

## Freestyle-Sport: Streetskate

Skateboarden bietet eine nahezu grenzenlose Freiheit. Es braucht keine grosse Infrastruktur: Eine gepflasterte Fläche reicht aus, um die verschiedenen Tricks zu erlernen und auch um kleine Hindernisse einzubauen. Die Lernvideos von gorilla.ch wollen Schülerinnen und Schüler an diese Sportart heranführen, die ihre Ursprünge in den 1960er-Jahren hat.



Es gibt drei Hauptdisziplinen beim Skateboarden. Sie heissen: **Street, Vert und Pool**. Und jede wird in einer eigenen Location ausgeführt. Dabei koexistieren die Spezialitäten: Die Skater nutzen sie alle während ihrer Session, gehen von einem Trick zum anderen und switchen zwischen den Locations. Doch nur, wenn sie das nötige Können und die Geschicklichkeit erworben haben. Denn nur so lassen sich unangenehme Zwischenfälle vermeiden.

### Sicherheit geht vor

Für Anfängerinnen und Anfänger gilt: Helm auf, komplette Schutzausrüstung an und Fahrstil den Verhältnissen anpassen! Ausnahmen gibt es keine. Denn auch die kleinste Unaufmerksamkeit kann bei den besten Skatern zu dramatischen Folgen führen: Hirnerschütterungen, Schürfungen und Prellungen sind dabei die kleineren Blessuren, die bei Stürzen passieren können.

### Von den Basics zum Schwierigen

Mit den Streetskate-Clips von gorilla.ch erhalten Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, – z.B. im Rahmen des Sportunterrichts, einer Projektwoche etc. – sich intensiv mit dem Streetskaten

auseinanderzusetzen. Sie beginnen beim Praktischen und den Basics, es folgen einfache Tricks sowie auch schwierigere Tricks und schliesslich Inputs zum Streetskaten.

## Trainings

- [Die Basics](#)
- [Ollie](#)
- [Heelflip](#)
- [Pop shove it](#)
- [Kickflip](#)
- [180](#)

## Streetskate im Unterricht einbauen

**Smartphone:** Auf [gorilla.ch](#) können die Schülerinnen und Schüler die Anleitung zum Erlernen von Streetskate ansehen. So geben Sie ihnen auch die Möglichkeit, ihr persönliches Smartphone im Sportunterricht zu benutzen.

**Tablet:** Falls vorhanden, stellen Sie den Schülerinnen und Schülern ein Tablet der Schule zur Verfügung auf dem sie die Videos direkt von der [Website gorilla.ch](#) anschauen können. Definieren Sie Momente, in denen die Schülerinnen und Schüler die verschiedenen Skateboardtechniken trainieren können, z.B. während des Sportunterrichts oder in der Freizeit.

**Ziel:** Lassen Sie die SchülerInnen im Voraus ein Ziel definieren. Zum Beispiel einen der von Gorilla vorgeschlagenen Tricks lernen.

---

Quelle: [gorilla.ch](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**