



Textblatt zum Film

„Unterwegs mit Roller und Skateboard“

Vorschule und Primarstufe

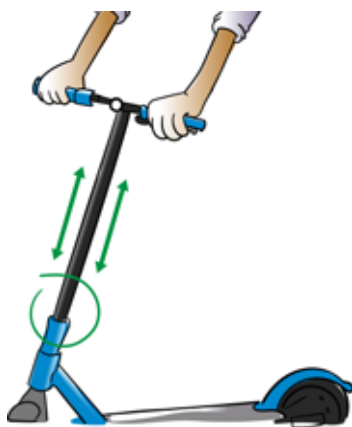


Adeel hat einen neuen Roller. Leyla fährt am liebsten mit ihrem neuen Skateboard.

Die beiden Freunde treffen sich nach der Schule in einem verkehrsberuhigten Bereich vor ihren Wohnhäusern.

>>> Hinweis:

Hier sollte darauf geachtet werden, dass die Straße wenig bis gar nicht befahren wird. Der Bereich sollte relativ verkehrsberuhigt sein. Beide sollten einen Helm tragen.

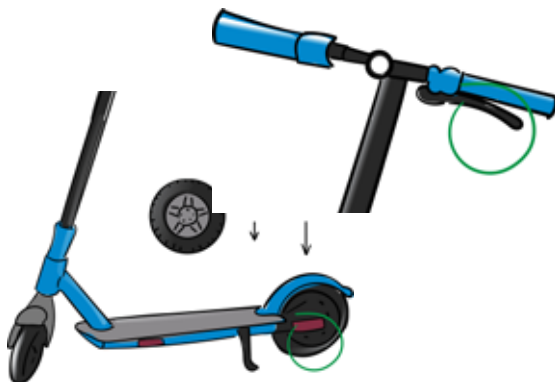


So muss ein Tretroller ausgestattet sein:

Der Lenker sollte Gummigriffe haben und höhenverstellbar sein.

>>> Hinweis:

Der Roller bzw. der Lenker sollte optimal an die Größe des Kindes angepasst sein. Man sollte mit beiden Händen den Lenker greifen können, ohne dass die Arme ganz ausgestreckt sind.



Die Räder sollten 10 bis 14 Zoll groß sein.

Der Roller sollte eine Hinterrad- und eine Handbremse haben.

>>> Hinweis:

Man sollte den Kindern vorher zeigen, wie die Bremse am Hinterrad funktioniert. Indem man auf das Hinterrad-Schutzblech tritt, aktiviert man die Bremse.

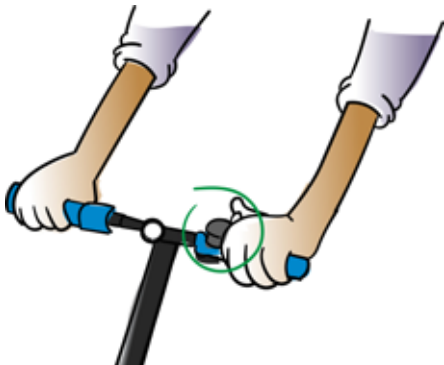


Beide Füße sollten auf die Trittfläche des Rollers passen.

Die Räder sollten mit einem Schutzblech verkleidet sein, damit man sich nicht in ihnen verfangen kann.

>>> Hinweis:

Hier sollte geübt werden, wie die Kinder sich am besten auf den Roller stellen können und sicheren Halt haben.



Der Roller sollte eine Klingel haben, die man mit dem Daumen gut erreichen kann.
So kann Adeel, wenn nötig, auf sich aufmerksam machen.

>>> Hinweis:
Nicht zögern, die Klingel auch zu benutzen!



Der Roller sollte nicht zu schwer und mit einem Tragegurt ausgestattet sein.

>>> Hinweis:
Hier sollte darauf geachtet werden, dass der Roller nicht zu schwer ist, damit Kinder ihn auch allein tragen können.



Beide Kinder tragen einen Helm. Der muss fest und gerade auf dem Kopf sitzen.

>>> Hinweis:
Bitte unbedingt mit den Kindern den Helm richtig einstellen, so dass dieser richtig auf dem Kopf sitzt und die Gurte an den Ohren bzw. unter dem Kinn optimal eingestellt sind.



Leyla trägt außerdem Protektoren an den Ellenbogen und an ihren Knien.

>>> Hinweis:
Protektoren und Schoner sind kein Muss, aber erleichtern die Übungen und schützen ggf. bei Stürzen vor Verletzungen.



Bevor Adeel sich mit seinem Roller bewegt, übt er folgende Manöver:

Er beschleunigt den Roller, indem er sich kräftig vom Boden abtritt.

Adeel fährt vorsichtig in eine Kurve.



Langsam und gleichmäßig bremst Adeel den Roller ab, damit die Räder nicht blockieren.

Erst nachdem der Roller abgebremst und vollständig zum Stehen gekommen ist, steigt Adeel ab

>>> Hinweis:

Kinder sollten das Bremsen und Absteigen unbedingt üben und sicher dabei sein. Bereits bei geringen Geschwindigkeiten können Stürze Verletzungen verursachen.



Leyla ist noch ungeübt mit ihrem Skateboard. Deshalb beginnt sie mit ihren ersten Übungen möglichst auf glattem Boden.

Zunächst versucht Leyla sicher auf dem Skateboard zu stehen und ihre Balance zu halten.



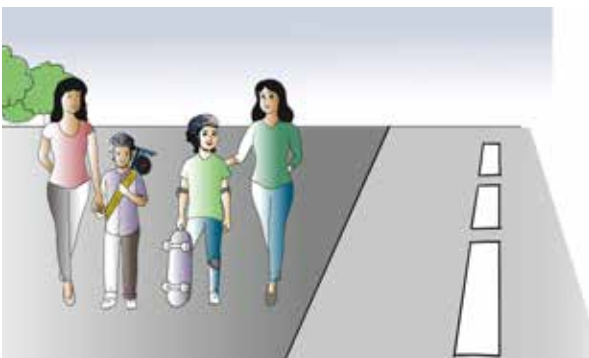
Nun stößt Leyla sich mit einem großen und gleichmäßigen Schritt vom Boden ab.

Der fahrende Fuß steht leicht schräg auf dem Board, sie hat die Knie leicht gebeugt, steht aber aufrecht.



Leyla lässt das Skateboard ausfahren.

Als es langsam genug ist, setzt sie einen Fuß auf den Boden und hält das Board an.



Erst wenn Leyla und Adeel ausreichend geübt haben, können sie sich mit ihren Fahrzeugen auch außerhalb von Spielflächen bewegen.

Aber grundsätzlich gilt: nur auf Gehwegen, niemals auf Straßen oder Fahrradwegen.

>>> Hinweis:

Beim Fahren auf Gehwegen, auf denen auch zu Fuß Gehende unterwegs sind, bitte darauf achten, gegenseitig Rücksicht zu nehmen und im Notfall abzusteigen.