



# Kompetenzkarte für eine Einheit

Sport

5. Klasse

## Rollerprüfung

**Zeitraumen:** ca. 3 Wochen (6 Stunden)

**Bewegungsfeld:** Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten

**Lernmethodischer Schwerpunkt:** Kooperatives Lernen (Fahren im Klassenverband, Fahren in der Kleingruppe)

### Dieses Bewegungsfeld umfasst

- das Fördern der dynamischen Gleichgewichtsfähigkeit,
- das Erleben und das Beherrschen der Geschwindigkeit sowie der Flieh- und der Beschleunigungskräfte,
- den verantwortungsvollen Umgang mit sich selbst und anderen, Geräten und Material sowie der Umwelt,
- das Erfahren eines größeren Aktionsradius.

### Erwartete Kompetenzen laut Kerncurriculum

Bewegungen des Rollens und Gleitens ausführen

- bewegen sich kontrolliert mit einem rollenden oder gleitenden Gerät fort,
- ändern gezielt die Richtung, beschleunigen und bremsen.
- stellen grundlegende Bewegungsanforderungen beim Rollen oder Gleiten fest.
- bewegen sich in komplexen Situationen mit einem rollenden oder gleitenden Gerät dynamisch fort.
- erläutern komplexe Bewegungsanforderungen.

Naturnahe und öffentliche Räume mit angemessenem und rücksichtsvollem Verhalten nutzen

- halten grundlegende Sicherheitsregeln ein,
- gehen verantwortungsbewusst mit Material- und Umweltressourcen um.
- erkennen die Notwendigkeit von vereinbarten Sicherheitsregeln,
- reflektieren Möglichkeiten eines nachhaltigen Sporttreibens im naturnahen und öffentlichen Raum.

### Inhalte der Einheit

Die Schülerinnen und Schüler werden auf die Rollerprüfung/ den Erwerb des Rollerführerscheins vorbereitet, indem sie folgende Fähig- und Fertigkeiten erwerben:

1. Einführung in dem Umgang mit dem Tretroller durch:

- Motivationsfilm von Jens Seemann (<http://www.youtube.com/watch?v=662ykYhAJrk>)
- Unterrichtsgespräch bezüglich Mobilität und Umweltschutz (siehe Tretrollerkonzept auf ISERV)
- Verkehrsgerechtes Verhalten (Helm, Tempolimit, Einhaltung der Verkehrsregeln usw.)
- Prozedere der Verteilung der Roller an den einzelnen Schüler durchsprechen (siehe Tretrollerkonzept)

2. Kondition

- Gesundheitlichen Aspekt erkennen
- Sportliche Herausforderung/Anspruch vermitteln (nicht zu unterschätzen!!)
- Förderung der körperlichen Aktivität und Motorik

3. Inhalte der Tretrollerprüfung:

- Slalom fahren um Hütchen
- Roller über ein Hindernis heben
- über eine Wippe fahren
- durch eine schmale Spur fahren, ohne die Hütchen umzuschmeißen
- Fahren im Klassenverband und in der Kleingruppe (Einhaltung eines Sicherheitsabstandes zum Vordermann)
- Flüssiges und sicheres Fahren (beidseitiges Fahren mit sicherem Beinwechsel, Einsatz des Schwung- und Standbeines)
- Bremsen mit/ohne Betätigung der Hand-/Fußbremse (durch Gewichtsverlagerung)
- Wenden (richtiges Hochheben des Rollers)

4. Erwerb des Tretrollerführerscheins (siehe Punkt 3)

- Vermittlung der allgemeinen Verkehrsregeln durch Polizei am Tag der Prüfung

### Methoden:

Vorschläge siehe Tretrollerkonzept (ISERV), Unterpunkt „Vorschläge zur Gestaltung des Sportunterrichts“