

Geräteturnen: Arbeitsblätter «Helfen» und «Sichern»

Es ist nicht ganz einfach, sich alle erforderlichen Feinheiten für einzelne Bewegungen im Geräteturnen zu merken. Dazu wurden verschiedene Kartenserien erarbeitet.

Für verschiedene Elemente werden die unmittelbar geforderten Hilfestellungen aufgezeigt, die den Lernerfolg des Schülers unterstützen.

Ziel dieser Karten ist es, für verschiedene Geräteturnübungen die am häufigsten verwendete Hilfestellung zu beschreiben.

Wie bereits erwähnt, gibt es absolut gültige Form von Hilfestellung nicht. Jede Lehrperson muss vielmehr ihre eigene Form finden, um die Sicherheit und den richtigen technischen Ablauf einer bestimmten Bewegung sicherzustellen.



→ [Boden](#) (pdf)

→ [Schaukelringe](#) (pdf)

→ [Minitrampolin](#) (pdf)

→ [Barren](#) (pdf)

→ [Reck](#) (pdf)

Quelle: Cédric Bovey, J+S-Experte Geräteturnen

 Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO