



VERLAUFSPLAN

LONGBOARD: LEKTIONEN 3&4



BEWEGUNG

Dauer: 1 Doppelktion (2 Lektionen à 45 Minuten)	Unterrichtsinhalte:
Ort: Pausen- oder Sportplatz	1. Longboard Info: Wo ist das Fahren erlaubt?
Sozialform: Klasse, Partnerarbeit	2. Vertiefung Basics
Material:	3. Slalom
<ul style="list-style-type: none"> Longboard und Schutzausrüstung (Helm, Knie-schoner, Handschuhe) pro SuS Postenmaterial: Kreide, 4 Flaschen, 2 Teile Schnur à 1 m, Pylonen GORILLA Arbeitsblätter ausgedruckt: <ul style="list-style-type: none"> Longboard: Postenblätter Longboardpass (Klassensatz) GORILLA Info Lehrperson Longboard: Grundlagen und Warm Up pro SuS einen Bleistift 	4. Tricks
Lernziele: Die SuS...	
... wissen, wo Longboarden erlaubt ist.	
... erreichen mindestens 3/4 ihrer selbst ge-steckten Ziele des Postenlaufs.	
... arbeiten selbstständig an einem oder mehreren der Themen «Vertiefung Basics», «Slalom» oder «Tricks» im Postenlauf.	

VORBEREITUNG

Lehrperson (LP)	Schüler*innen (SuS)
<ul style="list-style-type: none"> Postenblätter und Material bei Posten vertei-len GORILLA Info Lehrperson Longboard: Sicherheit durchlesen 	

PHASEN

Zeit	Aktivitäten	Medien/Hilfsmittel
15'	Einstieg LP erklärt, wo Longboarden erlaubt ist. Anschliessend Longboards nehmen, Schutzausrüstung anzie-hen.	GORILLA Info Lehrperson Longboard: Sicherheit Longboard und Schutzmate- rial pro SuS
10'	Aufwärmen Longboard Stafette	GORILLA Info Lehrperson: Longboard: Grundlagen und Übungen Material Longboard Sta- fette: Pylonen





50'	Postenlauf Die SuS arbeiten selbstständig an ihren Zielen beim Postenlauf und üben die verschiedenen Tricks.	GORILLA Longboard: Posten GORILLA Longboard: Longboardpass Material Postenlauf: - Kreide - Pylonen - 4 Flaschen - 2 Teile Schnur
15'	Ausklang Longboard und Schutzmaterial zurückgeben, Longboardpass abgeben, Posten aufräumen und Feedbackrunde beim Dehnen: - Was fand ich besonders toll? - Was könnte ich besser machen? - Was will ich unbedingt noch lernen? - Was würde ich gerne nochmals machen?	


Tip: Was macht die Lehrperson während des Postenlaufs?

- Die LP kann zwischen den Posten zirkulieren, unterstützt, wo nötig und fördert das gegenseitige Helfen der SuS.
- Selbsteinschätzung der SuS ansehen: Die LP fragt, ob die SuS ein Ziel vorzeigen können und überprüft, ob die Selbsteinschätzung mit derjenigen der LP übereinstimmt (Haben sich die SuS zu schlecht/gut eingeschätzt oder genau richtig?).
- Die LP kann zudem auch selbst an Posten arbeiten – es motiviert die SuS sich zusammen mit der LP an eine neue Sportart heranzuwagen!


Weitere Ideen:

- Der Longboard-Unterricht ist auch gut für Halbklassenunterricht geeignet: Eine Hälfte befasst sich zusammen mit der LP mit dem Longboarden, die andere Hälfte arbeitet selbstständig z. B. an einem Koordinations-Circuit oder bereitet sich auf die nächste Sportprüfung vor. In der Mitte der Lektion wird gewechselt.
- Im Raum Zürich bietet [Board Yard](#) die Möglichkeit Longboards sowie Schoner für Schulklassen auszuleihen.
Interessierte LPs können sich direkt an Board Yard wenden, mit dem Vermerk GORILLA Schulprogramm: 044 280 35 65 oder info@boardyard.ch.
- Zusatzaufgaben für SuS, die alle Posten durchgearbeitet haben: Zu zweit oder in 4er Gruppen können die SuS sich gegenseitig mit dem Handy bei ihren Lieblingstricks auf dem Longboard filmen. Anschliessend können sie einen kurzen Clip von sich zusammenstellen.

Alle Unterrichtsmaterialien unterstehen der [Creative Commons Lizenz BY-NC-SA](#).

