

PHBern, Institut Sekundarstufe I, Bewegung und Sport

## **Vertiefung „Bewegen an Geräten II“**

Modul: Fachkompetenz Bewegung und Sport

### **Einführung**

Das Bewegen an Geräten schult das Bewegungsgefühl und verbessert die koordinativen Fähigkeiten. Konditionelle Faktoren wie Kraft und Beweglichkeit sollen trainiert werden, damit mehr und spannendere Elemente möglich werden. Eigene Erfahrungen bei Grundelementen und eine sichere Demonstrationskompetenz hilft den Lehrpersonen, das Geräteturnen (Kunststücke zeigen) im Unterricht motivierend und sicher zu vermitteln. Im Bewegen an Geräten wird zudem großer Wert auf das Helfen und Sichern schwieriger Elemente gelegt.

### **Übergeordnete Lernergebnisse**

Die Studierenden...

1. haben biomechanische Kenntnisse und können Elemente beobachten, analysieren und korrigieren. Sie wissen, wo ein Körper unterstützt werden muss, damit eine Rotation gelingen kann.
2. haben ein breites Bewegungsrepertoire von einfachen und komplexen Elementen an den verschiedenen Geräten, und können diese im Unterricht vorzeigen.
3. wissen, wie man Angst abbauen und Übungen so vereinfachen kann, dass für alle SchülerInnen ein Erfolgserlebnis entsteht.
4. können Helfen und Sichern und vermitteln dadurch Vertrauen. Sie wissen, wie man die Sicherheit gewährleisten kann und kennen den sachgemäßen Umgang und Organisation mit den Geräten.
5. kennen geeignete Organisationsformen für das Bewegen an Geräten, ohne dass lange Wartezeiten entstehen.
6. kennen kooperative Formen (z.B. Partnerakrobatik) die im Unterricht zur Förderung der Sozialkompetenz eingesetzt werden können.
7. können Geräteturnen Spaß betont unterrichten und die Freude an „Kunststücken“ wecken.

### **Empfehlung**

Die Vertiefung setzt einen erfolgreichen Besuch der Vorlesung «Bewegen an Geräten» voraus. Grundsätzlich empfehlen wir die Vertiefung allen zukünftigen Lehrpersonen.

### **Lerngelegenheiten**

Die Lerngelegenheit wird im Frühlingsemester angeboten.

**Tag/Zeit:** [siehe Veranstaltungsplan](#)

Die Anmeldung für die Lerngelegenheit «Vertiefung Bewegungen an Geräten und Tanz» erfolgt über die Anmeldeplattform des ISPW. Sobald die Studierenden immatrikuliert, dem ISPW gemeldet und in der Datenbank aufgenommen sind, erhalten sie eine E-Mail mit den Anmeldeinformationen und den Zugangsdaten für die Anmeldeplattform der Kurse.

### Inhalte der Lerngelegenheit

In der Lerngelegenheit bei der Vertiefung Bewegungen an Geräten steht der eigene Fertigkeitserwerb und das Helfen und Sichern im Zentrum. Inhalte: Springen auf dem grossen Trampolin; Mut tut gut; Parkour und Freerunning; Überschlag vw und rw.; Salto vw. und rw.; Gerätebahn; Einsatz von Musik; Akrobatik, Bewegungen analysieren- Beurteilen und Beraten

### Bedingungen zum Besuch der Lerngelegenheit

Da einzelne Veranstaltungen auf anderen aufbauen, ist ein möglichst lückenloser Besuch anzustreben. Zum Besuch der Lerngelegenheit ist nur berechtigt, wer maximal zwei Absenzen hat. Passive Teilnahme (aufgrund von Verletzungen) ist während dem Semester maximal eine möglich. Späteres Einsteigen in eine Lektion oder früheres Verlassen der Lektion sind grundsätzlich nicht möglich und zählen als Absenz. (Einmalige) Ausnahmen von dieser Regel können von den Lehrbeauftragten im Voraus (Anfrage per E-Mail) bewilligt werden.

### Leistungsnachweis

Die Anmeldung für den Leistungsnachweis Bewegungen an Geräten erfolgt **separat** über KSL. Die Aufforderung für die Anmeldung erhalten die Studierenden per E-Mail.

#### **Vertiefung Bewegungen an Geräten:**

**Erarbeiten eines neuen Elementes (oder eines Elementes, welches verbessert werden soll) aus dem Bereich Geräteturnen, Parcours oder Freerunning. Schriftliche Dokumentation des Lernfortschrittes und Diskussion.**

### Empfohlene Literatur

**Claudia Harder, Seline Vils-Harnischberg (2016). Turnen Geräteturnen, Bundesamt für Sport BASPO. Bestell- Nr.:30.811.530 d**