

Praxisbeilage 41: Skateboard

Das Fahren auf rollenden Brettern ist so populär, dass aus dem Experiment mit einem Stück Holz auf vier Rädern womöglich eine olympische Disziplin werden könnte. Diese Praxisbeilage bietet nicht nur zukünftigen Olympioniken Hand, sondern all jenen, die den Rollsport neu entdecken wollen.

Den Sportunterricht im Freien zu gestalten, ist für manche Lehrperson eine ungewohnte Herausforderung. Zusätzlich ist vielen das Thema «Rollbrettfahren» fremd, abgesehen davon, dass es ein höheres (Unfall-) Risiko birgt. Deswegen im Sportunterricht gänzlich darauf zu verzichten, wäre falsch, zumal sich der Skatesport bei Jugendlichen hoher Beliebtheit erfreut.

Um die Verletzungsrisiken zu minimieren und Haftungsfragen entgegen zu können, braucht es klare Verhaltensregeln, die nötige Schutzausrüstung und ein methodisch geeignetes Vorgehen. Die Praxisbeilage soll dazu ermutigen, sich dem Rollsport vermehrt zu widmen.



Zwei Bretter auf Rollen

Die ersten Skater hätten wohl gestaunt, hätte man ihnen gesagt, dass innerhalb weniger Jahre aus ihrem Experiment ein so populärer Sport werden würde. Millionen von Zuschauern weltweit verfolgen heutzutage am Fernseher die «X-Games» – die inoffiziellen Weltmeisterschaften. Insbesondere in den USA interessieren sich die Medien stark für das Skateboarden.

Zudem wird zurzeit diskutiert, das Skateboarden als olympische Disziplin aufzunehmen. Deutlich unbekannter ist das Waveboard, der jüngere Bruder des Skateboards. Seine spezielle Konstruktion (die Bretthälften lassen sich gegeneinander verdrehen und gefahren wird auf nur zwei Rollen) ermöglicht ein Vorwärtskommen mittels wellenförmiger Bewegung und ohne Abstossen mit dem Bein. Enge Kurven und leichte Steigungen sind keine Hindernisse mehr. Die Verletzungsgefahr ist deutlich geringer, denn das Anhalten ist vereinfacht und sicherer.

Aufsteigen und losrollen

Das Skate- und Waveboarden eignet sich gut für den Sportunterricht, da es von den Schülerinnen und Schülern – unabhängig vom sportlichen Talent – schnell erlernt werden kann und wichtige motorische Fähigkeiten fördert. Die Seiten 2 bis 9 nehmen das Skateboarden unter die Lupe. Anhand von Reihenbildern werden die Techniken des Fahrens und verschiedener Tricks illustriert.

Vielfältige Übungsformen ermöglichen das spielerische Erlernen dieser Techniken. Die Seiten 10 bis 14 widmen sich dem neuen Sportgerät «Waveboard». Die abschliessende Seite gibt einen Überblick, was sonst noch auf den Pausen- und Sportplätzen angerollt kommt.

[Praxisbeilage 41: Skateboard](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO