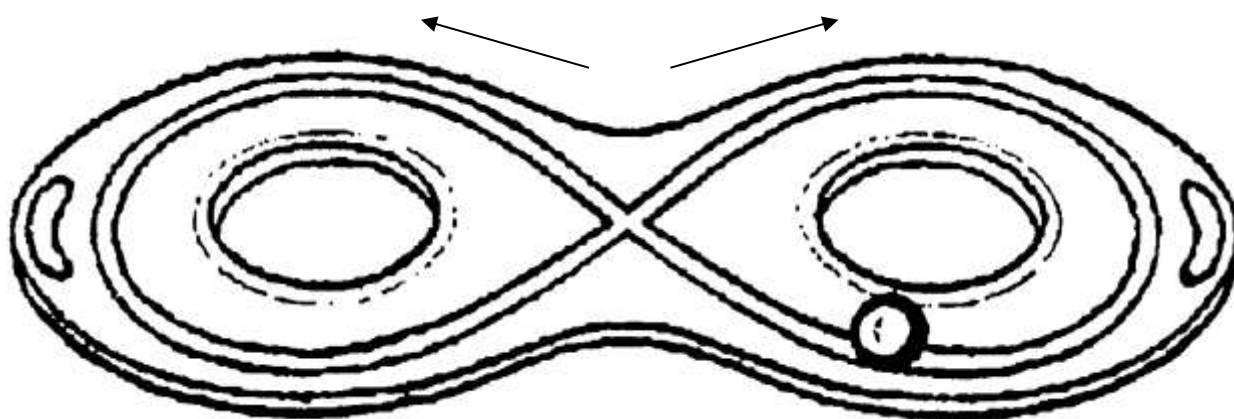


# Die liegende Acht als Kugelbahn

(für jedes Alter geeignet)



Preis: € 39,- (inkl. zwei Kugeln)

Leinensäckchen mit zusätzlichen  
zwei Ersatzkugeln: € 4,50

## Beschreibung des Gerätes:

Die Kugelbahn besteht aus natürlichem, unbehandeltem **Erlenholz** und wurde in einer **Behinderten-Werkstatt** gefertigt. Sie ist 56 x 23 cm groß und wird mit zwei verschieden dicken **Stahlkugeln** in einem Leinensäckchen ausgeliefert. **Griffmulden** an den beiden Enden des Brettes erleichtern die Handhabung.

Sie ist **beidseitig bespielbar**; die Laufrillen der beiden Seiten sind unterschiedlich breit und tief und stellen damit unterschiedlich hohe Anforderungen an Geschicklichkeit, Geduld und Konzentration, wenn man die Kugel laufen lässt.

**Wichtig: Kugel stets von der Mitte aus nach oben rollen lassen (s. Pfeile)!**

Um die beiden kreisrunden Löcher des Brettes sind ebenfalls Laufrillen eingefräst. Dadurch kann man die Kugel **sowohl über Kreuz als auch einseitig** („homolateral“) laufen lassen.

Dieses Holzspielzeug ist mit dem Gütesiegel „**spiel gut**“ ausgezeichnet worden. Es wirkt nicht nur ästhetisch ansprechend, sondern fördert auch die Sinne und dient mehreren Zwecken gleichzeitig (s. nächste Seite):

(bitte wenden!)

## Sinn und Funktion der Kugelbahn:

- **Konzentrationsförderung:** Das In-Bewegung-Versetzen einer Kugel und vor allem ihr In-Bewegung-Halten stellen ein Funktionstraining für Konzentration dar. Wer die Kugel laufen lässt, ist ganz schnell nur noch bei ihr; störende und ablenkende Gedanken verblasen. Alle Sinne sind auf den Lauf der Kugel gerichtet und auf sonst nichts – das ist Konzentration.
- **Motorische Geschicklichkeit:** Die Kugel ruhig und gleichmäßig schnell laufen zu lassen, ist nicht ganz so einfach, wie man im ersten Augenblick glaubt. Beide Hände müssen das Brett gemeinsam und koordiniert in allen drei Dimensionen des Raumes steuern: rechts - links, vorne - hinten, oben - unten. Wer die Geschicklichkeit noch weiter üben möchte, kann versuchen, die Kugelbahn einhändig zu benutzen: in der Brettmitte anfassen; jede Hand mal ausprobieren.  
Weitere Möglichkeiten bestehen darin, das Brett im Sitzen auf die Oberschenkel oder auch auf die Füße zu legen und so die Kugel zu steuern. Achtung: Wenn die Hände immer wieder zum Brett zucken, kann man sie hinter dem Rücken falten.
- **„Integration“ der beiden Gehirnhälften:** Die linke Gehirnhälfte („Hemisphäre“) übt vor allem abstrakte, logische und „digitale“ Funktionen aus: das Zählen, Auflisten von Einzelheiten, Sprache und analysierendes Denken sind Beispiele für linkshirnige Aufgaben. Zudem steuert und kontrolliert sie Motorik und Sinneswahrnehmungen der rechten Körperhälfte. Die rechte Hemisphäre steuert dagegen die linke Körperseite und ist für bildhafte, ganzheitliche, emotionale Funktionen zuständig.  
Beide Hemisphären werden benötigt, um optimale geistige Leistungen zu vollbringen. Bei einem Aufsatz beispielsweise steuert das rechte Gehirn Ideen und die anschaulich-bildhafte Sprache bei, während das linke für logischen Aufbau, korrekte Grammatik und die Einhaltung der Rechtschreibregeln sorgt.  
Die Kugelbahn aktiviert beide Gehirnhälften durch den Überkreuzlauf der Kugel und die steuernden Bewegungen der beiden Hände. Wer die Kugel eine Minute über Kreuz laufen lässt, dann je 30 Sekunden um die beiden Kreise herum und abschließend wieder eine Minute über Kreuz, der hat sowohl beide Gehirnhälften einzeln angeregt als auch ihre „Integration“.
- **Entspannung:** Wer aufgeregt, gestresst, nervös ist, wird die beruhigende Wirkung der Kugelbahn bald zu schätzen wissen. Je geschickter man in der Handhabung ist, desto rascher kann man in einen meditativen, tranceartigen Zustand gelangen, der tiefe Entspannung und Regeneration bewirkt. Darum ist die Kugelbahn für gestresste Erwachsene, aber auch für Kinder in der Hausaufgaben-situation besonders geeignet:

**Eine kleine Hausaufgaben-Pause mit der liegenden Acht alle 15 - 20 oder auch 30 Minuten (je nach Alter und Ausdauer) verkürzt die Gesamtarbeitszeit, verbessert die Konzentration und verringert die Fehlerquote!**

---

### **Weitere Fördermaterialien bei *träbert pädagogische materialien*:**

- Labyrinth von Chartres als Kugelbahn (€ 39,- / Säckchen mit 2 Ersatzkugeln: € 4,50)
- Ei-Springball (Flummi in Eiform, mini bunt € 2,-; normal groß und braun € 2,-)
- Holzkreisel „Käfer“ (€ 2,00)
- Kugelgeduldspiel „Waldtiere“ aus Holz (€ 3,00)
- Kugel-Fangspiel (Geschicklichkeitsspiel, € 2,00)
- Holzpuzzle „Waldtiere“ (24-tlg.) € 3,00