
**Fahren, Rollen, Gleiten
Praxiskarten zum Modul P.4.
der Qualifizierungsreihe Sport in der Grundschule**

**1. Rollbrett und
Rollbrett-Führerschein**

Spielformen mit dem Rollbrett alleine

Ziel

- Rollbrett unter verschiedenen Gesichtspunkten kennenlernen
- Rollbrettregeln anhand der Bildkarten

Aufgabe

Das Rollbrett soll sitzend, kniend, in Bauchlage oder Rückenlage, vorwärts oder rückwärts, hockend, im Schneidersitz, in der Bankstellung mit einem Knie etc. ausprobiert werden.

Antriebsarten sollen erfunden werden: mit beiden Händen oder Füßen gleichzeitig, Hände oder Füße abwechselnd rechts und links, mit einem Bein kniend und mit dem anderen Fuß rollernd, anschiebend und sich anschließend in Bauchlage auf das Rollbrett werfend, sich an einem gespannten Seil entlang ziehend, mit einem Stab „paddelnd“, sich durch eine Bankgasse ziehend.

Material

Rollbretter, langes Seil, Stäbe zum Paddeln, Bänke



Spielformen mit dem Rollbrett in Partnerarbeit

Ziel

- Partnerweise das Rollbrett unter verschiedenen Gesichtspunkten kennenlernen

Aufgabe

Das Rollbrett soll partnerweise kniend, in Bauchlage oder Rückenlage, vorwärts oder rückwärts, im Schneidersitz, in der Bankstellung mit einem Knie etc. ausprobiert werden.

Hierbei ist darauf zu achten, dass beim Ziehen oder Schieben nur an Schultern geschoben werden darf, auf Körperspannung zu achten ist, der Partner auf dem Rollbrett Vertrauen erhält und das Tempo entscheidet, Rotationsbewegungen zulässt.

Gleichzeitig sollte darauf geachtet werden:

- Finger nicht an den Rädern, nicht mit den Rollbrettern kollidieren
- Haare zusammenbinden, enganliegende Kleidung
- **siehe weitere Rollbrettregeln im Anhang**

Material

Rollbretter

Spielformen mit dem Rollbrett in Partnerarbeit mit visueller und auditiver Einschränkung

Ziel

■ Partnerweise das Rollbrett unter verschiedenen Gesichtspunkten kennenlernen, dabei sind die Augen geschlossen oder mit einer Augenklappe bedeckt. Zusätzlich kann noch ein Gehörschutz eingesetzt werden

Aufgabe

Das Rollbrett soll partnerweise kniend, in Bauchlage oder Rückenlage, vorwärts oder rückwärts, im Schneidersitz, in der Bankstellung mit einem Knie etc. ausprobiert werden.

Hierbei ist darauf zu achten, dass beim Ziehen oder Schieben nur an Schultern geschoben werden darf, auf Körperspannung zu achten ist, der Partner auf dem RB Vertrauen erhält und das Tempo entscheidet, Rotationsbewegungen zulässt.

Gleichzeitig sollte darauf geachtet werden:

- Finger nicht an den Rädern, nicht mit den Rollbrettern kollidieren
- Haare zusammenbinden, enganliegende Kleidung
- **siehe weitere Rollbrettregeln im Anhang**

Material

Rollbretter, Augenbinden und Gehörschutz

Spielformen mit dem Rollbrett in Partnerarbeit und Zusatzmaterial zum Ziehen und Schieben

Ziel

■ Partnerweise das Rollbrett sowie Zusatzmaterial unter verschiedenen Gesichtspunkten kennenlernen, dabei können Seile, Reifen, Stäbe, Frisbee u. Tennisringe eingesetzt werden.

Aufgabe

Das Rollbrett soll partnerweise kniend, in Bauchlage oder Rückenlage, vorwärts oder rückwärts, im Schneidersitz, in der Bankstellung mit einem Knie etc. ausprobiert werden.

Hierbei ist darauf zu achten, dass beim Ziehen oder Schieben das Zusatzmaterial dazwischen geschaltet wird, auf Körperspannung zu achten ist, der Partner auf dem RB Vertrauen erhält und das Tempo entscheidet, Rotationsbewegungen zulässt.

Gleichzeitig sollte darauf geachtet werden:

- Finger nicht an den Rädern, nicht mit den Rollbrettern kollidieren
- Haare zusammenbinden, enganliegende Kleidung
- **siehe weitere Rollbrettregeln im Anhang**

Material

Rollbretter, Seile, Reifen, Stäbe, Tennisringe, Frisbee

Spielformen auf dem Rollbrett in Partnerarbeit mit Zusatzmat. unter Einschränkung der visuellen und auditiven Wahrnehmungsfähigkeit

Ziel

- Partnerweise das Rollbrett sowie Zusatzmaterial unter verschiedenen Gesichtspunkten kennenlernen, dabei können Seile, Reifen, Stäbe, Frisbee u. Tennisringe eingesetzt werden.
- Die Augenklappen und der Gehörschutz, welche vorher eingeführt worden ist, werden auch hier angewendet.

Aufgabe

Das Rollbrett soll partnerweise kniend, in Bauchlage oder Rückenlage, vorwärts oder rückwärts, im Schneidersitz, in der Bankstellung mit einem Knie etc. ausprobiert werden, dabei wird das Zusatzmaterial unter der Einschränkung durch die Augenklappen angewendet.

Hierbei ist darauf zu achten, dass beim Ziehen oder Schieben das Zusatzmaterial dazwischen geschaltet wird, auf Körperspannung zu achten ist, der Partner auf dem RB Vertrauen erhält und das Tempo entscheidet, Rotationsbewegungen zulässt.

Material

Rollbretter, Seile, Reifen, Stäbe, Tennisringe, Frisbee, Augenklappen und Gehörschutz

Wer rollt am weitesten? Wer bremst am schnellsten?

Ziele

- Kraft
- Wettkampf
- Spaß

Aufgabe

Alle Spieler stoßen sich mit Händen oder Füßen von der Wand ab und versuchen anschließend, möglichst weit zu gleiten. Wer kommt am weitesten?

Variationen

- Rückwärts abstoßen
- Auf dem Bauch liegend
- Verschiedene Fahrpositionen ausprobieren
- Ein Partner gibt Anschwung
- Bremstest

Material

Ein Rollbrett pro handelnde Person



Crashzentrum

Ziele

- Vertrauen schaffen
- sich etwas zutrauen... Wagnis

Aufgabe

Ein TN fährt mit Schwung an eine senkrecht an die Wand lehrende Weichbodenmatte. Der TN wird aus einer bestimmten Entfernung von einem Partner angeschoben oder kann von einer Rampe herunterfahren. An einer bestimmten Markierung den Partner seitlich um 90 Grad drehen und loslassen, bevor es zum Crash kommt. Evtl. auch mit verbundenen Augen und Gehörschutz fahren.

Material

Rollbretter, Markierungshütchen,
Weichbodenmatten,
Augenbinden



Rollbrett „Fantastico“

Ziele

- Kreativität
- Fachlicher Austausch
- Wiederholung der gelernten Inhalte

Aufgabe

Partnerweise sollen sich die Teilnehmer Bewegungsformen und Kunststücke mit dem Rollbrett überlegen und können dabei kleine Kästen, Seile, Matten etc. nutzen. Nach Vorstellung der geplanten Aktionen sollen die Teilnehmer den erfundenen Aktionen Namen geben.

Material

Rollbretter, Kleinmaterialien und Großmaterialien



Spielformen in Gruppen - Taxistaffel

Ziele

- Material unter Wettkampfbedingung ausprobieren
- Kommunikation und Kooperation
- Wettkampf
- Spaß

Aufgabe

Es werden je nach Anzahl gleich große Gruppen gebildet. Die Gruppen teilen sich nochmal und stellen sich gegenüber (etwa 15-20 Meter) auseinander auf. Der jeweilige Startfahrer fährt mit dem Rollbrett zur gegenüberliegenden Seite. Dort steigt ein weiterer Fahrer des Teams hinzu und beide fahren auf dem Rollbrett zurück. Der Startfahrer steigt ab, der zweite fährt wieder zur anderen Seite und holt den dritten Spieler hinzu etc. Gewinner der Staffel ist das Team, bei der zuerst alle Spieler wieder ihre Ausgangsposition erreicht haben.

Variation

Das Spiel kann auch als Umkehrstaffel gespielt werden. Auf dem Hinweg schiebt oder zieht Partner A, auf dem Rückweg Partner B.

Material

Rollbretter, Hütchen zur Markierung

Auto, Bus, LKW, Zug und weitere Fahrzeuge bauen

Ziele

- Kooperation und Kommunikation
- Handlungsplanung
- Ausdauer

Aufgabe

Ein Team besteht aus 3-4 Personen. Jedes Team hat die Aufgabe sich ein Fahrzeug mit z.B. einem kleinen umgedrehten Kasten als Karosserie zu bauen. Mit Hütchen soll eine möglichst gerade Strecke vereinbart werden, die seitlich außerhalb eine Boxengasse zum Fahrer- und Antriebswechsel aufzeigen muss. Ausschließlich dort darf gewechselt werden. Ein oder zwei Fahrer müssen immer im Fahrzeug sitzen, 1 oder 2 Spieler können sie anschieben. Wann und wie gewechselt wird, bleibt den Teams selbst überlassen.

Welches Team schafft in 10 Minuten die meisten Fahrten?

Variation

- Aus einer Matte und vier Rollbretern entsteht ein „Rennwagen“ für 4 Fahrer
- Aus einer umgedrehten Bank und drei RB entsteht ein Bus
- Aus einem Kastendeckel und zwei RB entsteht ein LKW
- Aus einem Weichboden und sechs RB entsteht ein Schiff

Material

Rollbretter, kleine Kästen, Matten, Weichboden, Bank, Kastendeckel

Blinde Achterbahn

Ziele

- Wahrnehmung mit geschlossenen Augen schulen
- Vertrauen schaffen
- Orientierung

Aufgabe

Ein Teilnehmer sitzt auf einem Rollbrett und hat die Augen geschlossen. Die restlichen TN stehen im Kreis und rollen den Fahrer hin und her. Alle sind für die Sicherheit des Fahrers verantwortlich.

Variation

Die TN gehen zu zweit zusammen. Einer schiebt und der Andere darf mit geschlossenen Augen einen gebauten Parcours abfahren.

Material

Rollbretter, Augenbinden



Rollroboter

Ziele

- Taktile Wahrnehmung
- Raum- Lage- Orientierung

Aufgabe

Alle Spieler gehen paarweise zusammen. Nur einer fährt Rollbrett/Teppichfließe/Pedalo (Roboter), der Andere (Mechaniker) steuert ihn durch seine Hand. Berührt er ihn an der rechten Schulter, so muss der Roboter sich zu 90° nach rechts drehen. Wird er an der linken Schulter berührt, dann läuft er nach links. Keine Berührung bedeutet immer geradeaus.

Angeschaltet wird er am Kopf.

Der Mechaniker muss aufpassen, dass der Roboter an niemanden anstößt und in keine gefährlichen Situationen gerät.

Variation

Das Spiel kann auch mit Augenbinden gespielt werden.

Material

evt. Augenbinden, Rollbretter, Teppichfliesen, Pedalo

Susi und Strolch oder Katz und Maus

Ziele

- Auditiv Wahrnehmung
- Raum- Lage- Orientierung
- Kinästhetische Differenzierungsfähigkeit



Aufgabe

Susi und Strolch haben die Aufgabe, sich mit geschlossenen Augen auf dem Rollbrett fahrend zu finden. Die Geräusche des Bretts sollen den blinden Verliebten dabei helfen. Der Spielraum wird durch Hütchen begrenzt, die restlichen TN sind um das Feld verteilt und achten auf die Sicherheit von Susi und Strolch.

Variation

Katz und Maus fangen sich auf dem Rollbrett gegenseitig.

Susi und Strolch werden von einem Hundefänger gefangen und müssen sich durch das Bewegen auf dem Rollbrett retten. Auch hier sind die Augen geschlossen und die restlichen TN um das Feld verteilt.

Material

Rollbretter, Hütchen zur Markierung, Augenbinden

Waschstraße

Ziel

- Entspannen
- Kontakt suchen

Aufgabe

Die Teilnehmer bilden eine Gasse (Autowaschanlage). Einzelne Teilnehmer können auf dem Bauch rollend hindurchfahren und sich bei einer „Waschprogramm deluxe“ entspannen. Die TN können gebürstet, gewaschen, abgespült, geföhnt, poliert etc. werden.

Material

Rollbrett, Schwämme, Bürsten, Heulrohre, Tücher



Auf hoher See

Ziele

- Auditive Wahrnehmung
- Körperwahrnehmung
- Raum- Lage- Orientierung

Aufgabe

Die TN (Schiffe) sollen versuchen mit geschlossenen Augen (Nebel) sich innerhalb des Meeres mit einem Rollbrett zu bewegen. Ihre einzige Hilfe besteht darin, das andere TN (fest stehende Schiffe) die ihnen begegnen durch ihr Nebelhorn Signal geben, wo sie anecken könnten. Je mehr stehende Schiffe es gibt, desto einfacher ist die Durchquerung des Meeres.

Variation

Das Spiel kann auch mit Teppichfliesen gespielt werden.

Material

Rollbretter, Augenbinden, Teppichfliesen, Markierungskegel

Karussell für 12 Kinder

Ziele

- Kooperation und Kommunikation
- Körperspannung
- Kraft
- Kinästhetische und vestibuläre Wahrnehmung

Aufgabe

In der Mitte von vier Schülern ist das Rollbrett. Die Kinder liegen sternförmig vom Rollbrett aus gesehen auf dem Rücken und haben die Füße auf dem Rollbrett. Andere Kinder stehen außen herum und fassen die vier Schüler an den Händen, nun beginnt sich das Ganze zu drehen. Vorsicht: Langsames Drehen und Körperspannung ist Pflicht.

Material

Rollbrett

Großfahrzeuge bauen

Ziele

- Kreativ arbeiten
- In Kommunikation und Interaktion treten

Aufgabe

Die Aufgabe besteht darin, möglichst große, stabile, kreative Fahrzeuge zu bauen. Dies kann in ganz unterschiedlicher Form geschehen, es muss nur fahrbar sein.

Material

Weichbodenmatte, kleine Matten, Kästen, Rollbretter, Tücher und Decken etc.



Rollbrettbahn

Ziele

- Mit Material experimentieren
- Vestibuläre und kinästhetische Wahrnehmung

Aufgabe

Wir bauen eine Rollbahn aus Kästen als Abgrenzungen und vielen Tennisbällen als Inhalt und Tragfläche der Bahn. In dieser Bahn können sich die TN mit Anlauf mit ihrem Körper rollen (sitzen, liegen) oder ein rumgedrehtes Rollbrett als Floß nutzen. Als Hilfe können beispielsweise zwei Seile als Haltemöglichkeit durch die Halle gespannt werden.

Variation

Der Gruppe kann an dieser Stelle einen Arbeitsauftrag gegeben werden, den sie mit der Rollbahn erfüllen sollen.

Auf einem Rollbrett können auch zwei TN (einer stehend, einer sitzend) fahren.

Material

Weichbodenmatte oder Kästen als Abgrenzung, viele Bälle, Rollbretter, Seile

Hockenheimring

Ziele

- Umgang mit dem Material erfahren
- Bewegungslandschaften austesten
- In Interaktion und Kommunikation kommen

Aufgabe

Die Rennstrecke die gebaut werden soll besitzt Unterführungen, einen langen schmalen Tunnel, Slalomstangen und eine gerade Schnellstrecke, eine Tankstelle und eine Reparaturwerkstatt.

Das Ziel besteht darin, die gebaute Strecke so schnell wie möglich zu befahren.

Man kann Teams bilden oder auch im Einzelrennen gegeneinander fahren und das gestoppte Ergebnis miteinander vergleichen.

Material

Kästen, Matten, Langbänke, Pylonen, Slalomstangen, Rollbretter



Kreisverkehr

Ziele

- Vestibuläre Wahrnehmung
- Gleichgewichtsfähigkeit
- Kinästhetische Wahrnehmung

Aufgabe

Eine Langbank liegt in der Mitte auf ein bis zwei Rollbrettern auf und ist an ein Seil gebunden. Ein paar TN sitzen auf der Langbank. Die TN werden so im Kreis gedreht.

Material

Langbank, Seil, Rollbretter



Rodeo

Ziele

- Taktile und kinästhetische Wahrnehmung
- Schulung des Gleichgewichts

Aufgabe

Eine Weichbodenmatte liegt auf 8 Rollbrettern. Sie ist umrandet von weiteren Matten, so dass diese nicht wegrollen kann. Der TN versucht möglichst lange auf der Weichbodenmatte stehen zu bleiben, während die Anderen TN die Matte hin und her bewegen.

Material

Rollbretter, Weichbodenmatte, kleine Matten oder Weichbodenmatten zum Sichern des Aufbaus

Sechs-Tage-Rennen

Ziele

- Ausdauer
- Geschicklichkeit
- Schnelligkeit
- Teamfähigkeit

Aufgabe

Die Rennteams (je 4 Teilnehmer) warten an ihrer Box (Turnmatte). Je ein TN fährt eine festgelegte Runde mit dem Rollbrett und kehrt zu seinem Team zurück, dann übernimmt der Nächste.

Variation

Die Körperlage wird festgelegt (liegen, hocken, sitzen...).

Material

vier Rollbretter, vier Matten, Markierungshütchen



Varussell

Ziele

- Gleichgewichtsfähigkeit
- Kooperation

Aufgabe

In der Mitte steht ein Varussell und darauf liegt ein Weichboden. In den jeweiligen Ecken befinden sich vier Rollbretter, diese werden vertikal und horizontal verbunden. An den Ecken wird das Karussell von vier TN gedreht und ein TN in der Mitte der Matte hat die Aufgabe, sein Gleichgewicht zu halten.

Material

Rollbretter, Varussell, Seile, Weichbodenmatte



Haltet das Feld frei

Ziele

- Schnelligkeit und Ausdauer
- Differenzierungsfähigkeit

Aufgabe

Ein Feld wird in zwei gleich große Hälften geteilt. Zwei Mannschaften werden gebildet. Jeweils zwei Spieler haben ein Rollbrett gemeinsam zur Verfügung und sitzen Rücken an Rücken darauf. In jedem Feld befinden sich Gegenstände (unterschiedliche Bälle), die in das andere Feld geworfen oder gerollt werden sollen.

Ziel ist es nach ertönen des Schlusspfeiffs so wenig wie mögliche Gegenstände im Feld zu haben. Die Bälle dürfen nicht gesammelt werden, sondern müssen gleich ins andere Feld befördert werden. Nach dem Schlusspfeiff geworfene Bälle ergeben zwei Minuspunkte

Material

Markierungskegel, unterschiedliche Bälle, halb so viele Rollbretter wie TN

Verkehrspolizist

Ziele

- Verkehrsregeln erlernen und anwenden
- Festigung der erlernten Bewegungskompetenz

Aufgabe

Die TN werden in vier gleich große Gruppen eingeteilt und halten sich an einer vereinbarten Markierung auf. Der Verkehrspolizist steht in der Mitte der Halle (Kreuzung) und regelt mit ausgestreckten Armen den Verkehr und zeigt an, welche Gruppen die Kreuzung passieren dürfen.

Variation

- Überkreuzen mit Rollbrettern (liegend, sitzend, stehend etc.)
- Überkreuzen mit Pedalos
- Überkreuzen mit Teppichfliesen

Material

Rollbretter, Pedalos, Teppichfliesen, Hütchen zur Markierung



Reißverschluss, Achterfahren, Rechts vor links

Ziele

- Verkehrserziehung und Straßenregel erlernen
- Rhythmus einhalten
- Orientierung
- Aufeinander Achten

Aufgabe

Reißverschluss: Zwei Gruppen bewegen sich im spitzen Winkel aufeinander zu und bilden im Reißverschlussverfahren eine Linie. Zuerst wird das Prinzip als Gruppe gleitend kennengelernt, später dann mit dem Rollbrett. Am Ende der gerade Strecke öffnet sich der Reißverschluss wieder und die TN scheren zu der Seite aus von der sie sich eingefädelt haben.

Variation

Achterfahren: Die Gruppe durchgleitet eine Achterschleife, hier gilt die Bewegung vorausschauend aufeinander abzustimmen. Wenn das Prinzip verstanden ist, kann das Ganze mit Rollbrett durchgeführt werden.

Rechts vor links: Zwei Gruppen A und B umfahren jeweils im Uhrzeigersinn zwei Ovale die einander im rechten Winkel überschneiden. Dabei kommt es an den vier Schnittpunkten zu Begegnungen, die nach der Regel rechts vor links zu meistern sind.

Material

Rollbretter

Rollbrettlandschaft

Ziel

- Material kennenlernen
- Mit Material umgehen
- Sich kreativ betätigen



Aufgabe

Die TN bauen gemeinsam eine Rollbrettlandschaft mit verschiedenen Stationen auf. Im Anschluss können die TN gemeinsam die Landschaft austesten.

- Tankstellen: entsteht beispielsweise aus an der Sprossenwand befestigten Springseilen
- Höhle und Tunnel: besteht aus Matten, Kästen und Bänken
- Mauer: die durch Papierkartons oder Zeitungspapier gebaut werden kann und durch die man fahren kann
- Wippe: diese kann aus einem Brett und einer Bank bestehen
- Parkhaus: kann ein abgegrenzter Raum sein, z.B.: zwei große Kästen, wo eine Weichbodenmatte als Dach dient
- Fährrboot: kann ein durch den Raum gespanntes Seil darstellen, um sich so von A nach B zu ziehen
- Straßen: Diese können durch Taue und Seile gelegt werden
- Ampelanlage: Diese können durch Bierdeckel oder Tücher entstehen
- Waschanlage: Mit Bürsten, Igelbällen, Tüchern etc.

Material

Rollbretter, Seile, Matten, Kästen, Bänke, Pappkartons, Weichbodenmatte, Kleinmaterialien