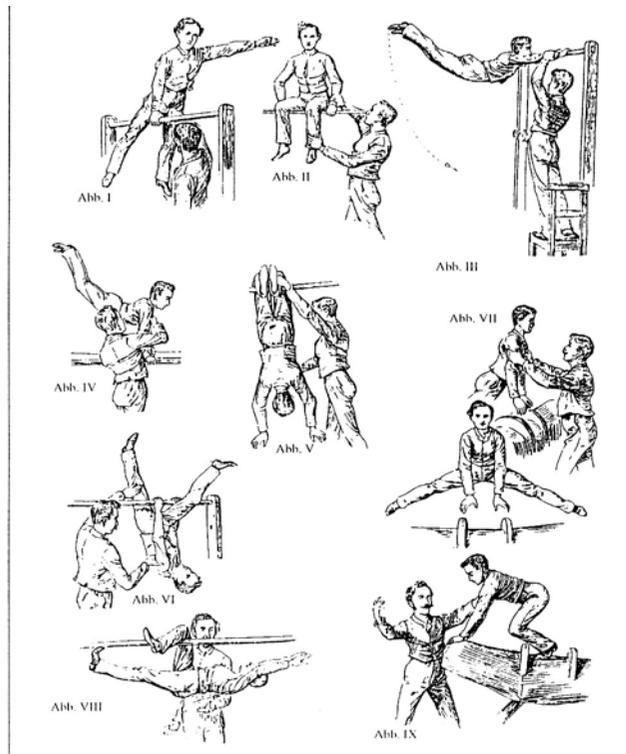


Helfen und Sichern im Gerätturnen „das sog. 6. Gerät“

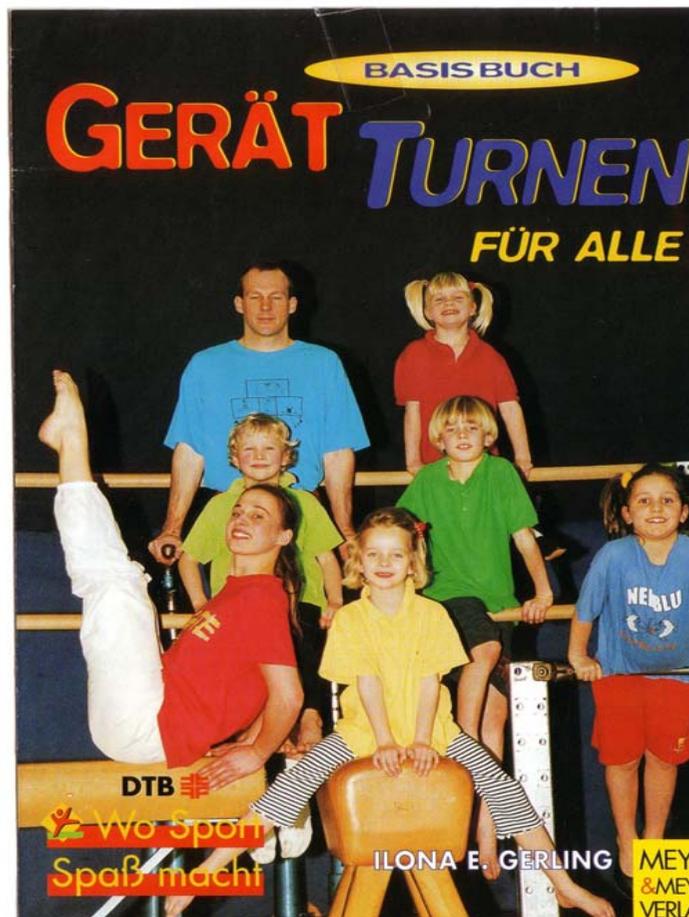
1989

Heute



Aus:
Eiselen, E.W.B. (Hrsg.): Abbildungen von Turn-Übungen, 5. Auflage von Wassmannsdorff, K., Verlag Georg Reimer, Berlin 1889, Abb.-Nr. 70, 101, 142, 203, 231, 232,

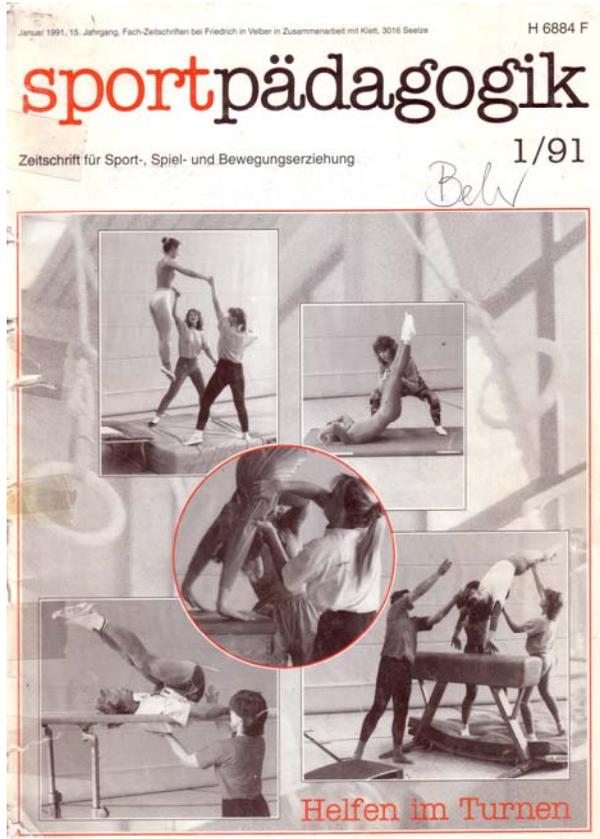




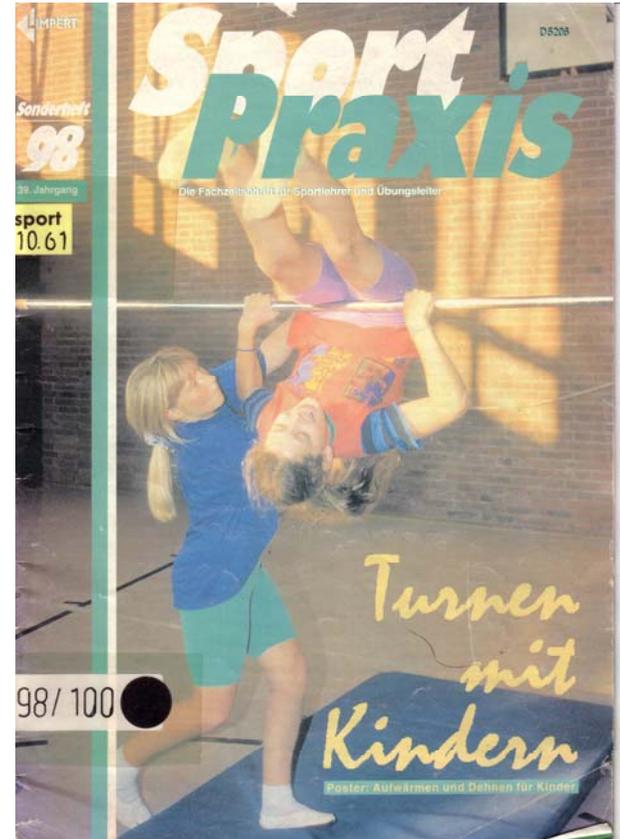
2 Bücher von I. Gerling



2 Sonderhefte: 1991 + 1998



Bruckmann



Gerling



- Aspekte des Helfen und Sichern
- Begriffe
- Ablauf des Helfens
- Die Stufen der Heranführens zur qualifizierten Hilfegebung
- Prinzipien



Aspekte von Helfen und Sichern

- Juristischer Aspekt
- Psychologischer Aspekt
- Sozialer Aspekt
- Pädagogischer Aspekt
- Aspekt der Bewegungshilfe
- Aspekt der Ausbildung helferspezifischer Fähigkeiten



Warum helfen Wir?

- Lernprozeß unterstützen
- Mißerfolge vermeiden
- Motivation
- Angst nehmen
- Unfälle und Verletzungen vermeiden
- Kooperation, WIR-Gefühl



Begriffsverständnis

- **Helfen** heißt: *„Alles fest im Griff haben“*
- **Bewegungsbegleitung** bedeutet: *„Dabeisein ist alles!“*
- **Sichern** heißt: *„...ein Schutzengel sein!“*



Helferaktionen und Griffe

- Zughilfe
- Schubhilfe
- Drehhilfe
- Gleichgewichtshilfe
- Stabilisierungshilfe
- Landehilfe
- ...
- Stützgriff (selten, stationär/
z.B. Durchhocken am Reck)
- Klammergriff
(geradlinig, z.B. Hocke)
- Drehgriff vw + rw
(auch Drehklammergriff genannt)
- $\frac{1}{2}$ Drehgriff
(z.B. HÜ Ab Balken)
- $\frac{1}{2}$ Klammergriff
(z.B. Grätsche)



Bewegungsunterstützung

Helfen

Aktives Eingreifen



Bewegungsbegleitung

Begleiten

*„soviel wie nötig-
sowenig wie möglich“*



Bewegungssicherung

Sichern

Abwarten, bereit sein



Methodische Gesichtspunkte

Ablauf einer Helferaktion

- Standortwahl,
Blickkontakt

Einschätzung:

*Entfernung, Dynamik,
Zustand d. T.,...*

Interpretation

- Bewegung
entgegengehen

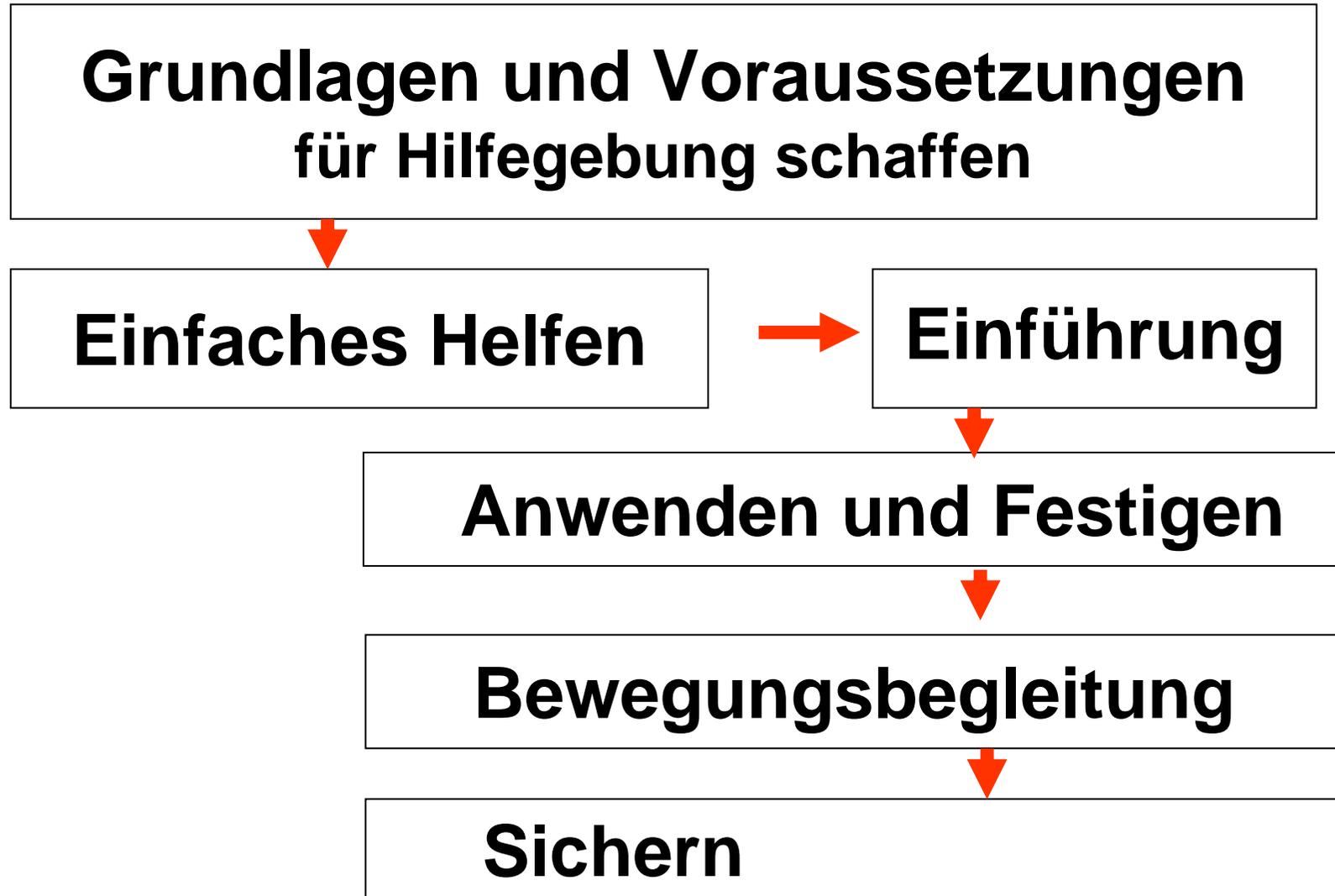
- Helfergriff ansetzen

- Bewegung unterstützen
ggf. korrigieren

- Bewegungsende
sicherstellen



Überblick: Lernweg zum qualifizierten Helfen



Detailliert: Lernweg zum qualifizierten Helfen

Grundlagen und Voraussetzungen für Hilfegebung schaffen

Schnelligkeit, Reaktionsfähigkeit, Anpassungsf., Konzentrationsf., Verantwortungsbewußtsein, Kommunikationsf., Beobachtungsf., etc.



Einfaches Helfen

z.B. Balancierhilfe, Hilfe beim Klettern, beim Landen, etc.





Einführung von Helfergriffen und Helferverhalten in Teillernschritten

Demonstration und Erklären an einem nichtturnenden Kind



Ausführung im einfachen und verlangsamten Bewegungsablauf



Ausführung in einer überschaubaren und ungefährlichen Situation





Anwenden und Festigen von Helfergriffen und Helferverhalten

*Zielform,
Dynamischer Bewegungsablauf,
Serien,
Bewegungsverbindungen,*



Bewegungsbegleitung



Sichern



Prinzipien, Grundsätze des H + S

- Soviel wie nötig, so wenig wie möglich
- Standort so nah wie möglich
- Ansatz möglichst nah an KSP
- Tui und sich nicht gefährden, nicht behindern
- Aufmerksam sein, drausdenken
- Bewegung entgegengehen-mitgehen-bis Ende
- Kennen: Turnerin, Bewegungsablauf, Griffe, Prinzipien