

Achtung: Dieser Text ist ein Auszug aus den „Ergänzenden Hinweisen“ im Ordner 01/02/02!

Checkliste: Minitrampolin

Physiologische und methodische Aspekte sind in dieser Checkliste nicht enthalten

- 1) Im Geräteraum ist genügend Raum zum Aufhängen oder Aufstellen des zusammengeklappten Minitrampolins vorhanden.
- 2) Der freie Transport des Gerätes in die Halle ist möglich.
- 3) Die Schülerinnen und Schüler sind im Aufstellen des Gerätes unterwiesen.
- 4) Vor der Verwendung wird das Minitrampolin von der Lehrkraft auf Funktionssicherheit überprüft.
- 5) Der Gleitschutz des Gestells ist unbeschädigt.
- 6) Rahmen und Verspannung sind bis zum Sprungtuch vollständig abgedeckt.
- 7) Die Abdeckung ist mit dem Rahmen unaufklappbar verbunden.
- 8) Die Abdeckung hat eine andere Farbe als das Sprungtuch.
- 9) Die Gummi- oder Federzüge sind unbeschädigt.
- 10) Die Einsprungstelle ist auf dem Sprungtuch durch eine Markierung (z.B. Kreis) gekennzeichnet.
- 11) Die Abstandhalter (Mittelstütze) sind fest eingerastet.
- 12) Das Minitrampolin ist bei Übungen mit Anlauf bergauf gestellt, um einen senkrechten Aufsprung zu erreichen.

Checkliste: Matten/Sonstige Geräte

- 1) Das Mini-Trampolin ist durch Matten genügend abgesichert.
- 2) Es ist sichergestellt, dass die Matten nicht wegrutschen.
- 3) Für den Landungsbereich werden Niedersprungmatten, Kombimatten oder Weichbodenmatten mit entsprechender Auflage (Turnläufer oder Gerättturnmatte) ausgelegt.
- 4) Für Rücken- und Sitzlandungen auf dem Mattenberg werden Weichbodenmatten verwendet.
- 5) Die Matten sind so ausgelegt, dass die Schülerinnen und Schüler in der Mattenmitte und nicht im Mattenstoß landen (evtl. Abdeckung mit Läufern).
- 6) Zusatz- und Hilfsgeräte besitzen keine scharfen Kanten
- 7) Kästen zum Einspringen sind nicht höher als vierteilig
- 8) Anlaufbänke sind absolut standsicher

Checkliste: Kleidung/Schuhwerk

- 1) Sowohl Lehrerinnen und Lehrer als auch Schülerinnen und Schüler tragen geeignete, eng am Körper anliegende Sportkleidung
- 2) Geturnt wird entweder barfuß (nicht bei geflochtenen Tüchern!) oder mit leichten Schuhen, am besten Gymnastik“schlappchen“
- 3) Armbanduhr, Schmuck und Haarspangen werden abgelegt.
- 4) Lange Haare werden mit einem Haarband zusammengehalten.
- 5) Alle Brillenträger tragen eine Sportbrille (eventuell Kontaktlinsen).

Checkliste: Ordnungsrahmen

- 1) Die Schülerinnen und Schüler sind mit dem sachgerechten Geräteaufbau vertraut (einüben!).
- 2) Das Übungsverbot während des Geräteaufbaus bzw. -abbaus wird eingehalten.
- 3) Das Minitrampolin wird erst dann benutzt, wenn alle Schülerinnen und Schüler den beidbeinigen Absprung beherrschen.
- 4) Im Übungsbetrieb werden Zusatzaufgaben für nicht beschäftigte Schülerinnen und Schüler angeboten (Leerlauf und Langeweile wird vermieden).
- 5) Auf ausreichende Sicherheitsabstände zwischen den Übungsgruppen wird geachtet.
- 6) Auf ausreichenden Sicherheitsabstand zwischen Sportgerät und Hallenwand wird geachtet (3 m).
- 7) Beim Anlauf ist der Querverkehr ausgeschaltet.
- 8) Bei der Übungsauswahl und Gruppenaufteilung wird auf die individuellen Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler Rücksicht genommen.
- 9) Während des Übungsbetriebes halten sich keine Schülerinnen und Schüler im Geräteraum auf.
- 10) Beim Üben im Strom werden die Übenden nicht durch zurücklaufende Schülerinnen und Schüler behindert.
- 11) Die Lehrkraft wählt ihren Standort so, dass sie die Klasse gut überblicken kann.
- 12) Die Schülerinnen und Schüler sind mit dem sachgerechten Geräteaufbau vertraut (einüben!).

Checkliste: Helfen und Sichern

- 1) Die Schülerinnen und Schüler sind es gewohnt, im Sportunterricht Körperkontakt aufzunehmen und zu ertragen.
- 2) Die Schülerinnen und Schüler sind mit der Hilfeleistung und Sicherheitsstellung vertraut.
- 3) Die Helfergriffe wurden genügend geübt und wiederholt.
- 4) Zu Hilfeleistung werden nur solche Schülerinnen und Schüler eingesetzt, die dazu in der Lage sind.