Verhältnissen angepasste Bewegungs- und Haltungsreaktionen eingeschliffen werden (Gelände-, Schnee-, Tempowechsel).
- Der Erfahrungsschatz des Schülers soll ständig erweitert werden, so dass er seine Möglichkeiten kennen und ausnützen lernt (Spur- resp. Geländewahl).

Es ist klar, dass es in bezug auf die Vielfalt der Schne- und Geländeverhältnisse verschiedene Ansprüche gibt. Der Skischulgast, der eine Woche in der Schweiz weilt, wird womöglich nur mit einfachsten Verhältnissen bekannt gemacht werden. Dem jugendlichen Skifahrer hingegen soll sich ein möglichst grosser Aktionsbereich eröffnen.

### **Die Unterrichtsmittel des Skilehrers**

Die Demonstration ist eine entscheidende Unterrichtshilfe. Damit sie im richtigen Sinne wirksam wird, ist zu beachten, dass der Skilehrer selbst eine angepasste Fahrweise hat und nicht eine Clichéform fährt, und dass mit demonstrativer Betonung die funktionelle Anpassung sichtbar wird.

Die Erklärung ist dort angebracht, wo die Zusammenhänge zwischen einer geforderten Bewegung und ihrer, den Gegebenheiten entsprechenden Wirkung nicht offensichtlich sind.

Die Aufgabenstellung ist das hauptsächliche Schulungsmittel des Lehrers. Die Aufgabe wird sich in erster Linie auf bestimmte Situationen beziehen: Spurwahl, GeländeProbleme, Schneewechsel, Tempowechsel. Der Schüler soll Gelegenheit haben, selber zu experimentieren. Erst in zweiter Linie wird der Lehrer darauf hinweisen, wie die Probleme bewegungsmässig zu lösen sind. Gezielte Aufgabenstellungen lassen den Schüler die für seinen Entwicklungsstand notwendigen Erfahrungen machen.

- erarbeiten neuer Bewegungselemente (Einführung)
- experimentieren in veränderten Verhältnissen (Schulung)
- einschleifen präziser Dosierung (Training).

Die Korrektur soll verhindern, dass falsche Bewegungsvorgänge eingeschliffen werden. Sie führt den Schüler auf kürzestem Weg zum richtigen Verhalten. Entscheidend ist, dass nicht Formelemente um ihrer selbst willen korrigiert werden, sondern Haltungen

und Bewegungen in ihrer Funktion zur Situation. (Zum Beispiel Sie rutschen zuviel ab: mehr Kante...) Wenn immer möglich sind Korrekturübungen vorzunehmen, welche die Zusammenhänge offensichtlich werden lassen (zu obigem Beispiel: härtere Unterlage, Schwung über Buckel...).

Die Übungsorganisation soll schliesslich eine grösstmögliche Übungsintensität gewährleisten.

### **Das methodische Vorgehen**

Die Schwunganalyse hat gezeigt, aus wievielen Bewegungselementen ein Schwung zusammengesetzt ist. Im Schwimmen und in der Leichtathletik bilden die Teilespekte einer Bewegung schliesslich eine gleichbleibende Ganzform (Gestalt), die unveränderlich geübt und angewendet werden kann. Der Skilauf liegt im anderen Extrem. Es gibt keine feste Gesamtform. Jedes Bewegungselement muss unabhängig veränderlich bleiben. Jeder Schwung ist eine von der Situation bedingte neue Gestalt.

Vom Parallelschwung her betrachtet ist der Aufbau der Skimethodik ein analytisches Unterrichtsvorgehen. Schritt für Schritt werden die einzelnen Bewegungsabläufe gelernt und eingeschliffen. Die grossen Etappen sind

- Vorwärtsgleiten
- Seitwärtsrutschen
- Drehen.

Wenn wir schliesslich vor der Einführung des Parallelkristianias stehen, sind alle für ihn notwendigen Bewegungselemente bekannt und in ihrer situationsbezogenen Veränderlichkeit eingeschliffen. Nun kommt die Aufgabe der Synthese.

Ob das entscheidende Problem des Kantenwechsels mit Fersenschub-Umspringen, mit dem Stemmschritt oder mit raffinierter Geländehilfe angegangen wird, für diese Betrachtung ist nur eines entscheidend: dieser erste Schwung soll dem Können der Schüler und der gewählten Geländesituation entsprechen und weder die eine noch die andere Schulform um deren selber willen einexerzieren. Der Skilehrer soll die Bewegungshilfen einsetzen, die er für nötig hält, zum Beispiel Rotationsabstoss und Gegenschraube, Hochentlastung, Hüftknick, eventuell Stockeinsatz usw.

Da eine Einführung meist in einfachsten Verhältnissen geschieht, wird das Resultat dieser ersten Einführung etwa dem Bild des schweizerischen Gebrauchskristianias entsprechen: Etwas Rotationsabstoss, etwas Gegenschraube (Wegschieben der Skiendoen), etwas Hochentlastung, eventuell Stockeinsatz (siehe «Ski in der Schweiz», Kristania vom Hang).

Man könnte diesen Gebrauchskristania als eine Art Urform bezeichnen, die nun je nach den Verhältnissen oder als Spielform frei abgewandelt und mit neuen Namen belegt wird. So betrachtet ist jede Diskussion um die «allgemeingültige Schwungform» gegenstandslos. Es gibt nur richtige Schwünge in bezug auf eine bestimmte Situation.

Der Skilehrer wird also nicht eine Schulform in anderen Verhältnissen «anwenden», das heisst durchexerzieren, sondern er wird andere Gegebenheiten aufsuchen, neue Aufgaben stellen und so jeden Schwung neu als Antwort auf die Situation entstehen lassen.

#### 4. Von der Schweizer Einheitstechnik zum funktionellen Skiunterricht

Seit der Gründung des Interverbandes für Skilauf (1932) ist das eigentliche Ziel der Bestrebung zur Einiung eine einheitliche Unterrichtsmethode. Überall in der Schweiz sollte nach gleichen Grundsätzen unterrichtet werden. Man glaubte, dies nur erreichen zu können, wenn auch eine einheitliche Skitechnik festgelegt werden könnte. Der Vater der Einheitstechnik war darum der Wunsch, einen Bewegungsablauf zu finden, der in jeder Situation gleichermassen angewendet werden konnte, eine Bewegungsform, die allen Verhältnissen von Schnee und Gelände zum Trotz ihre Gültigkeit behalten sollte.

Die schweizerische Einheitstechnik wurde gefunden und feierte methodische Triumphe: überall wurde die gleiche Schwungform unterrichtet.

Die internationale Skitechnik kümmerte sich allerdings nicht um die Einheitswünsche, sie entwickelte sich weiter. Österreichische Rennfahrer fuhren anders und siegten. Die österreichische Skimethodik hat ihre Bewegungsabläufe fixiert und zur Unterrichtsmethode verarbeitet. Eine österreichische Demonstrationsgruppe soll sich einmal lächerlich gemacht haben, weil sie zwar mit ihrer «Einheitstechnik» auf der Piste sehr elegant fahren konnte, im tiefen Schnee aber versagte. (Davos 1953). Ihre Technik war also nicht allgemein gültig und darum unbrauchbar!

Die Rennfahrer fragten nicht viel nach den nationalen Glaubenssätzen der «richtigen Fahrweise». Sie benützten alles, was ihnen half, schneller und sicherer eine Slalomkombination oder ein Abfahrtsstück zu bewältigen. Die anfänglichen nationalen Unterschiede verschmolzen zu einer internationalen Renntechnik. Fand jemand ein wirkungsvolles neues Element, so war es ein Jahr später Allgemeingut.

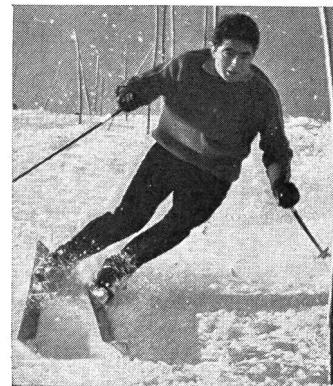
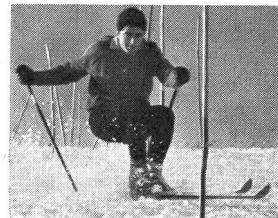
Der 1959 hergestellte Film «Kristiania» versuchte die Entwicklung zu analysieren und stellte fest: «Die Fahrer passen sich der Situation an...». Damit wären wir wieder bei der Hauptthese dieser Abhandlung angelangt. Die perfekte Anpassung des Fahrers an die Situation ist das wichtigste Problem der Skitechnik und die sachliche Hauptaufgabe des Skiunterrichtes.

In zähem, mühseligem Ringen ist seit 1954 der Einheitskäfig wieder aufgebrochen worden und mit dem Buch «Ski in der Schweiz» ist schliesslich die Vielfalt der Skitechnik wieder offiziell genehmigt worden. Legen wir die Einheitstechnik und mit ihr die Idee der allgemeingültigen Form ins Museum zu den «wichtigen Entwicklungsphasen».

Wie steht es nun aber mit der Einheitsmethode? Welches in einer bestimmten Situation die bestmögliche funktionelle Anpassung ist, darüber wird man sich weiterhin streiten. Die Rennfahrer werden der «Not» gehorchnend neue Bewegungsabläufe finden und man wird sie analysieren und mit Namen belegen (zum Beispiel Schlangenwedeln).

Man wird sich auch weiter darüber streiten, welche Bewegungselemente für den Anfängerunterricht wichtiger oder nebensächlicher seien. Man wird darum diesen oder jenen Weg der methodischen Einführung bevorzugen.

Da es verschieden begabte Schüler (und Lehrer) gibt, da trotz allen Maschinen zeitweise in einseitigen Schneeverhältnissen unterrichtet werden muss, da wir über die wirklichen Zusammenhänge von Skitechnik und Skimechanik noch wenig wissen, weil es noch keine experimentellen Messmethoden gibt, scheint es äusserst fragwürdig, sich auf uniforme Lehrwege zu



versteifen. Lehrpläne sind notwendig, sie geben Richtlinien und zeigen Möglichkeiten. Je mehr Freiheit sie lassen können, ohne dass Verwirrung entsteht, um so besser.

Eine Einheit aber ist möglich. Das Lehrprinzip kann überall das gleiche bleiben. Nach dem vorangegangenen könnte es etwa so formuliert werden:

**Der Skiunterricht soll dem Schüler ermöglichen, die skitechnischen Bewegungsabläufe in ihrer Abhängigkeit von Schnee, Tempo und Gelände beherrschen und möglichst vielseitig anwenden zu lernen.**

#### Nachwort

Es wäre unrealistisch zu glauben, dass die Ski-Unterrichtsindustrie sich mit dem funktionellen Leistungsprinzip begnügen könnte. Die Skipropaganda braucht Modeströmungen, mit denen für die nationalen Skischulen geworben werden kann. Es werden darum immer wieder neue Spielarten wie der Torsionschwung oder das Schlangenwedeln auf den Markt gebracht. Diese Schwünge haben in ganz bestimmten Situationen ihre funktionelle Gültigkeit und sind für

den Rennfahrer unentbehrlich. Auf der harmlosen Piste ausgeführt sind es Spielformen. Nun also, das Spiel hat im Vergnügungsskilauf seine Berechtigung und Modeformen machen das Bild auf den Pisten eigentlich erst farbig.

Auf lokaler und nationaler Ebene haben Skischulen das Bedürfnis, ihren Stil zu kennzeichnen. Ein harmloses Mittel dazu ist die Armhaltung. Harmlos darum, weil sie nur wenig funktionelle Auswirkungen hat (Dies gilt natürlich nicht für die Rennfahrer). In bezug auf die funktionelle Harmlosigkeit könnte man sogar auf die etwas verwogene Idee kommen, dass Mitbewegung (Rotation) und Gegenbewegung nur darum so hitzig diskutiert werden konnten, weil beide skimechanisch keine wesentliche Bedeutung haben. Wenn hingegen ein (oder kein) Hüftknick zum Stilmerkmal ausgerufen wird, dann wirkt das genau so befremdend wie eine Fussballmannschaft, die grundsätzlich nur mit der Innenseite der Füsse spielt.

Die Skimethodik kann unbeschadet Spielformen in ihr Programm aufnehmen und die Wandlungen des «guten Geschmacks» mitmachen. Solange das Prinzip der funktionellen Anpassung, also der Leistungsökonomie die Grundlage bleibt und den methodischen Aufbau prägt, kann sie jedem dogmatischen Formanspruch standhalten und einen lebendigen, vielseitigen Skiunterricht vermitteln.



Fotos:  
Hugo Lörtscher, ETS