

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Wir üben für den Rollbrett-Führerschein

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](https://www.school-scout.de)



I.50

Grundlegende Bewegungserfahrungen

Ein Brett auf Rädern – wir üben für den Rollbrett-Führerschein

Carolin Müller

Illustrationen: Julia Lenzmann, Stuttgart



© RAABE 2022

© RealPeopleGroup/E+

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe:	1 bis 4
Dauer:	ca. 3 Unterrichtsstunden
Kompetenzen:	Schulung der koordinativen Fähigkeiten, mit Geräten sachgerecht umgehen, Körperspannung zielgerichtet anwenden
Thematische Bereiche:	Spiel- und Sportgeräte; Rollen, Fahren, Gleiten
Medien:	Übungs- und Stationskarten
Zusatzmaterial:	Farbige Bildkarten (M 5)

Was Sie zu diesem Thema wissen sollten

In dieser Unterrichtseinheit erhalten die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, spezifische Körper- und Bewegungserfahrungen zu sammeln, die raumgreifende, geschwindigkeits- und gleichgewichtsabhängige Bewegungsformen umfassen. Sie sollen befähigt werden, Flieh- und Beschleunigungskräfte zu erleben und das Rollbrett in diesem Zusammenhang situationsangemessen zu beherrschen: Die Kinder müssen unter anderem ihre Körperlage auf dem Brett den (vorgegebenen) Bedingungen anpassen, z. B. wenn sie durch einen Kastentunnel fahren. Dabei wird die Körperspannung und ein Gespür von Sicherheit für den eigenen Körper trainiert.

Die Schülerinnen und Schüler erproben das Verhältnis zwischen Beschleunigung und dem kontrollierten Bremsen mit dem Rollbrett und empfinden die physikalischen Kräfte in einer Kurve. Ihre Anpassungs- und Reaktionsfähigkeit wird dadurch gefordert.

Des Weiteren werden das stabile Gleichgewicht und das Gefühl für die Regulation der Geschwindigkeit sowie die Steuerung der Richtung geübt. Das Rollen orientiert sich an der Fortbewegung und die Kinder experimentieren auf den Rollbrettern mit ihrem Gleichgewicht, das sie in einer ungewohnten Situation stets neu halten oder wiedergewinnen müssen. Dafür finden die Kinder ihre eigenen Bewegungslösungen, erproben und experimentieren und entwickeln ihre Gleichgewichtsfähigkeit sowie ihre Koordination stetig weiter. Die Kinder verfolgen das Ziel der Fortbewegung gegen einen Widerstand entweder aktiv (als sich selbst Bewegende) oder passiv (durch einen Partner) (vgl. Scherrer 2001).

Was Sie bei der Vorbereitung und Durchführung beachten sollten

Freies Experimentieren mit Geräten zum Rollen, Fahren, Gleiten

Es sollten erlebnisoffene Lernsituationen geschaffen werden, die das Ausprobieren der Sportgeräte und das vielfältige Experimentieren unterstützen. Viele unterschiedliche Rollbewegungen auf verschiedenen Sport- oder Alltagsgeräten können vor dieser Unterrichtseinheit erprobt werden, um dann auf das Rollbrett überzugehen (siehe Stunde 1 sowie Beitrag „Auf der Überholspur“ aus Einfach sportlich, siehe Medienhinweise).

Um zunächst die verschiedenen Fortbewegungsarten „Rollen, Fahren, Gleiten“ genauer zu kategorisieren, können den Schülerinnen und Schülern die Bildkarten (**M 5**) gezeigt werden und sie ordnen sie den Bewegungsarten zu.

Damit sich die Kinder beim Fahren nicht in die Quere kommen oder Zusammenstöße stattfinden, können zum Beispiel Übungszonen für die einzelnen Sportgerätarten oder Fahrbahnen eingerichtet sowie die Fahrtrichtung festgelegt werden.

Zwischen den Experimentierphasen sollten regelmäßige Reflexionen stattfinden, in denen die Kinder von ihren Erfahrungen berichten, ggf. „Kunststücke“ präsentieren dürfen und sich mit den anderen austauschen.

Sicherheitshinweise und Verhaltensregeln für das Rollbrettfahren

Besprechen Sie mit den Schülerinnen und Schülern die Verhaltensregeln und Sicherheitshinweise für den Umgang mit dem Rollbrett (siehe **M 1**), vor allem beim Stationsbetrieb in den Stunden 2 und 3, und greifen Sie diese in jeder Stunde wieder auf, damit sie sich den Kindern einprägen:

- Lange Haare müssen zusammengebunden werden, sie können sonst in die Rollen geraten.
- Die Rollbretter werden am Rand der Halle oder an einer Station „geparkt“ (auf den Kopf gedreht), wenn sie nicht benutzt werden. Dies gilt auch für die Reflexionsphasen oder wenn zusätzliche Geräte geholt werden.

- Es ist verboten, auf dem Rollbrett zu stehen oder es durch die Halle zu stoßen.
- Die Kinder müssen aufpassen, dass sie mit dem Rollbrett nicht über ihre eigenen Finger oder die von anderen Kindern fahren.
- Die Kinder müssen darauf achten, dass sie nicht mit anderen Kindern, Hallenwänden oder Geräten zusammenstoßen.

Die Regeln sollten während jeder Stunde für die Schülerinnen und Schüler sichtbar sein (evtl. großkopieren und aufhängen). Fordern Sie deren Einhaltung in jeder Stunde ein.

Geräteaufbau und Organisation des Stationsbetriebs

Die Schülerinnen und Schüler durchlaufen den Stationsparcours (siehe Doppelstunde 2/3) selbstständig nach ihrem eigenen Können und in ihrem eigenen Tempo, d. h., wenn das Signal zum Stationswechsel ertönt, dürfen einzelne Kinder ggf. an der Station bleiben und die Aufgaben wiederholen. Damit kein Stau entsteht, können manche Stationen doppelt oder mehrfach aufgebaut werden. Dritt- und Viertklässler können in den Auf- und Abbau der Geräte eingespannt werden (z. B. über einen Hallenplan, auf dem die Anordnung der Stationen in der Halle ersichtlich ist.) Bei Erst- und Zweitklässlern können Sie die Stationen aufbauen, während die Kinder die Partnerübungen durchführen (siehe **M 2**).

Sollten bei einer Station erhebliche Schwierigkeiten aufgetreten sein, kann diese in der nächsten Stunde nochmals aufgegriffen und ins Zentrum der Reflexion gestellt werden.

Sicherheitshinweis: Planen Sie die Anordnung der Stationen so, dass sich die Fahrbahnen der Rollbretter nicht kreuzen. Stellen Sie ggf. Weichbodenmatten an der Hallenwand als Puffer auf (z. B. beim Brems-Test, **M 3**/Station 3).

Als Abschluss der Unterrichtseinheit erhalten die Schülerinnen und Schüler einen „Rollbrett-Führerschein“ zur Bestätigung und Anerkennung ihrer geleisteten Kenntnisse und Fähigkeiten.

Welche weiteren Medien Sie nutzen können

- ▶ **Scherer, Hans-Georg:** Zwischen Bewegungslernen und Sich-Bewegen-Lernen. In: Sportpädagogik Nr. 4. Friedrich Verlag 2001.

Beitrag aus Einfach sportlich





- ▶ **Schamberger, Anne:** Auf der Überholspur – gleiten, fahren, rollen mit Freizeitsportgeräten (Teil I, Beitrag 32). In: Einfach sportlich, Ausgabe 31/2020.

In dieser Unterrichtseinheit probieren die Schülerinnen und Schüler verschiedene Freizeitsportgeräte mit Rollen und Rädern aus. Die Materialien können gut in die erste Stunde des vorliegenden Beitrags integriert werden.

Auf einen Blick

Legende:

L: Lehrkraft; SuS: Schülerinnen und Schüler

 Sicherheitshinweise	 Hinweis/Tipp
 Gespräch	 Variation/Differenzierung

1. Stunde

Thema: Erkunden von rollenden und gleitenden Geräten

Aufwärmen: Die SuS führen ein ihnen bekanntes Lauf-/Fangspiel durch (z. B. Zombieball).

Hauptteil: Offene Werkstatt: Den SuS werden unterschiedliche Geräte zur Verfügung gestellt, die sie frei erproben dürfen.



Besprechen Sie mit den SuS vorab Sicherheits- und Verhaltensregeln, damit keine Zusammenstöße oder Unfälle passieren.



Die SuS sollen mehrere Geräte ausprobieren und sich nach jeweils 5–10 Minuten Feedback geben.



Zwischen oder am Ende der Experimentierphasen finden Reflexionen statt:

- *Welche Geräte habt ihr ausprobiert? Was war schwierig/einfach daran?*
- *Was bedeutet „Rollen, Fahren, Gleiten“? Mit welchem Gerät habt ihr welche Fortbewegung gemacht?*
- *Was braucht man, damit man nicht von dem Gerät herunterfällt? (Gleichgewicht, Körperspannung)*

Abschluss: Einzelne SuS dürfen Kunststücke mit den Geräten präsentieren.

Benötigt: verschiedene Geräte, z. B. Teppichfliesen, Pedalos, Skateboards, Roller, Einräder, Rollschuhe, Rollbretter; ggf. Pylonen zur Markierung von Zonen/ Fahrbahnen

2./3. Stunde

Thema: Üben für den Rollbrett-Führerschein

Aufwärmen: Einige Rollbretter liegen umgedreht in der Halle aus. Die SuS laufen zu Musik frei um die Rollbretter herum. Bei Musikstopp stellen/setzen/legen sie sich neben eines der Rollbretter.

Hauptteil: L teilt den SuS mit, dass sie in dieser Stunde das Fahren mit dem Rollbrett erlernen und den Führerschein machen werden.

M 1 **Wichtige Regeln für das Rollbrettfahren** / Die Sicherheits- und Verhaltensregeln werden besprochen.

Damit sich die SuS an die Regeln erinnern, können die Bildkarten an der Hallenwand ausgehängt werden.



M 2 **Ideen für das Rollbrettfahren zu zweit** / Die SuS erproben das Rollbrettfahren zunächst mit Partner.

Es findet ggf. eine Zwischenreflexion statt und L bespricht mit den SuS den Ablauf des folgenden Stationsbetriebs.



M 3 **Rollbrettfahren an Stationen**

Die SuS durchlaufen die Stationen nach ihrem eigenen Können und Tempo. L steht ihnen beratend zur Seite. Der Stationswechsel (jeweils nach 3–5 Minuten) kann durch Einspielen von Musik angezeigt werden.



Die Rollbretter werden vor Verlassen der Stationen umgedreht!



Die SuS dürfen sich eigene (Geräte-)Arrangements und Übungen ausdenken (Absprache mit und Überprüfung auf Sicherheit durch L, bevor die SuS darangehen).



Abschluss: Reflexion und ggf. Präsentation von eigenen Ideen der SuS.

M 4 **Glückwunsch zum Rollbrett-Führerschein!** / L teilt die Rollbrett-Führerscheine an die SuS aus und lobt sie für die bestandene Prüfung.

Sollte noch Zeit übrig sein, kann das Spiel „Mattenrutschen“ durchgeführt werden: Zwei Gruppen erhalten je eine Weichbodenmatte und sollen diese von einer Hallenseite zur gegenüberliegenden befördern, indem das ganze Team gleichzeitig anläuft und sich bäuchlings auf die Matte wirft. Welches Team hat seine Matte zuerst bis zur anderen Seite gebracht?



Benötigt: Musikanlage und Musik, Rollbretter, 1 Springseil pro Paar, 2 große Kästen, 2 Weichbodenmatten, 1 kleiner Kasten, 1 Langbank, verschieden große Bälle, 1 Sandsäckchen, 5–6 Slalomstangen, Kreppklebeband, Hütchen zur Markierung von Startpunkten

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Wir üben für den Rollbrett-Führerschein

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](https://www.school-scout.de)

