

Materialaufstellung und Hinweise

In diesem Heft werden Symbole für Einzelarbeit (☺), Partnerarbeit (☺☺), Gruppenarbeit (☺☺☺) und Arbeit mit der gesamten Klasse (☺☺☺☺) verwendet, die sich in der jeweiligen Kopfzeile der Arbeitsblätter befinden.

Praktische Übungen

Die Seiten 3 bis 16 in entsprechender Anzahl kopieren und den Schülerinnen und Schülern bereitlegen.

- Station 1 **Balance halten**
Übung 1 + 2: Linien (Klebeband oder Straßenmalkreide).
- Station 2 **Gleichgewicht und Hindernisse**
Übung 1: große Zahlenkarten; Übung 3: Tore oder Stange, die von zwei Kindern gehalten wird; Übung 4: Stuhl, Bälle, Kiste.
- Station 3 **Wenden**
Übung 1: Straßenmalkreide.
- Station 4 **Genaueres Fahren**
Übung 1: Seil oder Band; Übung 2: Pylonen oder Dosen; Übung 3: Brett, Wippe; Übung 4: Dosen.
- Station 5 **Fahren mit Gegenverkehr**
Übung 1: Ball oder Plastikbecher mit Wasser; Übung 2: Parcours aufbauen (Pylonen, Kästen oder Straßenkreide).
- Station 6 **Rechts vor links**
Übung 2: Parcours aufbauen (Pylonen, Kästen oder Straßenkreide).
- Station 7 **Achtung, Gefahren!**
Übung 1: Hindernisse (kleine Bälle oder Ähnliches); Übung 2: Fahrbahn aus Schotter, Sand, Laub, Wasser.
- Station 8 **Bremsen**
Übung 1: Dosen; Übung 2: Hindernisse (kleine Bälle oder Ähnliches).

Viele Materialien finden Sie auch auf der Seite der Verkehrswacht (www.verkehrswacht-medien-service.de). Viele Verkehrswachten bieten Sets zum Ausleihen an, die beispielsweise Hindernisse wie Wippen beinhalten.



Balance Übung 1

Fahre mit deinem Fahrrad die abgeklebte Linie entlang.

Versuche, sie möglichst selten zu überfahren.



Download
zur Ansicht

Balance
Übung 2



Balance Übung 3

Suche dir einen Partner. Du darfst nun der Schatten deines Partners sein.
Fahre schräg neben ihm, sodass du ihn gut sehen kannst.
Du machst alles, was er auch tut.



Download
zur Ansicht

Balance
Übung 4



Gleichgewicht und Hindernisse Übung 1

Fahre mit deinem Fahrrad die gekennzeichnete gerade Spur entlang.
Ein Mitschüler hält Zahlenkarten hoch und du musst dich während der Fahrt zu ihm umdrehen.
Versuche, dabei nicht die Spur zu verlassen.
Zähle die Zahlen im Kopf zusammen.
Wenn du am Ende der Spur angekommen bist, nenne das Ergebnis.



Download
zur Ansicht

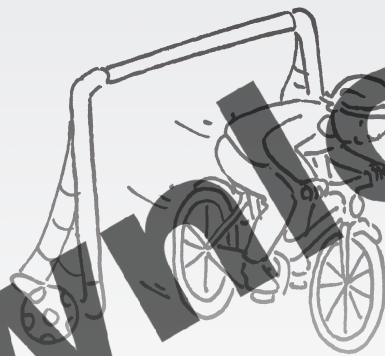
Gleichgewicht und Hindernisse
Übung 2



Gleichgewicht und Hindernisse Übung 3

Fahre mit deinem Fahrrad durch die Tore.

Wenn du durch das Tor gefahren bist, sieh dich um und nenne den Gegenstand, der hinter dem Tor versteckt wurde. Du darfst dabei natürlich nicht anhalten.



Download
zur Ansicht

Gleichgewicht und Hindernisse
Übung 4



Wenden Übung 1

Fahre mit deinem Fahrrad erst einmal Kreise.
Gelingt dir das schon gut, versuche es auch einmal mit Achten.
Am Anfang könnt ihr diese auch mit Straßenkreise aufmalen.
Versuche später, die Achten ohne Vorlage zu fahren.



Ihr könnt die Achten auch in einer Reihe von etwas vier Rädern hintereinander fahren. Achtet dabei auf den Abstand zum Vordermann.

Download
zur Ansicht

Wenden
Übung 2



Genaueres Fahren Übung 1

Zwei Mitschüler halten ein Seil oder ein Band auf Höhe deiner Schulter. Du versuchst, so nah wie möglich daran entlangzufahren, ohne es zu berühren.



Versuche, beim nächsten Durchgang eine Hand herauszustrecken und einhändig am Seil entlangzufahren, ohne es zu berühren.

Download
zur Ansicht

Genaueres Fahren
Übung 2



Genaues Fahren Übung 3

Fahre mit dem Fahrrad zuerst über das Brett. Danach fahre langsam über die Wippe.



Download
zur Ansicht

Genaues Fahren
Übung 4



Fahren mit Gegenverkehr Übung 1

Zwei Gruppen stellen sich in großem Abstand gegenüber auf.

Der erste Fahrer jeder Gruppe fährt los.

Die Kinder der Gruppe 1 haben jeweils einen kleinen Ball (oder auch einen Plastikbecher mit Wasser) in der Hand, den sie dem entgegenkommenden Fahrer übergeben müssen.



Download
zur Ansicht

Fahren mit Gegenverkehr
Übung 2



Fahren mit Gegenverkehr Aufbauplan mit Übung 1



S1 = Startpunkt Gruppe 1

S2 = Startpunkt Gruppe 2

Es können pro Gruppe immer etwa 2–3 Kinder fahren, damit die Gruppe 2 auch die Gelegenheit bekommt, über die Kreuzung zu fahren.

Download zur Ansicht



Rechts vor links

Übung 1

Lauft über den Schulhof. Legt jedem Mitschüler, der von rechts kommt, die rechte Hand auf die Schulter.



Download
zur Ansicht

Rechts vor links
Übung 2



Rechts vor links
Aufbauplan für Übung 2





Gefahren Übung 1

Drei Kinder fahren in einer Reihe. Das erste Kind bestimmt die Geschwindigkeit. Es kann auch sehr langsam werden oder sogar plötzlich anhalten. Die anderen Fahrer müssen darauf vorbereitet sein und sollen möglichst keinen Auffahrunfall bauen!



Damit auch das erste Kind sich auf mögliche Hindernisse und Gefahren einstellen muss, könnt ihr in der zweiten Runde ein Kind an den Rand stellen, das manchmal (nicht immer!) kleine Bälle oder Ähnliches auf die Fahrbahn rollt.

Download
zur Ansicht

Gefahren
Übung 2



Bremsen Übung 1

Stellt eine Bremslinie aus leeren Dosen auf.
Fahre nun so schnell wie möglich auf die
Dosen zu und brems so, dass du genau
vor den Dosen zum Stehen kommst.



Download
zur Ansicht

Bremsen
Übung 2



Bremsen Übung 3

Fahrt in einer Reihe hintereinander. Haltet Abstand! Denn der erste Fahrer kann das Tempo bestimmen und auch plötzlich bremsen.



Download
zur Ansicht

Bremsen
Übung 4