

Praxisbeilage 29: Handgeräte

Täglich kommen neue Sportgeräte auf den Markt, die konventionellen werden vergessen. Oft handelt es sich um Eintagsfliegen, die das Konsumverhalten fördern. Diese Praxisbeilage zeigt, dass die Einsatzmöglichkeiten konventioneller Geräte noch lange nicht ausgeschöpft sind.

Attraktiver und motivierender Unterricht scheint nur noch mit neuen Geräten möglich. Dieses Verhalten widerspiegelt die Kurzlebigkeit unserer Zeit. Oft wird aber nur «Altes» in neuen Kleidern verkauft. Meistens sind diese auf spezifische Bedürfnisse ausgerichtet und werden morgen schon wieder ersetzt. Dennoch, wie für «neue» gilt auch für «alte» Geräte: Begeisterung für eine Sache, kann nur die Lehrperson vermitteln!



Mit Fantasie zu neuem Leben

In dieser Praxisbeilage konzentrieren wir uns auf drei Handgeräte, die in ihrer ursprünglichen Ausgabe aus Holz, heute aber oft aus Kunststoff in den verschiedensten Farben hergestellt werden. In den meisten Turnhallen stehen sie zur Verfügung, und wenn nicht: Mit etwas Phantasie lassen sich Pet-Flaschen als Keulen, Stöcke als Stäbe oder Veloreifen als Reifen verwenden. Und das funktioniert auch im umgekehrten Sinne, indem man die Handgeräte als imaginäre Werkzeuge des täglichen Lebens, z.B. die Reifen als Pneu oder Steuerrad, einsetzt.

Vielseitiger Einsatz

Unkonventionelle Handgeräte, Materialien und Objekte können zu Bewegungen anregen, welche man ohne diese nie gefunden hätte. Zudem eignen sie sich gut für Partner- und Gruppenaufgaben, was wiederum den fairen Umgang, sprich die Sozialkompetenz, des Einzelnen fördert. Geräte können in Bewegung und Sport unterschiedlich eingesetzt werden, sei es spielerisch und animierend, zur Bewegungsunterstützung, um soziale Kontakte zu fördern, koordinative Fähigkeiten und konditionelle Aspekte zu trainieren.

Andererseits dienen sie auch zur bildlichen Gestaltung von Bewegungsabläufen und -landschaften, um Bewegungen zu erlernen oder ganz einfach als Markierung in verschiedenen Sportarten. Eine weitere Einsatzmöglichkeit ist, sie als Wettkampfgeräte zu nutzen.

Der erste Kontakt mit den Geräten sollte immer in spielerischer und vielfältiger Form erfolgen, denn die Schulung einer spezifischen Technik ist erst dann sinnvoll, wenn die Schüler/innen mit dem Handgerät per DU sind. Zudem können sich Gross und Klein über das Spielerische bestens mit diesen Geräten vertraut machen. Diese Praxisbeilage weist den Weg dazu.

[Praxisbeilage 29: Handgeräte](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO