

# Partner- und Gerätehilfen: Hilfestellungen systematisch abbauen

Wenn in einem Lernprozess die Hilfe systematisch abgebaut wird, nimmt die lernende Person eine stetig aktivere Rolle für die Steuerung und Kontrolle der eigenen Bewegung ein, währenddessen die helfende Person die Bewegung je länger je mehr nur noch begleitet. Für die meisten Fertigkeiten kann ein logischer Abbau der Lernhilfen über einfache Leitfragen abgeleitet werden.



**Wie viele Helfende?** Logik: Je weniger helfende Personen beteiligt sind, desto aktiver muss sich die lernende Person einbringen.

**Wer hilft?** Logik: Je erfahrener die helfende(n) Person(en), desto sicherer fühlt sich die lernende Person und desto weniger wird sie sich mit inadäquaten Reflexen schützen wollen.

**Wie? (Griffart)** Logik: Je mehr die helfenden Personen an Bewegungssteuerung und Kontrolle übernehmen, desto einfacher ist die Bewegungsausführung.

**Wann?** Logik: Je früher die Hilfestellung Einfluss auf die Bewegung ausübt, desto weniger wird die lernende Person für die Bewegungssteuerung- und Kontrolle aufwenden müssen und sich mit inadäquaten Reflexen schützen wollen.

**Wie lange?** Logik: Je länger die Hilfestellung physisch wirkt, desto weniger wird die lernende Person für die Bewegungssteuerung- und Kontrolle aufwenden müssen

- [Systematischer Abbau der Hilfestellung am Beispiel Wandsalto rw](#) (pdf)
- [Systematischer Abbau der Hilfestellung am Beispiel Handstand](#) (pdf)
- [Mehr methodisch- didaktische Hinweise zu Geräte- und Partnerhilfen auf issw4public.](#)

---

Quelle: [Sabine Schnurrenberger, Grégoire Schuwey, Institut für Sport und Sportwissenschaften ISSW der Universität Basel](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO