

Lehrprobenthemen – Level 2 Skilehrer Telemark

Am Prüfungstag wird eine vorbereitete Lehrprobe von 15 min. durchgeführt.

Das Lehrprobenthema lautet für alle Lehrproben:

**„Arbeite mit deiner Skischülergruppe im 8-Punkte-Plan und des Regler Konzeptes am Punkt...!
Stelle passende Aufgaben und motiviere deine Schüler.“**

8-Punkte-Plan

1. Kurven fahren in Alpin-Technik mit Telemarkski.
2. Schrittreulation.
3. Schrittwechsel und festige die Schrittreulation.
4. parallele Kurven, die mit Schrittstellung beendet werden.
5. Schrittwechsel mit Umkanten.
6. Ausgleichsbewegungen (Überdrehen vermeiden).
7. Einsatz des kurveninneren, hintern Beins.
8. Telemark-Grundtechnik.
9. Regler „Schrittbewegung“
10. Regler „Körperschwerpunktsverlagerungen“
11. Regler „Kantbewegungen“
12. Regler „Drehbewegungen“