

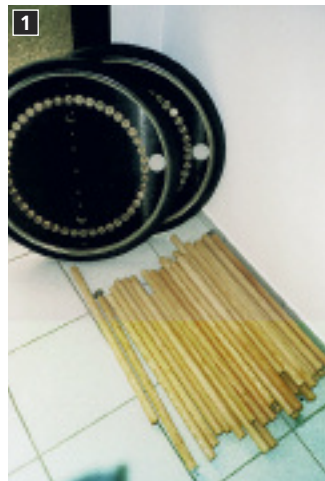
Die Lauftrommel

Methodische Hinweise und Übungsbeispiele

Alexander Butte

Das Gerät

Die Lauftrommel mit einem Raddurchmesser von 75 Zentimetern und einer Breite von 70 Zentimetern läuft auf den äußeren luftgefüllten 28-Zoll-Laufrädern. Dadurch rollt sie leicht und kann auch auf unebenem Untergrund im Freien sehr gut eingesetzt werden. Die Balancier- und Stehfläche besteht aus 44 Rundstäben, die als Nebenwirkung eine massierende Wirkung auf die Fußflächen haben. Wirft man Gegenstände wie Steine oder Holzkugeln in den Rollenkörper, so wird die Lauftrommel zusätzlich zur „Klangrolle“ (Abb. 1 und 2).



Einsatz des Gerätes

Bewegungsformen auf der Lauftrommel haben einen sehr hohen Aufforderungscharakter, tragen zur Bereicherung des Sportangebotes in Schule und Verein bei und sind zudem eine wertvolle Hilfe zur Erprobung und Vervollkommnung der Gleichgewichtsfähigkeit. Nach vorausgegangener Schulung der Balancierfähigkeit auf Bänken, Schwebebalken, auf dem Einzel-Pedalo, Doppel-Pedalo oder auch Wawago ist der Einsatz sowohl im Sportunterricht, als auch im Pausensport, in der Freizeit, in Vereinsgruppen, in der Ergotherapie und in der psychomotorischen Bewegungsförderung empfehlenswert.

Beobachtet man die Bewegungsumwelt, so kann man eine Fülle ähnlich gelagerter Balanciergelegenheiten wieder entdecken, die allerdings von vielen Kindern nicht in einem wünschenswerten Maße wahrgenommen





werden (können) wie das Laufen und Balancieren auf einem kurzen Baumstamm oder einer Regentonne. Auf Spielplätzen oder im Kinderzirkus hingegen trägt man mehr und mehr diesen Neigungen und Bedürfnissen Rechnung und bietet diese Roll- und Balanciergelegenheiten an.

Methodische Hinweise und Übungsbeispiele

Viele Kinder können mit der Hilfe eines Partners (Handhaltung) problemlos auf die Lauftrommel steigen und sofort mit kleinen Tripelschritten eine Fortbewegung einleiten (Abb. 3 und 4). Sie haben ein sehr gut ausgeprägtes Balancierverhalten. Im Folgenden werden methodische Hilfen angeboten, die im Sinne einer Bewegungsförderung für alle Kinder genutzt werden sollten.

Vorbereitungen treffen

Das Balancieren auf der umgedrehten Langbank, auf Reckstangen oder Schwebebalken fordert die Kinder in hohem Maße. Haben sie auf diesen Gebieten genügend Erfahrungen gesammelt, starten sie nun auf der Lauftrommel die ersten „Gehversuche“.

Zunächst setzt sich das Kind erst einmal auf die Lauftrommel und hält sich mit beiden Händen an den Laufrädern fest (Abb. 5), auch kann man sich mit dem Bauch auf die Holzstäbe legen und im Gleichgewicht bleiben. Ganz mutige Kinder stellen sich gemeinsam auf die Lauftrommel, während ein drittes Kind das Wegrollen verhindert (Abb. 6, siehe S. XX).

Selbstständige Erfahrungen sammeln

Sollte die Eigenständigkeit des Kindes im Vordergrund stehen, hat sich in der Praxis folgendes Bewegungsangebot zum Erlernen des Laufens auf der Lauftrommel bewährt; als Gerätehilfe wird der kleine Kasten eingesetzt, der zum einen das Aufsteigen erleichtert und zum anderen das kontrollierte Vorwärtsbewegen fördert.

Lernschritt 1

Die Lauftrommel befindet sich vor einem kleinen Kasten. Das Kind geht vom kleinen Kasten aus mit zwei kleinen Schritten links-rechts bzw. rechts-links über die sich leicht bewegende Lauftrommel und verlässt das Gerät nach vorn.



Lernschritt 2

Man steigt zuerst von einem kleinen Kasten direkt auf die Laufrolle. Man versucht, das Gerät mit den Füßen *mit mehreren kleinen Schritten* vorsichtig vom kleinen Kasten wegzubewegen. Wichtig dabei ist, die Lauftrommel wieder nach vorn zu verlassen.



Lernschritt 3

Nun gilt es das Laufen auf der Lauftrommel genau zu dosieren und zu kontrollieren. Das Kind lässt sich auf ein „Überlaufen“ der Lauftrommel und eine kontrollierte Landung auf einem zweiten kleinen Kasten ein (**Abb. 7**). Die Kinder üben das Überlaufen der Lauftrommel zunächst mit zwei Kontakten und einer Landung auf einem kleinen Kasten. Die Abstände der beiden kleinen Kästen können zunehmend nach einigem Leistungsvermögen vergrößert werden, immer mehr Schritte sind gefordert.



Lernschritt 4

Schon fortgeschrittene bzw. bewegungserfahrene Kinder können nach einem kurzen Anlauf auf die Lauftrommel springen. Kann das Kind schon mehrere kleine Schritte auf der Lauftrommel machen? Muss ein Helfer mit der ausgestreckten Hand helfen und sichern? Muss die Lauftrommel anfangs noch am Rand festgehalten werden?

Am Anfang wird man es nur selten zu wenigen Metern Fahrtstrecke bringen, aber nach und nach gelingt das immer öfter, man wird frei auf die Lauftrommel aufspringen, die Fahrten werden sicherer und auch länger.

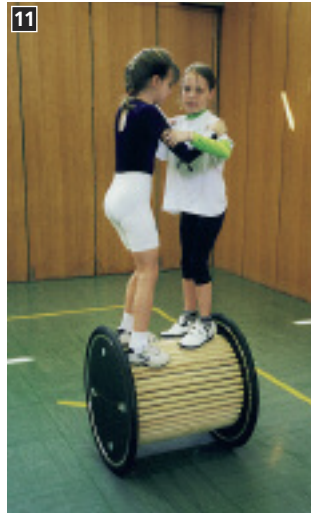
Weiterführende Variationen

Die Vielfalt im Umgang mit der Lauftrommel kann nun Schritt für Schritt gesteigert werden. Die Kinder sind sehr kreativ und suchen ständig weitere Variationen. Die Aufgabe des Lehrers besteht nun im Anregen zu möglichen Bewegungsformen, in der Hilfe, in der Ermutigung in einer sehr offenen Auseinandersetzung mit diesem interessanten Gerät.

- Mit einem Partner gemeinsam auf der Lauftrommel laufen, nebeneinander, der eine vorwärts, der andere rückwärts (Abb. 8 und 9).



- Vorwärts- und Rückwärtslaufen.
- Seitwärts balancieren, allein und auch mit einem Partner (Abb. 10 und 11).
- Die Balance auf einem Bein halten.
- Drehungen auf der Lauftrommel ausführen.
- Laufen und Tücher, Bälle, Ringe, Teller jonglieren (Abb. 12).
- Laufen und mit dem Teufelstab spielen (Abb. 13 und 14).
- Einen Reifen um die Hüften drehen.
- Einen Hügel oder eine Rampe hinaufrollen/hinunterrollen.
- Eine kleine Kür einüben – mit Abschlussbild (Abb. 15).



Text und Fotos: Alexander Butte
1255