



Presseinformation

Oktober 2018

Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther – DSLV Profi-Skischulen integrieren neues Bewegungskonzept in ihre Skikurse

Einmaliges Trainingsangebot zur Förderung der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit

Mit dem Start der Wintersaison 2018/19 ergänzen die Skischulen des Deutschen Skilehrerverbands (DSL) ihr bewährtes Kinderkurs-Konzept um einen Ansatz, der auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen beruht: Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther ist ein integrierter Ansatz, der die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit fördert, das Konzentrationsvermögen stärkt, Strategien zur Stressbewältigung vermittelt sowie einen gesunden Lebensstil nahebringt. Das Konzept wurde von der Technischen Universität München (Lehrstuhl für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin) in Zusammenarbeit mit Felix Neureuther entwickelt. Experten des DSLV passten das Konzept an die Umsetzung im Schnee an, um es für den Skiunterricht zugänglich zu machen.

Felix Neureuther: „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. Denn: Ein Mensch lernt nie aus. Es gilt nur: Wer rastet, der rostet.“

„Wir sind stolz darauf, Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther in unsere Kinderkurse integrieren zu können“, freut sich Wolfgang Pohl, Präsident des DSLV. „Unser langbewährtes Konzept kids on snow wird damit deutlich bereichert.“ Norbert Haslach, Vorstand Schneesportschulen im DSLV, ergänzt: „Das Thema Kinderskiunterricht spielt in den meisten DSLV Profi-Skischulen die größte Rolle. Die DSLV Schneesport Philosophie bietet einen idealen Rahmen für 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 und sind somit ganz auf den Spuren von Felix. Der Skisport ist die erste Sportart, in deren Unterrichtskonzept die Initiative integriert wird.“

Bewegung unterstützt Lernvorgänge

Durch die vielseitigen Bewegungsabläufe im Skisport werden mentale Vorgänge aktiviert. Diese sogenannten exekutiven Funktionen - Arbeitsgedächtnis, Inhibition und kognitive Flexibilität - werden durch die ständig neuen Umweltbedingungen angeregt. Wechselnde Geschwindigkeiten beim Skifahren, verschiedene Geländeformen oder unterschiedliche Schneeverhältnisse bieten ideale Lernbedingungen, ohne dafür ein künstliches Umfeld schaffen zu müssen. „Hier sehen wir eine besondere Stärke im Skisport: Die äußeren

Bedingungen und Bewegungen wechseln mitunter sehr schnell, sodass keine künstliche Umgebung geschaffen werden muss, die vergleichbare Trainingseffekte bieten würde. Die Integration von Beweg



Deutscher
Skilehrerverband



dich schlau! mit Felix Neureuther - fit und clever skifahren in unsere Kinderskikurse ist somit ein logischer Schritt“, betont Haslach.

Neu in der kommenden Wintersaison wird der Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther – Parcours sein. In mehreren Skigebieten in Deutschland werden verschiedene Parcours-Schilder platziert, die den vorbeikommenden Skilehrern und Skifahrern Beweg dich schlau - Aufgaben vorschlagen, die sie ohne Hilfsmittel sofort ausprobieren können. Damit wird das Konzept im Kindergelände der Profi-Skischulen und in den Skigebieten sichtbar gemacht.

Koordinative Fähigkeiten – Äquivalent des Zentralnervensystems

Neben den exekutiven Funktionen stehen die koordinativen Fähigkeiten der Kinder im Fokus des Lernkonzepts. Ein besonders nachhaltiger Lerneffekt stellt sich dann ein, wenn Bewegungen bewusst gesteuert werden müssen – das Gehirn lernt dann am schnellsten. Die Verknüpfung von Denken und Bewegungen fördert Lernprozesse und kann in Skikursen in abwechslungsreichen Spielformen integriert werden. Orientierungsfähigkeit, Gleichgewichtssinn und Reaktionsfähigkeit sind nur einige Beispiele der geförderten Gedächtnisprozesse.

Kindgerechte Umsetzung mit viel Spaß am Schneesport

Die konkrete Umsetzung der Initiative Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther in den Kinderskikursen der DSLV Profi-Skischulen ist an strikte Richtlinien des DSLV geknüpft. Das Gütesiegel „kids on snow“ des DSLV gewährleistet schon seit einigen Jahren die Umsetzung des DSLV Kinderkurskonzeptes in den DSLV Profi-Skischulen. Mit der Einbindung von Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther integrieren die Profi-Skilehrer zahlreiche neue Übungsformen, die kognitive Prozesse fördern. Eine beliebte Übungsform ist das Spiel „Fernbedienung“: Zwei Skifahrer fahren dabei hintereinander die Piste ab, wobei der hintere Fahrer die Bewegungen des Vordermanns per Kommando steuert. Je nach Lernebene werden dabei beispielsweise Kurvenfahrten angesagt, jedoch auch ungewöhnlichere Bewegungen wie „Hand zur Schulter“ oder „Körper klein machen“. Durch die spontanen Reaktionen auf die Ansagen des Hintermanns werden kognitive Prozesse trainiert.

Mehr Informationen zu Beweg dich schlau! mit Felix Neureuther unter www.bewegdichschlau.com.

Pressekontakt:

Deutscher Skilehrerverband e.V.

Andrea Müller

An der Kandahar 11

D-82491 Grainau

Tel: +49 (0)8821 / 73214-0

mueller@skilehrerverband.de

www.skilehrerverband.de