Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 1 (1998-1999)
Heft: 1

Artikel: "Ran an das Kind und alles im Griff haben"
Autor: Gerling, Ilona E.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-992075

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Turnende müssen den Helfenden blind vertrauen können.

Fotos: Daniel Käsermann

Helfen und Sichern im partnerschaftlichen Turnen

«Ran an das Kind und alles im Griff haben»

Kooperation statt Konkurrenz, Miteinander statt Gegeneinander, schliesslich Füreinander statt Nebeneinander – Gedanken zum Sich-gegenseitig-Helfen in Partnerschaft.

Ilona E. Gerling

Partnerschaft ist eine soziale Organisationsform auf freiwilliger Basis oder aus einer Notwendigkeit heraus. Partnerschaft bedeutet ein gemeinsames Ziel haben und es gemeinsam erreichen wollen oder es nur gemeinsam erreichen können. Diese Zusammenarbeit setzt voraus, dass ich eine Rolle übernehme, kommunizieren kann, bereit bin, mich einzusetzen, bereit bin, Verantwortung zu übernehmen und mich an Absprachen und Regeln halte. Nur mit Partnern, die Erwartungen erfüllen, verlässlich sind, lässt sich das gemeinsame Ziel erreichen.

Partnerhilfe fordert und fördert unzählige soziale Fähigkeiten, die zeitgleich die Entwicklung und Stabilisierung der Ich-Identität bewirken. In Partnerschaft miteinander etwas machen heisst geben und nehmen, sich durchsetzen und anpassen, heisst sich ständig in der Balance erproben, die «sozialen Erwartungen der anderen zu erfüllen» aber auch «sich selbst darzustellen».

Warum ist Helfen wertvoll?

Die Partnerhilfe und die Turnenden haben das gemeinsame Ziel des Gelingens einer sportlichen Fertigkeit. Die Turnenden sind von den Helfenden abhängig. Sie verlangen «gute Arbeit», Aufmerksamkeit, gekonnten Griff der Helfenden und vollsten Krafteinsatz der Partner, um sich auf sie voll verlassen zu können, wenn sie «Leib und Leben» in die Hände der anderen geben. Die Helfenden versuchen verbal und nonverbal (taktil) Vertrauen auszustrahlen, beruhigen, sichern die Machbarkeit zu, ermuntern, berühren den Körper, um zu zeigen, dass sie da sind.

Damit verlangt Hilfegebung Körperkontakt. Berühren und sich anfassen lassen sind Bedingungen, die mit zunehmendem Alter nicht mehr selbstverständlich sind. Körperkontakt baut jedoch wiederum Hemmungen voreinander ab.

Kinder wollen fast immer nur die Rolle des «Kunststück-Zeigens» einnehmen. Beim Helfen im Turnen müssen sie auch die andere Rolle übernehmen, die sich aus ihrer Sicht nicht zum eigenen Profilieren zu eignen scheint. Sie treten zurück, um einem anderen Kind zum Erfolg zu verhelfen. Gelingt es, so ist gut zu beobachten, wie Helfende spontan mitjubeln, sich mitfreuen und eine gemeinsam erbrachte Leistung als Erfolg erleben. Hilfsbereitschaft lässt sich als loh-

alder + eisenhut Es gibt viel zu turnen, packen wirs an.

nender Beitrag für die Gemeinschaft erleben, wie auch Beistand erhalten nicht als Schwäche erlebt werden sollte.

In helfende Aufgaben hineinwachsen

Gerade Kindern muss die Chance gegeben werden, in helfende Aufgaben hineinzuwachsen. Mit den Aufgaben wachsen heisst, ausgehend von zuvor geschaffenen Voraussetzungen «häppchenweise» helfende Handlungen kennenzulernen und einzuüben. So ist immer zu analysieren, ob Griffe der Helfenden nicht in Teil-Lernschritten angeeignet werden können. Beispiel: Der Stützgriff für die Stützsprünge am Kasten (z.B. Sprunghocke) sollte zunächst in Dreiergruppen durch das Hochheben bei Strecksprüngen am Ort erprobt werden: Kennenlernen des Griffes, der Funktion «Tragen», in einer ungefährlichen Situation. Dann stellen die Helfenden sich an den Längskasten und versuchen beim Aufknien oder -hocken nur den Oberarm «zu treffen» und schnell zu umfassen. Sie tragen noch keine Verantwortung, da der Längskasten die Turnenden bei einem Nachvornefallen noch auffängt. Dann erweitern sich die Aufgaben zunehmend, z.B. schnell den Oberarm greifen, und die Turnenden als «Päckchen» vom seitgestellten Kasten heruntertragen.

Kinder im Grundschulalter lernen noch vorwiegend durch Nachahmung. Die Lehrenden müssen damit Modell sein. Helfen sie zum Beispiel den Kleinen beim Handstand im Knien, werden die Kinder auch knien. Sie müssen also stehend – wenn auch stark gebückt – den Kindern am Oberschenkel und nicht an den Füssen oder Unterschenkeln oder mit einer Hand am Oberschenkel und mit der anderen am Bauch helfen.

Kindern muss verdeutlicht werden, was sie mit dem Helfen bewirken sollen. Dies muss erlebt werden. Helfen ist «ran an das Kind und alles im Griff haben», Bewegungsbegleitung ist «mit Fingerspitzengefühl dabei sein und nur helfen, wenn nötig», und Sichern ist «ein aufmerksamer Schutzengel sein». Das Erlernen der Griffe sollte mit Bildern verbunden werden. Gute Hilfegebung sollte als besondere Leistung herausgestellt werden. m

Ilona E. Gerling ist an der Deutschen Sporthochschule Köln in der Ausbildung von Schul- und Diplomsportlehrern tätig. Sie ist Spezialistin im Bereich Geräteturnen (Veröffentlichungen, internationale Referentin). Adresse: Bleistrasse 6, D-50374 Erftstadt

Spielformen und Partneraufgaben

Kinder helfen sich zunächst in vertrauter Partnerschaft, dann in vertrauten Kleingruppen, zunehmend in wechselnden Partnerschaften, die über eine nicht zu kurze Zeitspanne gehen. Für erfolgreiche Hilfegebung der Kinder und Jugendlichen untereinander müssen zunächst langfristig über Spielformen und Partneraufgaben Grundlagen geschaffen werden. Aufeinander aufbauend können folgende Bereiche zur Heranführung an ein soziales Miteinander dargestellt werden.

1. Stufe: Erstes Selbstvertrauen in der Gruppe aufbauen
Ausgehend von der Fähigkeit, sich in seiner Identität präsentieren zu können, um mit anderen in Beziehung zu treten, sollte mit der Selbst- und Fremdwahrnehmung begonnen werden.

Namen sagen, hören, lernen – individuelle Merkmale bemerken – begrüssen, bedanken, ...

2. Stufe: Kontaktaufnahme
Blickkontakt – kontaktierende Gestik/Mimik – Berührungen/ Anstupsen/Streicheln – Körper anfassen – Handfassung – körperliche Nähe ertragen lernen.

3. Stufe: Kommunikation
Verbal – nonverbal (Gestik/Mimik) – Gefühle ausdrücken und verstehen – loben, anfeuern, beruhigen, beraten,...

4. Stufe: Kooperation
Anpassung an die Partnerin/den Partner – vertraut sein mit Körpergewicht – Regeln/Absprachen aufstellen und einhalten – Probleme konstruktiv lösen lernen – Gruppenverhalten entwickeln.

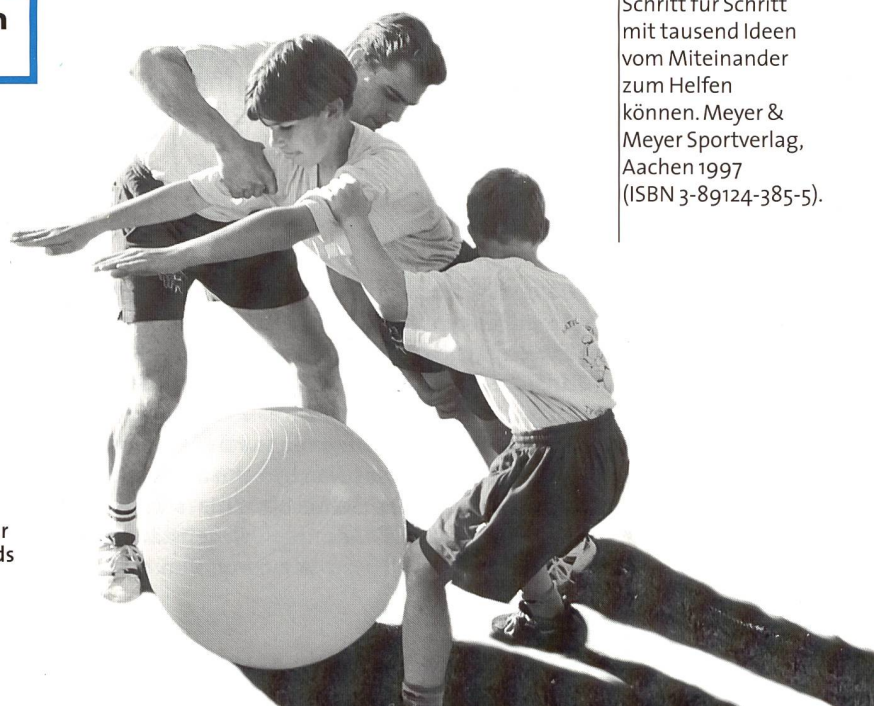
5. Stufe: Verantwortung und Vertrauen
Schützen und beschützt werden – Hilfe annehmen und Hilfe geben – sich den anderen überlassen.

Literatur

Gerling, I. E.: Kinder turnen – Helfen können. Schritt für Schritt mit tausend Ideen vom Miteinander zum Helfen können. Meyer & Meyer Sportverlag, Aachen 1997 (ISBN 3-89124-385-5).

Richtiges Helfen und Sichern

Kinder sollten immer
- zu zweit Hilfe geben
- mit beiden Händen einen gleichen Griff (an einem Körperbereich) ansetzen
- mit beiden Händen die gleiche Funktion ausüben müssen
- rumpfnah den Griff ansetzen
- möglichst unterm Körperschwerpunkt mit beiden Händen heben, halten und tragen
- so früh es geht zupacken
- so lange festhalten und mitgehen, bis die/der Turnende sich wieder in Ruhe in seiner Endposition befindet.



Kooperation: Nur gemeinsam wirds möglich.