

Rolle rückwärts gefährlich?

Beitrag von „Caro07“ vom 21. Januar 2019 21:31

Ich habe einmal eine Frage an studierte Sportlehrer, die auf dem neusten Stand sind:
Uns hat man in Fortbildungen gesagt, dass man die Rolle rückwärts nicht mehr machen sollte mit den Grundschülern, weil das zu gefährlich sei. Eine weitere Begründung gab es nicht.
Aber: In fast allen aktuellen Sportunterlagen der Grundschule und auch im Internet auf Seiten von Sportverbänden finde ich keine großen Bedenken in Bezug des Erlernens der Rolle rückwärts. Selbst Julia Bracke hat es in ihren Sportzirkeln (Grundschulliteratur) drin.
Ist jetzt die Rolle rückwärts zu machen wirklich gefährlich? Warum soll dann die Rolle vorwärts dagegen harmlos sein?
Bei beiden Varianten muss man auf gewisse Techniken/Abläufe achten.

Beitrag von „MarlenH“ vom 21. Januar 2019 22:06

Ich war ein sehr sportliches Kind. Aber genau damit hatte ich so meine Probleme. Große Probleme. Daran erinnerst du mich gerade.

Meinen sportlichen Ehrgeiz hat es nur kurz getrübt.

Sorry, wenn OT.

Beitrag von „Nordseekrabbe76“ vom 21. Januar 2019 22:29

Ich bin keine Sportlehrerin, aber wenn es stimmt, dass die Rückwärtsrolle gefährlicher als die Vorwärtsrolle ist, könnte ich mir vorstellen, dass es rückwärts schwieriger ist, auf den richtigen Ablauf und die entsprechende Hilfestellung zu achten. Vorwärts beugt sich das Kind langsam nach vorne und man kann darauf in Ruhe achten, dass es z.B. das Kinn Richtung Brust nimmt etc., bevor es dann tatsächlich überrollt. Rückwärts ist dies schwieriger, da ein gewisser Schwung nötig ist und die Arme auch mit entsprechender Kraft mithelfen müssen (und wenn diese fehlt, viel Gewicht auf der Halswirbelsäule lastet). Eine andere Erklärung hätte ich sonst nicht.

Beitrag von „MeIS“ vom 21. Januar 2019 22:29

Uns wurde damals (ca 2 Jahre her) gesagt, dass es bei der Rolle rückwärts zu starken Belastungen der Halswirbelsäule kommt und das könnte bei falscher Ausführung gefährlich werden. Bin aber auch nicht vom Fach, die Sportfachleute können das sicher noch genauer erklären.

Beitrag von „Schmeili“ vom 21. Januar 2019 23:01

Die Ausführungen von MeIS stimmt, die Belastung ist auf der Halswirbelsäule größer. Man muss sie halt methodisch gut einüben (Vorübungen, schiefe Ebene, sachgerechte Hilfeleistung)
Mir ist jedoch noch nie zu Ohren gekommen, dass man sie nicht mehr machen sollte.
Im Gegenteil: Bei den Bundesjugendspielen Gerätturnen sind sie ab Klasse 3 verpflichtend vorgesehen.

Beitrag von „Wollsocken80“ vom 22. Januar 2019 00:07

Mal eine interessierte Frage als ambitionierte Hobbysportlerin: Wie macht ihr denn die Rolle?
Eine Turner-Rolle oder eine Judo-Rolle?

Beitrag von „SwinginPhone“ vom 22. Januar 2019 02:18

Purzelbaum?

Beitrag von „Susannea“ vom 22. Januar 2019 07:33

Zitat von Wollsocken80

Mal eine interessierte Frage als ambitionierte Hobbysportlerin: Wie macht ihr denn die Rolle? Eine Turner-Rolle oder eine Judo-Rolle?

Du meinst, weil das so kompliziert klingt, obwohl es doch eigentlich nur hinhocken, Hände als Hasenohren und dann langsam rückwärts kippen lassen ist.

Ich schüttel gerade echt nur noch den Kopf, dann muss sich niemand wundern, dass die Kinder das nicht mehr können (und das natürlich als Defizit angesehen wird, weil es ja im Rahmenlehrplan und den Bundesjugendspielen und Sportabzeichen verlangt wird).

Beitrag von „Wollsocken80“ vom 22. Januar 07:42

Kannst Du einfach meine Frage beantworten anstatt die Empörte zu geben?

Beitrag von „Susannea“ vom 22. Januar 07:46

Zitat von Wollsocken80

Kannst Du einfach meine Frage beantworten anstatt die Empörte zu geben?

Die ist doch damit beantwortet, eine Judo-Rolle ist doch nicht gerade rückwärts. Und das ist auch etwas ganz anderes als eine Rolle rückwärts oder vorwärts und hat im Turnen gar nichts zu suchen.

Beitrag von „Wollsocken80“ vom 22. Januar 07:48

Ach was... Natürlich macht das einen riesen Unterschied im Bezug auf die Belastung der Halswirbelsäule und diesbezüglich wäre die Judo-Rolle natürlich klar zu bevorzugen. Und natürlich rollt man da gerade rückwärts, wenn man die Technik beherrscht.

Beitrag von „Susannea“ vom 22. Januar 2019 07:54

Zitat von Wollsocken80

Ach was... Natürlich macht das einen riesen Unterschied im Bezug auf die Belastung der Halswirbelsäule und diesbezüglich wäre die Judo-Rolle natürlich klar zu bevorzugen. Und natürlich rollt man da gerade rückwärts, wenn man die Technik beherrscht.

Vorgeschrieben im Rahmenlehrplan, bei den Bundesjugendspielen Turnen usw. ist nunmal natürlich die "Turner"-Rolle, daher ist doch die Frage eh unsinnig.

Beitrag von „Kapa“ vom 22. Januar 2019 08:05

Kann ja gut sein susannae, wenn ich mich an den Sportunterricht zurückdenke, bekomme ich jetzt noch Gänsehaut. Turnerrolle rückwärts habe ich nie hinbekommen weil ich mich in der Grundschule wegen einem ambitionierten Sportlehrer mehrmals dabei verletzt hatte. Erst als ich mit Kampfsport angefangen habe und dann ukemi geübt habe, hatte ich keine Panik mehr beim Rückwärtsrollen. Bei einer guten ushiro ukemi hatte sich danach auch keiner meiner Sportlehrer beschwert.

Beitrag von „Miss Jones“ vom 22. Januar 2019 08:13

Naja, Lehrplan vs Realität eben...

Die Judorolle ist sinnvoll. Und weniger riskant.

Die Turnerrolle steht im Lehrplan.

Wird sie richtig einstudiert, ist das "Risiko" nicht so gewaltig wie es hier aufgebaut wird.

Wenn man natürlich lediglich adipöse Couchpotatoes hat, die sich auf der Matte anstellen wie ne Presswurst im Streckverband...

...wo das Problem da liegt sollte klar sein.

es gibt sinnvoller. Aber manche Dinge können Leben retten, und sei es richtiges Fallen.

Beitrag von „Meerschwein Nele“ vom 22. Januar 2019 08:26

Bei den Rollen im Kampfsport (egal, ob vorwärts, rückwärts oder zur Seite) rollt man über die Schulter und nicht über den Kopf wie bei der Turnerrolle. Ich sehe bei letzterer schon ein Gefahrenmoment, wenn der Nacken einmal rundgewalzt wird.

Aber das auch nur als Hobbysportler.

Beitrag von „Wollsocken80“ vom 22. Januar 2019 08:41

Lehrplan ... aha. Ist Sport in der Grundschule ein promotionsrelevantes Fach? Wer überprüft, ob genau das gemacht wird, was im Lehrplan steht? Was hindert einen daran eine sinnvollere Variation dessen zu implementieren, was im Lehrplan steht? Wie viele Kinder beherrschen die Turnerrolle am Ende so, dass sie tatsächlich *geradeaus* rückwärts rollen und sich dabei *nicht* die Halswirbelsäule stauchen? Primärziel jeder Technik der Fallschule ist die Verletzungsprävention. Obendrein wäre es im Bereich Grundschule noch eine super Koordinationsübung. Judo ist im Übrigen eine klassische "Kindersportart".

Beitrag von „Miss Jones“ vom 22. Januar 2019 10:06

Mein Reden, [@Wollsocken80](#).

bringst du das den deutschen Bürokruten-Bratwurstturnern bitte auch bei?

In den Kursen die ich hab sieht das ja eh schon anderd aus. Hier gings ja um die Primarstufe. Und es überrascht mich nicht sonderlich, wenn da mal wieder Lehrplan vs Realität ein ziemliches Dilemma ist.

Beitrag von „Kokosnuss“ vom 22. Januar 2019 12:03

Ich musste öfter fachfremd Sport unterrichten und habe die Dinge (hauptsächlich im Bereich Turnen), die mir zu gefährlich erschienen, weggelassen - so auch die Rolle rückwärts. Da war's

mir auch egal, was im Bildungsplan steht....

Beitrag von „CDL“ vom 22. Januar 12:19

Ein Fund infolge geweckter Neugier:

Zitat von Uni Freiburg

Purzelbaum? Nein! Rolle vorwärts! Was ist der Unterschied? Der Purzelbaum wird zu Hause auf dem Bett geturnt und ist - bei entsprechend häufiger Anwendung - sehr schädlich für die Halswirbelsäule des Kindes. Hier wird die technisch und methodisch richtige Hinführung zur Rolle vorwärts mit allen Tipps und Tricks gezeigt. Kinder, die diese methodische Reihe durchlaufen haben, können eine Rolle vorwärts und der Purzelbaum gehört der Vergangenheit an. (...)

Scheint also ein Thema zu sein mit dem Sportstudenten sich im Studium bewusst auseinandersetzen müssen, damit sie es dann später gefahrlos im Unterricht einsetzen können. Nachgerade erklärt das den Aufwand, den ab Klasse 5 die Sportlehrer im Turnen betrieben haben um uns den Purzelbaum aus der Grundschule abzugewöhnen (den bestimmt Kinder heute nicht mehr lernen liebe GS-Kollegen, ihr macht das toll! ) hin zur korrekten Rolle vorwärts/rückwärts.

Beitrag von „lamaison“ vom 22. Januar 14:39

Ich selber finde die Rolle rückwärts viel einfacher als die Rolle vorwärts, schon als Kind. Da ich lange Jahre fachfremd Sport unterrichtet habe, habe ich irgendwann beschlossen, keine Rolle vw oder rw mehr zu machen, denn wie manche Kinder das gemacht haben, erschien mir zu gefährlich. Allerdings habe ich eine andere "Lieblingsrolle", keine Ahnung wie die heißt. Wir nennen sie Flugrolle. Man nimmt Anlauf und macht auf der Weichbodenmatte mit ausgestreckten Armen einen Purzelbaum über einen quer liegenden Schüler. Das kriegt sogar Frau lamaison hin und die Schüler auch.

Beitrag von „Sommertraum“ vom 22. Januar 15:21

Ich dachte, Weichboden darf man nicht benutzen, wenn man sich darauf abstützen (oder stehend landen) muss. Ist das falsch?

Beitrag von „chilipaprika“ vom 22. Januar 2019 15:24

Zitat von lamaison

Ich selber finde die Rolle rückwärts viel einfacher als die Rolle vorwärts, schon als Kind. Da ich lange Jahre fachfremd Sport unterrichtet habe, habe ich irgendwann beschlossen, keine Rolle vw oder rw mehr zu machen, denn wie manche Kinder das gemacht haben, erschien mir zu gefährlich. Allerdings habe ich eine andere "Lieblingsrolle", keine Ahnung wie die heißt. Wir nennen sie Flugrolle. Man nimmt Anlauf und macht auf der Weichbodenmatte mit ausgestreckten Armen einen Purzelbaum über einen quer liegenden Schüler. Das kriegt sogar Frau lamaison hin und die Schüler auch.

wow...

Die Flugrolle ist doch eine Weiterführung der Rolle vorwärts oder?

Beim Trainerschein war sie zumindest am Ende der "Lernstraße". und obwohl ich meiner (weit weit entfernten) Jugend geturnt bin, habe ich mir bei der Flugrolle etwas im Hals verknackst und durfte dann den ganzen Tag zuschauen, wie alle Sport treiben... 😞

Beitrag von „lamaison“ vom 22. Januar 2019 15:51

Zum Glück muss ich in diesem Schuljahr kein Sport unterrichten. An meiner kleinen Schule hat niemand Sport studiert, wir unterrichten alle fachfremd - was wohl nicht optimal ist.

Komisch, ich fand die Flugrolle immer einfach. 😊

Beitrag von „Susannea“ vom 22. Januar 2019 16:15

Ich glaube ich falle langsam vom Glauben ab, jetzt wundert mich dann aber nicht mehr, warum soviele Sekl Kollegen schimpfen, dass die Schüler das nicht gelernt haben, was sie laut Lehrplan sollen.

Wenn es eben Kollegen gibt, die der Lehrplan einen feuchten Kehricht interessiert, sondern sie machen, was sie wollen.

Ja, Sport ist genauso interessant, wie Kunst, Musik, früher auch Erdkunde, Biologie usw. Da erdreiste ich mich nicht selber zu entscheiden, was ich davon Lust habe zu machen und was nicht, zumal die Korrdinationssachen eben Voraussetzung für diverse andere Fächer, sowie auch Mathe sind. Und nein, ich halte die Rolle rückwärts für nicht gefährlich, wenn man sie ordentlich macht und beibringt. Im Sportverein bringen wir sie auch bereits den 6jährigen bei (bei anderen Sportarten als Turnen, beim Turnen natürlich früher), also warum nicht in der Schule auch den 6-12jährigen?!?

Ist für mich ähnlich wie andere Themen eben auch Allgemeinbildung.

Beitrag von „lamaison“ vom 22. Januar 2019 16:26

Zitat von Susannea

Ich glaube ich falle langsam vom Glauben ab, jetzt wundert mich dann aber nicht mehr, warum soviele Sekl Kollegen schimpfen, dass die Schüler das nicht gelernt haben, was sie laut Lehrplan sollen.

Wenn es eben Kollegen gibt, die der Lehrplan einen feuchten Kehricht interessiert, sondern sie machen, was sie wollen.

So ist es nicht. Ich als fachfremd Sport unterrichtende habe einfach Angst um die Kinder, wenn sie mit Gewalt ihre Halswirbelsäule malträtieren. Alles andere im Sport mache ich, so gut ich es kann. Mir geht es einzig um die Sicherheit, die ist mir in dem Moment wichtiger als der Lehrplan.

Beitrag von „Wollsocken80“ vom 22. Januar 2019 16:30

Zeig mir den Sek-I-Sportlehrer, der sich darüber beklagt, dass ein Kind eine vernünftige Judorolle (die man kleinen Kindern überall auf der Welt in jedem Kampfsportverein beibringt) statt einer Turnerrolle gelernt hat ...

Der Begriff "promotionsrelevant" ist klar? Wir diskutieren hier nicht über die vier Grundrechenarten. Ich entscheide selbst in einem maturprüfungsrelevanten Fach situativ dass ich auf einzelne Vorgaben des Lehrplans verzichte, wenn diese nach aktuellem Kenntnisstand überholt sind. Und genau das war die Frage der TE: Gibt es physiologisch begründbare Argumente *gegen* die klassische Turnerrolle (wir haben im Verlauf der Diskussion spezifiziert, dass es wohl um diese geht). Die Antwort ist: Ja, gibt es, aber es gibt alternative Techniken, die risikoärmer sind.

Zitat von Susannea

Ja, Sport ist genauso interessant, wie Kunst, Musik, früher auch Erdkunde, Biologie usw.

Ich halte Sport für eines der wichtigsten Schulfächer überhaupt. Umso wichtiger ist es, auf vernünftige Techniken zu achten, um den Kindern und Jugendlichen den Spass an der Sache nicht zu vergrätzen.

Beitrag von „Kokosnuss“ vom 22. Januar 16:54

Zitat von Susannea

Ich glaube ich falle langsam vom Glauben ab, jetzt wundert mich dann aber nicht mehr, warum soviele SekI Kollegen schimpfen, dass die Schüler das nicht gelernt haben, was sie laut Lehrplan sollen.

Wenn es eben Kollegen gibt, die der Lehrplan einen feuchten Kehricht interessiert, sondern sie machen, was sie wollen.

Ja, Sport ist genauso interessant, wie Kunst, Musik, früher auch Erdkunde, Biologie usw. Da erdreiste ich mich nicht selber zu entscheiden, was ich davon Lust habe zu machen.

Ist für mich ähnlich wie andere Themen eben auch Allgemeinbildung.

Wer macht denn, was er will und wozu er Lust hat? Das hat hier niemand geschrieben.

(Das sinnerfassende Lesen lernt man übrigens auch in der Grundschule. Manche beherrschen es dann auch noch in der Sekundarstufen und vielleicht sogar noch später als Lehrer ;-)).

Beitrag von „Susannea“ vom 22. Januar 2019 17:04

Zitat von Kokosnuss

Wer macht denn, was er will und wozu er Lust hat? Das hat hier niemand geschrieben.
(Das sinnerfassende Lesen lernt man übrigens auch in der Grundschule. Manche beherrschen es dann auch noch in der Sekundarstufen und vielleicht sogar noch später als Lehrer ;-)).

Doch, genau das schreibt Wollsocke!

Zitat von Wollsocken80

Lehrplan ... aha. Ist Sport in der Grundschule ein promotionsrelevantes Fach? Wer überprüft, ob genau das gemacht wird, was im Lehrplan steht? Was hindert einen daran eine sinnvollere Variation dessen zu implementieren, was im Lehrplan steht? Wie viele Kinder beherrschen die Turnerrolle am Ende so, dass sie tatsächlich *geradeaus* rückwärts rollen und sich dabei *nicht* die Halswirbelsäule stauchen? Primärziel jeder Technik der Fallschule ist die Verletzungsprävention. Obendrein wäre es im Bereich Grundschule noch eine super Koordinationsübung. Judo ist im Übrigen eine klassische "Kindersportart".

Übrigens ist Sport zumindest in allen Bundesländern die ich kenne auch Abiturrelevant und ja, da macht es einen deutlichen Unterschied, ob du die Turnrolle machst oder nicht.

Und Turnen ist auch ein Kindersport, noch viel mehr als Judo!

Beitrag von „Caro07“ vom 22. Januar 2019 17:39

Vielelleicht noch eine Info:

Bei uns ist die Rolle rückwärts aus dem Lehrplan der Grundschule gestrichen worden. Wir haben an Bodenturnen nur noch die Rolle vorwärts und das Rad im Lehrplan. Auch den Handstand sucht man vergebens.

Dafür haben wir jetzt Bewegungskünste neu wie z.B. statische Akrobatik. Das finde ich auch nicht ohne.

Beitrag von „Caro07“ vom 22. Januar 2019 17:51

Zitat von Schmeili

Im Gegenteil: Bei den Bundesjugendspielen Gerätturnen sind sie ab Klasse 3 verpflichtend vorgesehen.

Wir machen keine Bundesjugendspiele im Turnen, sondern nur die in Leichtathletik.

Interessehalber gefragt: Wo findet man denn, dass die Rolle rückwärts zwingend notwendig ist?
Ich habe nur das gefunden.

Beitrag von „Crestos“ vom 22. Januar 2019 18:51

Zitat von Caro07

Vielelleicht noch eine Info:

Bei uns ist die Rolle rückwärts aus dem Lehrplan der Grundschule gestrichen worden.
Wir haben an Bodenturnen nur noch die Rolle vorwärts und das Rad im Lehrplan. Auch den Handstand sucht man vergebens.

Dafür haben wir jetzt Bewegungskünste neu wie z.B. statische Akrobatik. Das finde ich auch nicht ohne.

Warum hat man bei Euch den Handstand gestrichen?? Zu starke Belastung der Wirbelsäule??

Übrigens habe ich heute 3 Jungen aus meinem 10er-Kurs die Rolle vw beibringen dürfen als Voraussetzung für Flugrolle und andere Abrolltechniken beim Thema Parcour. Das fand ich dann doch schon frustrierend.

Beitrag von „Susannea“ vom 22. Januar 2019 18:59

Zitat von Caro07

Wir machen keine Bundesjugendspiele im Turnen, sondern nur die in Leichtathletik.

Interessehalber gefragt: Wo findet man denn, dass die Rolle rückwärts zwingend notwendig ist?

Ich habe nur das gefunden.

<http://www.sportunterricht.de/turnen/bjspiele/wkkarte34.html>

Und hier: https://www.bundesjugendspiele.de/downloads/mate..._DSA_gesamt.pdf

Seite 10 und Seite 21 bei der Übersicht, was gleich ist beim Sportabzeichen und den Bundesjugendspielen ist es auch explizit als Bestandteil der Bundesjugendspiele mit 9 Jahren (Klasse 3) angegeben.

Beitrag von „Sommertraum“ vom 22. Januar 2019 19:31

Zitat von lamaison

An meiner kleinen Schule hat niemand Sport studiert, wir unterrichten alle fachfremd - was wohl nicht optimal ist.

Das ist Standard an bayerischen Grund- und Mittelschulen. Mit viel Glück durften die "Sportlehrer" eine 2wöchige Fortbildung machen. Oft sind es aber Lehrer, die nicht mal Freizeitsportler sind und das Fach nicht gerne geben. Dass deren Sportunterricht nicht ideal läuft, ist vorprogrammiert und von oben toleriert.

Beitrag von „Wollsocken80“ vom 22. Januar 2019 19:40

Das ist sehr schade... 

Beitrag von „Caro07“ vom 22. Januar 2019 19:59

Danke für die Info Susannea. Das Sportabzeichen machen wir auch, da hat man einige Varianten.

Mich wundert, dass die Rolle rückwärts auf der offiziellen Seite nicht mehr erscheint und dort auch beschrieben wird, dass die Richtlinien 2013 überarbeitet wurden.

Zitat aus der Seite:

"In Übereinstimmung mit den Rahmenplänen der Primarstufe 1 bis 4 der Länder soll bei den Bundesjugendspielen eine sportliche Frühspezialisierung vermieden werden. Zugleich werden die Kinder systematisch an die drei Grundsportarten Leichtathletik, Gerätturnen und Schwimmen herangeführt. Dem Ausschuss für die Bundesjugendspiele erscheint eine freudvolle und spielerische Durchführung der Bundesjugendspiele für diese Jahrgänge besonders wichtig. Diesen Anforderungen entsprechen insbesondere die im Bereich „Wettbewerb“ angebotenen Übungen, deren Ausführung nicht an normierte Sportgeräte oder -stätten gebunden ist und die einen spielerischen Zugang zu Sport, Spiel und Bewegung ermöglichen."

Sportunterricht.de kenne ich auch, die Seite hat schöne Ideen, ist aber nicht offiziell. Vielleicht sind die vorgestellten Kopien aus dem Handbuch für Bundesjugendspiele eine Fassung vor 2013, was dann den Aspekt der "Gefährlichkeit", wie es uns in Fortbildungen nahegelegt wurde und dass es aus dem Lehrplan herausgenommen wurde, unterstreichen würde.

Crestos:

Keine Ahnung, habe ich nicht mitbekommen, warum man den Handstand gestrichen hat. Ich gebe Sport zwar gerne, bin aber nicht sooo in das Fach involviert.

Beitrag von „keckks“ vom 22. Januar 2019 20:17

himmelhilf, es wird schon keiner dabei sterben. ich hab vor beiden bewegungen angst, jidorolle wie rolle rückwärts, obwohl ich recht ambitioniert gesportelt habe (bundeskader). trotzdem gelernt, im erwachsenenalter. das geht schon, muss man nur in der methodischen reihe sauber üben. turnen ist großartig, für alle altersklassen.

da ist das stundenlange sitzen der kinder jeden tag mit sicherheit x mal gefährlicher, was die gesundheitlichen risiken dabei angeht. sitzen ist ja angeblich das neue rauchen...

Beitrag von „fossi74“ vom 22. Januar 2019 20:29

Zitat von Wollsocken80

Mal eine interessierte Frage [...]: Wie macht ihr denn die Rolle?

Die Frage ist doch hier nicht "wie?", sondern "wozu?"...

Beitrag von „keckks“ vom 22. Januar 2019 20:43

eben. natürlich gehört ein bewegungsgrundvokabular genauso wie lesen, schreiben und rechnen zur allgemeinbildung. schon die alten griechen... blubbla. selbst der ungesunde geist braucht einen gesunden körper, und ein gesunder körper ist v.a. einer, der sich kompetent in verschiedensten anforderungsbereichen bewegen kann. dazu gehört rollen genau wie der handstand imo unbedingt dazu, das sind grundlagen der grundlagen. springen, laufen, werfen, rollen, kriechen, klettern, schlagen, schieben, ziehen, heben, hangeln etc., und das in allen ebenen.

der handstand ist in bayern meines wissens rausgenommen worden, weil die konditionellen voraussetzungen dafür nicht mehr da waren bei den meisten sus. das setzt ein bisschen körperspannung voraus (neumodisch: "core", zu meiner zeit: stabilisation der körpermitte), und die haben die meisten sus nicht mehr. zusammen mit jammerei wegen der kleinsten härte und wenig frustrationstoleranz lernt man dann eh keinen handstand, also kann man ihn auch rausnehmen. probiert man es mit normalen kindern im verein (da landen ja mittlerweile häufig die bewegungslegastheniker, weil der kinderarzt es angeraten hat...), hat man viele knickende arme und kaum wen, der auch nur an der wand mal ein paar sekunden halten kann. vor zwanzig jahren hatten wir im athletikprogramm im winter noch eine minute halten im zirkel in der ermüdung als standard bei den 10jährigen. heute undenkar.

Beitrag von „Crestos“ vom 22. Januar 2019 23:19

Danke für die Antwort. Hmm, wenn ich danach gehe, müsste man viel entfernen..



Beitrag von „Philio“ vom 23. Januar 2019 12:21

Zitat von keckks

dazu gehört rollen genau wie der handstand imo unbedingt dazu,

Der Handstand? Wirklich? Vor dem hatte ich zugegeben den meisten Respekt – so viel, dass ich ihn nie gelernt hatte (Rückwärtsrolle allerdings schon). Die "Pflicht-Hilfestellung" durch die Klassenkollegen war auch nicht gerade vertrauensbildend. Gut, besonders sportlich war ich auch nicht. Aber auch vor fast 30 Jahren konnten den nach meiner Erinnerung nur die Supersportskanonen, vielleicht 2-3 aus meiner Klasse.

Beitrag von „keckks“ vom 23. Januar 2019 21:52

gegen die wand sollte das imo jeder können. freistehen ist lediglich eine frage der übung , auf den händen laufen kann man in zwanzig minuten locker lernen (dann wird allerdings das stehen sehr viel schwerer, weil man sich dann gern ins rennen rettet, statt das stehen zu üben), was auch für einen zappelhandstand gilt.

Beitrag von „Miss Jones“ vom 23. Januar 2019 23:32

ich weiß nicht was für SuS du so kennst, aber es gibt da durchaus so einige die dieses Gewicht (ihr eigenes) nicht mal ansatzweise stemmen können. Resultat, auch mit Wand, ist ne Bruchlandung, und zwar unter umständen eine reichlich schmerzhafte.

Klar wäre es wünschenswert, wenn die Kids fit wären.

Die Realität sieht oft anders aus.

Ich versuche da auch gegen anzugehen... es gibt sogar Kids, die diese Hilfe zur Selbsthilfe gerne annehmen, sogar gezielt fragen was sie tun können. Immerhin.

Aber es gibt auch andere. Und - zum Glück ändert sich in den letzten Jahren einiges am Lehrplan, aber da ist noch viel zu tun. Wurde lange lange nichts getan, um auf die Realität zu reagieren.

Beitrag von „fossi74“ vom 24. Januar 2019 08:35

Zitat von Philio

Aber auch vor fast 30 Jahren konnten den [Handstand] nach meiner Erinnerung nur die Supersportskanonen, vielleicht 2-3 aus meiner Klasse.

Interessant. Ich war eine Niete im Sport(unterricht, wohlgemerkt!), als >1,90-Mensch auch ein miserabler Turner, aber der Handstand muss damals irgendwie meinen Ehrgeiz geweckt haben. Den konnte ich ganz gut.

Beitrag von „Wollsocken80“ vom 24. Januar 2019 09:21

Ich kann's nicht und ich gehe 3 x die Woche ins Taekwondo- bzw. Aikido-Training + 2 x die Woche Krafttraining. Wahrscheinlich würde ich es lernen, wenn ich Lust dazu hätte. In der Schule hab ich's jedenfalls nicht gelernt und ich mag mich auch nicht daran erinnern, dass uns jemals irgendeine gescheite Technik vermittelt wurde. Ich war kein sehr sportliches Kind und habe den Sportunterricht regelrecht gehasst. Irgendwie konnten's halt immer nur die, die in der Freizeit auch im Sportverein waren. Also im Sportverein haben die offenbar was gelernt. Ich weiss ... Sportlehrer-Bashing, aber ich fürchte, dass da wirklich sehr lange sehr viel falsch gelaufen ist und wohl auch immer noch falsch läuft. Ich glaub ich darf da ein bisschen austeilen, Chemie ist ja auch so ein Fach, mit dem Generationen von Schülern jegliches Interesse an Naturwissenschaften mit der Peitsche ausgetrieben wurde.

Beitrag von „keckks“ vom 24. Januar 2019 13:07

das sag ich ja eben. mittlerweile ist der konditionelle zustand der meisten kinder derart unterirdisch, dass man den handstand tatsächlich aus dem lehrplan genommen hat. das ist imo nicht die richtige reaktion. nicht die anforderungen senken, sondern die förderung verstärken. von daily mile (jede gs lässt die kinder 1x am tag ca. 1.4 km rennen, wer nicht rennen kann, geht eben) bis bewegte pause und fördersportunterricht mit verpflichtender teilnahme für alle bedürftigen und besser ausgebildeten sportlehrkräften an der gs... dringendst nötig.

Wollsocken: es ist ziemlich unmöglich als normalgewichtige erwachsene mit über fünf trainingseinheiten die woche jenseits von pseudo-fitness keinen handstand gegen die wand zu können. wenn du 2x kraft und 3 xjudo machst (aikido kann ich nicht einschätzen) kannst du mit sicherheit an der wand eine minute handstand halten. notfalls mit den füßen raufkrabbeln, falls die angst beim aufschwingen zu hoch ist (oft der fall). und vorher den weg raus (ausdrehen oder abrollen) üben. aber das sollte bei automatisierten judorollen kein problem sein.

Beitrag von „Kapa“ vom 24. Januar 2019 15:14

Wollsocken: DAB oder Aikikai? 

Beitrag von „Wollsocken80“ vom 24. Januar 2019 19:37

Ich mache Aikido nur nebenbei, hauptsächlich Taekwondo (WTF, d. h. olympisches Taekwondo). Zum Aikido gekommen bin ich vor 10 Jahren während eines längeren Aufenthalt in Japan und habe dort Shinshin Toitsu Aikido gemacht. Jetzt hat sich eine Aikikai Gruppe in unseren Taekwondo Dojang eingemietet. 

Ach... Mit dem DAB hätte ich ohnehin nichts zu tun, genauso wenig wie mit der DTU. 

Beitrag von „Caro07“ vom 24. Januar 2019 19:57

Ich muss jetzt einmal die Gymnasialsportlehrer loben, nachdem Negatives geschrieben wurde. Ich bin vor vielen Jahren zur Schule gegangen, war auf einem Gymnasialzweig, wo Sportabitur inklusive war.

Später habe ich jahrelang in der Mannschaft Volleyball gespielt, bis es nicht mehr schmerzfrei ging.

Ich habe von allen Techniken, sei es Turnen, Leichtathletik, Ballspiele (war mein Schwerpunkt zusammen mit Leichtathletik) so viel profitiert, dass das heute noch als Hintergrundwissen da ist und mir viele Abläufe präsent sind.

Beitrag von „Meerschwein Nele“ vom 24. Januar 2019 21:10

Als ich zu meiner eigenen Schulzeit Sport auf dem Gymnasium hatte (bei irgend so einer Gymnastik/Hauswirtschaftslehrerin der Qualität, die man in der vorherigen Lehrerknappheit irgendwie von der Straße kratzen musste), habe ich im Sportunterricht in erster Linie gelernt, dass man halt nach Zufallsprinzip bewertet wird - einmal vormachen, einmal "abnehmen" und nach fixer Punktetabelle benoten. Da konnte man sich als Bewegungstrottel, wie ich es war, anstrengen, wie man wollte, das "mangelhaft" war vorprogrammiert.

Andererseits hatte ich das nette Erlebnis, dass ich mir einmal beim durch diese Lehrerin inkompotent geleiteten "Aufwärmten" das Knie verletzt habe, so dass es nicht mehr gerade gestreckt werden konnte. Viel später habe ich bei einer ärztlichen Untersuchung erfahren, dass es sich dabei um einen Miniskusanriß handelte. Diese Lehrerin hat mir damals gnädigerweise gewährt, dass ich den Rest der Stunde auf der Bank sitzen durfte und mich danach mit meiner Verletzung allein gelassen. Wohlgeremert. In der 8. Klasse. Am Ende des Schultages. Mit einer Verletzung. Minderjährig. Allein gelassen...

Das ist das, was ich als die Sportlehrer der schlechten alten Zeit ansehe. Ich weiß, dass sich viel verbessert hat. Aber trotzdem glaube ich, dass der Sportunterricht sehr gründlich unter Kontrolle gehalten werden muss, weil die Fachkollegen nicht immer in der Lage sind, ihre Unterrichtsinhalte diskursiv in allgemeine Bildungsinhalte curricular einzubetten.

Rolle rückwärts? Handstand? Warum? Weil das der Turnvater Jahn irgendwann mal cool gefunden hat?

Muss man Schüler wirklich Affenkundstückchen vormachen lassen, weil das irgendwann einmal als nützlich für eine militärisch wehrhafte Jugend empfunden worden ist?

Wohl kaum. Und den Sportlehrern muss man das eben beibringen, wenn sie das aufgrund eigener Bildungsanstrengung nicht erkennen können.

Beitrag von „Kapa“ vom 24. Januar 2019 22:41

Nele, das Rollen bzw. die Fallschule finde ich schon wichtig...den Purzelbaum bzw die Standardrückwärtsrolle jedoch nicht 😊

In der Grundschule hatten wir sogar noch einen Sportlehrer, der uns mit hölzernen Stielhandgranaten werfen hat üben lassen....der Mann war halt schon ein wenig älter und hatte weder das Dritte Reich noch die Ertüchtigung in der DDR aus den Knochen bekommen.

Beitrag von „keckks“ vom 24. Januar 2019 22:47

nee, gar nicht wegen wehrertüchtigung, jedenfalls seit wk II im westen nicht mehr, sondern als bewegungsgrundvokabular. evolutionär ist der körper an bewegung angepasst, sicher nicht an rumsitzen mit neunzig grad in hüfte und knie, auch wenn wir das fast ständig machen in westeuropa. da wir im alltag uns körperlich kaum noch belasten, ist sport so ziemlich der spaßigste weg, die gesundheitlichen folgeschäden zu reduzieren. z.b.: wer ein bisschen turnen gelernt hat, fällt seltener und wenn doch, kann er/sie sich eher abfangen.

wir haben im verein teilnehmer über fünfundachtzig im athletiktraining (kreuzung aus gewichtheben, leichtathletik, turnen, bisschen boxen und ringen, spiel und spaß).
sturzprophylaxe und so. 