

3 Auf Rollen und Rädern

3.1 Zu zweit mit einem Rollbrett

Zwei Kinder teilen sich ein Rollbrett. Ein Kind fährt und das andere stösst, zieht, hilft, sichert oder läuft. Eine gute Zusammenarbeit trägt wesentlich zum erfolgreichen Lösen der Aufgaben bei. Im Voraus werden Verhaltens- und Sicherheitsregeln vereinbart.

Mal laufen – mal fahren und sich dabei helfen.

Stoss-Fahrt: Die Paare begeben sich zusammen auf eine vereinbarte Strecke, wobei die Läuferin die Rollbrettfahrerin sorgfältig schiebt.

- Die Rollbrettfahrerin darf 10-mal mit einem Bein abstossen, dann muss sie das Rollbrett ihrer Partnerin übergeben und weiterlaufen. Evtl. sichert die Läuferin die Rollbrettfahrerin mit Handfassung.



➔ Wetteifern mit dem Rollbrett: Vgl. Bro 3/4, S. 21

Gleichschritt: Der Rollbrettfahrer fährt neben dem Läufer und versucht, auf dessen 2., 4., 6. ... Schritt je einmal mit dem Bein abzustossen und so die gleiche Geschwindigkeit wie der Läufer zu erlangen.

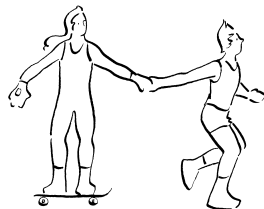
- Eigene Rhythmusformen (er-)finden.



☯ Die S zeigen einander, was sie können.

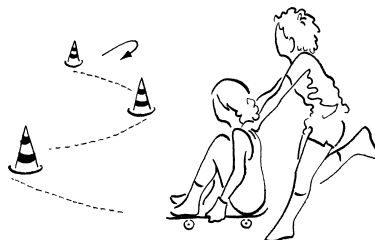
Kunststücke auf dem Brett: Die Rollbrettfahrerin nimmt auf dem Brett eine beliebige Position (z.B. Sitzen, Stehen auf einem oder beiden Beinen ...) ein, und ihr Partner zieht oder schiebt sie umher.

- Die Fahrerin nimmt auf dem Brett eine «Fechthaltung» ein und hält die eine Hand nach vorne. Der Partner fasst die Hand und spielt für eine Runde das Abschleppfahrzeug.
- Die Fahrerin wird angestossen und probiert, während der Fahrt ein Kunststück auszuführen: Übergang zur Kauerstellung, Standwaage, Strecksprung, Drehsprung mit Wechsel des vorderen Beines ... Gelingt es dem Partner, das Kunststück nachzuahmen?
- Wem gelingt es, den Partner bis zu einer Startlinie so dosiert anzustossen, dass dieser in freier Fahrt möglichst nahe zu einer Ziellinie fährt?



Bob-Slalom: Ein Partner setzt sich aufs Brett und der andere schiebt ihn durch einen markierten Zick-Zack-Kurs. Vorwärts und rückwärts schieben.

- Der «Pilot» darf die Route frei bestimmen.
- Die Läuferin bestimmt die Richtung durch Druck auf die Schultern des «Piloten».
- Im Stehen...
- Als Wettkampf (z.B. Parallelsalom).



Rollbrettfahrer und Läufer: Der Rollbrettfahrer absolviert eine Rundstrecke; der Läufer versucht, ein bestimmtes Ziel anzulaufen und vor dem Rollbrettfahrer am Ausgangspunkt zurück zu sein. Rollenwechsel.

- Die S suchen Alternativen zum Laufen.
- Beide Partner befinden sich auf der gleichen Strecke (z.B. um einen Weiher) und wechseln sich mit dem Rollbrettfahren ab.



🌐 Nicht auf viel befahrenen Strassen üben.