

11. Baustein:

Auf Inline-Skates sicher durch die Kurve

Thema:

Kurven fahren und Hindernissen sicher ausweichen

Ziele:

Die Teilnehmer kennen Anlässe für Ausweichmanöver und können Ausweich- und Kurventechniken spielerisch vermitteln.

Inhalte:

1. Der Kursleiter zeigt den Jugendlichen, dass sich durch die Blickrichtung und die Richtung des Oberkörpers die Fahrtrichtung verändert. Dies lässt sich leicht nachvollziehen, indem die Skater auf Zuruf in die Richtung der Rufenden blicken. Sie fahren automatisch in deren Richtung. Es ist danach dann darauf zu achten, dass das kurveninnere Bein vorn ist. Zum Üben der Kurventechnik entwickeln die Teilnehmer einen Parcours.
2. In diesen Parcours können in einem zweiten Schritt auch Gefahrenstellen eingebaut werden wie z.B das Gitter eines Abwasserschachts aus Klebeband. So kann auch das Ausweichen und Übersteigen von Hindernissen geübt werden.
3. Dokumentation des Parcours.
4. Vorführung des T-Stops durch den Kursleiter. Die Teilnehmer üben den T-Stop und führen anschließend Bremstests mit den verschiedenen Bremsarten durch. Auch hier korrigieren die Teilnehmer die Haltung der Gruppenmitglieder.

Deutsche Verkehrswacht e.V., Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft e.V.,
Verkehrswacht Medien & Service-Center GmbH, Bonn 2010