



## **Waveboard-Spiele & methodische Unterrichtsreihe für Schulen**

### **Waveboard-Spiele:**

#### **1. Schlangenlauf**

Die Schüler werden in 2 oder mehr Gruppen aufgeteilt. Jede Gruppe fährt durch die Halle in einer Schlange, wobei jeder Schüler ein Board hat. Ziel ist es, die Schlange in ihrer Reihenfolge einmal durchrotieren zu lassen, so dass jeder Schüler an jeder Schlangenposition war. Welche Schülerschlange als erstes fertig ist hat gewonnen!

Vorgehensweise: Variante 1: Jeweils der Letzte der Schlange fährt von hinten, an den Anderen vorbei, auf die erste Position der Schlange.

Variante 2: Jeweils der Erste der Schlange fährt von vorne, an den Anderen vorbei, auf die Letzte Position der Schlange.

#### **2. Waveboard-Tanzformation**

Jede Gruppe denkt sich eine Choreografie aus, die sie versucht später um zusetzen. Dies lässt sich sehr schön mit Musik kombinieren. Dabei sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt und es entsteht Raum für freies und kreatives Arbeiten der Schüler. Das Waveboard wird als Grundelement mit den anderen Bewegungsformen (laufen, gehen, hüpfen, springen) kombiniert. Zum Schluss führt jede Gruppe ihre Formation vor. Zu beachten: Waveboard-Tanzformation ist besser geeignet für mehrere Unterrichtseinheiten und in einer Stunde nicht um zusetzen.

#### **3. Waveboard-Völkerball**

Vom Aufbau ist diese Form des Völkerballs dem Bekannten gleich. Nur die Spieler im Feld fahren auf dem Board. Zu Beachten ist: die Felder müssen eine bestimmte Größe haben um Bewegungsfreiheit zu gewährleisten!

#### **4. Waveboard-„wer-hat-Angst-vorm-schwarzen-Mann“**

Beliebtes Spiel für jüngere Klassen (Grundschule, sowie 5./6.Klasse), welches in der bekannten Form mit den Waveboards ausgeführt werden kann. Hierbei ist zu Beachten, dass die Schülerzahl und die Raumaufteilung mit einander harmonisieren -> genügend Platz muss vorhanden sein, sonst 2 Gruppen schaffen.

#### **5. Waveboard-Rennen**

Ist in vielen verschiedenen Varianten ausführbar.

- Zwei Gruppen: Jeder aus der Gruppe fährt nacheinander um eine Pylone.
- Zwei Gruppen: Jeder aus der Gruppe bewältigt nacheinander einen Slalomparcour
- Zwei Gruppen: zwei Schüler aus einer Gruppe fahren parallel bis zur anderen Wand und zurück, wobei sie sich einen großen Softball zupassen.
- .....

#### **Waveboard-Brennball – sollte nicht ausgeschlossen werden (total beliebt bei den Kids)**

Vom Aufbau dem bekannten Brennball und dessen Regeln gleich.

Vorgehensweise: Variante 1: Nur die Schüler die von Station zu Station kommen müssen fahren mit dem Waveboard. Die Gruppe, die den Ball holt und abschlägt läuft. Zu Beachten bei dieser Variante: die Stationen dürfen nicht soweit von einander entfernt sein.

Variante2: Beide Gruppen benutzen zur Fortbewegung das Waveboard. Zu beachten bei dieser Variante: die Stationen müssen weiter auseinander liegen, da sonst der Raum zu eng wird.

### **Methodische Unterrichtsreihen für Schulen:**

Methodische Unterrichtsreihen sind, im Vergleich zu den „einfachen Spielen“, verschiedene Übungsformen aufgegliedert in Stufen, um den Bewegungsablauf und die Koordination für das Waveboard zu schulen und zu verinnerlichen. Dabei wird Stück für Stück der Schwierigkeitsgrad erhöht und die Aufmerksamkeit nacheinander auf unterschiedliche Elemente der Gesamtbewegung gelenkt. Der Sportunterricht basiert größten Teils auf diesen methodischen Reihen um die Gesamtbewegung in Teilelementen besser zu schulen. Viele Sportlehrer haben mich auf eine mögliche methodische Reihe für das Waveboard angesprochen. Obwohl es auf den ersten Blick sehr theoretisch wirkt ist es didaktisch eine fundierte Vorgehensweise. Beispiele für eine mögliche Aufgliederung der Gesamtbewegung für das Waveboard und eine methodische Reihe für den Sportunterricht können sein:

#### **1- Schulung der *Koordination* / *Gleichgewicht***

**1.Stufe:** Verbalisieren und wichtigsten Komponenten erarbeiten

**2.Stufe:** praktische Übungen, wie z.B. auf Schwebelbalken stehen, dann balancieren

**3.Stufe:** praktische Übung des Gleichgewichtes auf dem Waveboard in zweier Gruppen mit gegenseitige Fehlerkorrektur

#### **2- Analyse der Beinbewegung Hinten -> *Antriebsbewegung***

**1.Stufe:** Verbalisieren und wichtigsten Komponenten erarbeiten

**2. Stufe:** Visualisierung durch Vorführen des korrekten Bewegungsablaufes

**3.Stufe:** praktische Bewegungsübung ohne Board, mit und ohne Hilfsmittel (z.B. Blatt Papier auf Boden), Twistbewegung trocken

**4.Stufe:** Antriebsbewegung auf und mit dem Board in zweier Gruppen mit gegenseitiger Fehlerkorrektur

#### **3- Rumpfbewegung (*Rumpf- und Armbewegung können zusammengefasst werden*)**

**1.Stufe:** Verbalisierung der Körperhaltung und Rumpfbewegung erarbeiten

**2.Stufe:** Visualisierung durch Vorführen der korrekten Rumpfbewegung

**3.Stufe:** praktische Bewegungsübung ohne Board, mit und ohne Hilfsmittel (z.B. Stöcke in die Hand)

**4.Stufe:** Rumpfbewegung auf dem Waveboard mit Fehlerkorrektur in zweier Gruppen

#### **4- unterstützende Armbewegung**

**1.Stufe:** Verbalisierung der unterstützenden Armbewegung erarbeiten

**2.Stufe:** Visualisierung durch Vorführen der korrekten Armbewegung

**3.Stufe:** praktische Bewegungsübung ohne Board, mit und ohne Hilfsmittel (z.B. Stöcke in die Hand)

**4.Stufe:** Armbewegung auf dem Waveboard mit Fehlerkorrektur in zweier Gruppen

#### **5- Beinbewegung/Fußbelastung Vorne -> *Lenkbewegung***

**1.Stufe:** Verbalisieren und wichtigsten Komponenten erarbeiten

**2. Stufe:** Visualisierung durch Vorführen des korrekten Bewegungsablaufes

**3.Stufe:** praktische Bewegungsübung ohne Board

**4.Stufe:** Lenkübungen auf und mit dem Board in zweier Gruppen mit gegenseitiger Fehlerkorrektur -> Beachten der Gegenbewegung des Antriebfußes