

Laufrad und Helm einstellen

Zum Start wird der Sattel passend eingestellt – jedes Kind sollte auf dem Laufrad sitzend beide Füße flach auf den Boden stellen können.

Auch der Helm muss passend eingestellt werden. Der Kinderhelm hat an der Rückseite einen Einstellknopf, mit dem sehr schnell auf jeden Kopfdurchmesser eingestellt werden kann.

Wichtig: Sofort nach der Fahrt müssen die Kinder den Helm ausziehen, um nicht beim Spiele an einem Klettergerüst hängen zu bleiben.

Bremsen

Das Laufrad hat eine Bremse. Angesichts der Geschwindigkeit, mit der Kinder unterwegs sind, sind Bremsen im Prinzip empfehlenswert. Auch sollten Kinder lernen, mit einer Bremse ihre Geschwindigkeit zu reduzieren. Die Bremse darf nicht zu kurz eingestellt sein, damit sich die Kinder nicht überschlagen.

Andererseits sind Kinder mit 2 oder 2 1/2 Jahren kaum in der Lage, eine Bremse richtig zu benutzen. Es fehlt ihnen die Kraft in den Händen, auch können sie unterschiedliche Handlungen noch nicht koordinieren. Die Bremse am Laufrad verleiht bei jüngeren Kindern nicht unbedingt einen Sicherheitsgewinn. Bei etwas älteren, Laufrad-erfahrenen Kindern machen Bremsen hingegen Sinn.

Nie ohne Aufsicht

Kinder sollten nur unter Aufsicht fahren, da sie schon beachtliche Geschwindigkeiten erreichen. Gerade auf abschüssigem Gelände können sie schnell die Kontrolle über das Laufrad verlieren.

Rechtliche Tipps

- Das Laufrad ist ein Spielgerät. Es darf nur in Schonräumen und auf Gehwegen genutzt werden.
- Es gibt keine Altersbeschränkungen für die Fahrt von und zur Kindertagesstätte.
- Es gibt keine Vorschriften für die Anzahl der Erzieher/innen, die Ausflüge begleiten müssen und für das Alter der teilnehmenden Kinder.
- In der Betreuungszeit sind Kinder und Erzieher/innen bei der Unfallkasse BW unfallversichert.



Lions Club
Karlsruhe-Baden

Kinder in Schwung bringen mit dem Laufrad



Ihre Partner für Sicherheit:



Fritz-und-Thekla-Funke-Stiftung

Einfache Roll-Übungen

Mit dem Laufrad lassen sich ebenso wie mit Rollern, Dreirädern und Karts viele kleine Übungen auf dem Freigelände der Kindertagesstätte durchführen.

Beim Umgang mit dem Laufrad wird besonders das Gleichgewicht gefördert, und die Kinder erlernen auf einfache Weise den Umgang mit der Handbremse. So werden nicht nur Geschicklichkeit, Gleichgewicht und Reaktion verbessert, sondern auch gute Grundlagen für die spätere Fahrradbeherrschung gelegt.

Zunächst wird das einfache Geradeaus-Rollen geübt. Wer kommt mit einem kurzen Anlauf am weitesten, ohne die Füße auf den Boden zusetzen? Schwieriger ist das Fahren, wenn die Fahrspur immer enger wird. Die Fahrspur wird dabei mit Pappdeckeln, farbigen Schnüren oder ähnlichem markiert. Das Kurvenfahren wird mit einfachen Links- und Rechtskurven geübt. Hierzu lässt sich eine kleine Strecke mit einfachen Hindernissen markieren.

Wenn die Grundübungen (geradeaus fahren, rollen, Kurvenfahren) beherrscht werden, wird es schwieriger. Mit Schnüren, Markierungspunkten o.ä. wird eine Slalomstrecke markiert, die die Kinder zügig durchfahren und abwechselnd nach links und rechts lenken müssen. Auch das Fahren in einer 8 – zunächst links-, dann rechts herum, ist nicht so einfach.

Als Hindernis halten zwei Kinder eine Schnur in Schulterhöhe, die auf dem Laufrad gebückt passiert werden muss. Das Bremsen bis zum Stand wird geübt, wobei die Füße erst ganz spät auf den Boden gesetzt werden sollen. Gebremst wird sowohl auf ein Signal hin, aber auch vor einer Linie.

Spielerische Übungen

Farben anfahren

Schwämme oder bunte Pappdeckel werden auf der Freifläche verteilt, die Kinder fahren mit Laufrädern und Rollgeräten dazwischen umher. Auf die Ansage einer Farbe hin („Rot“, „Blau“, ...) rollt jedes Kind zu dem nächsten Gegenstand mit der angesagten Farbe und berührt diesen mit einem Fuß.

„Schatten fahren“

Ein Kind fährt auf dem Laufrad umher, fährt mal langsamer, mal schneller und umkurvt dabei Hindernisse. Ein zweites Kind soll als „Schatten“ im Abstand von 2 Metern (nicht weniger!) folgen und alle Bewegungen möglichst exakt nachmachen. Nach einer Weile wird gewechselt.

Würfeln

Die Kinder fahren umher, die Erzieherin würfelt mit dem großen Schaumstoffwürfel und sagt jeweils die oben liegende Zahl laut an. Mit jeder Zahl ist eine Aufgabe verbunden, z.B.: 1 = sich mit einem Partner zusammentun und langsam nebeneinander her fahren; 2 = zur Wand fahren und diese berühren; 3 = alle fahren in einem großen Kreis.

Laufrad-Staffel

Die Kinder stellen sich in zwei Gruppen auf, für jede Gruppe wird eine kurze Slalom-Strecke mit einem Wendepunkt am Ende abgesteckt. Auf ein Startsignal hin fährt ein Kind von jeder Gruppe so schnell wie möglich über den Slalom und übergibt das Laufrad am Start an das nächste Kind.

Bei zu großen Unterschieden zwischen den Gruppen kann ein Stopp am Wendepunkt verordnet werden. Die Erzieherin würfelt mit dem Farbwürfel „Rot“, und beim Wendepunkt wird angehalten, bis der Würfel wieder „Grün“ zeigt. Bei „Rot“ dürfen beide Kinder noch bis zum Wendepunkt fahren, bevor sie anhalten müssen.

Laufrad-Parcours

Mit Markierungspunkten, Seilen, Schwämmen u.ä. Dingen wird ein kleiner Parcours auf der Freifläche aufgebaut. Dabei können je nach verfügbarem Platz ein Kreis, eine schmale Gasse, eine Linie zum Bremsen und Absteigen, eine schmale Gasse oder eine Engstelle eingebaut werden. Die Kinder fahren den Parcours nacheinander, die Markierungen dürfen dabei nicht berührt werden. Genauigkeit geht hier vor Schnelligkeit.

Schwieriger wird der Parcours, wenn die Kinder beim Durchfahren ein Spielsäckchen auf dem Kopf balancieren.

„Lebender Parcours“

In einem abgesteckten Parcours wird eine lange und mindestens 2 Meter breite Gasse eingebaut. Die Gasse wird von mehreren Personen überquert, wobei die Laufrad-Kinder rechtzeitig ausweichen oder anhalten müssen. Die Fußgänger überqueren die Gasse langsam und gleichmäßig.

Fritz-und-Thekla-Funke-Stiftung

