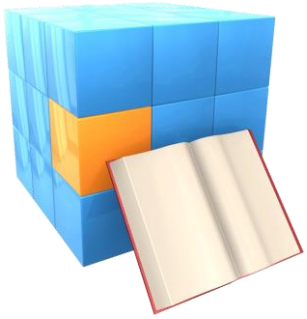
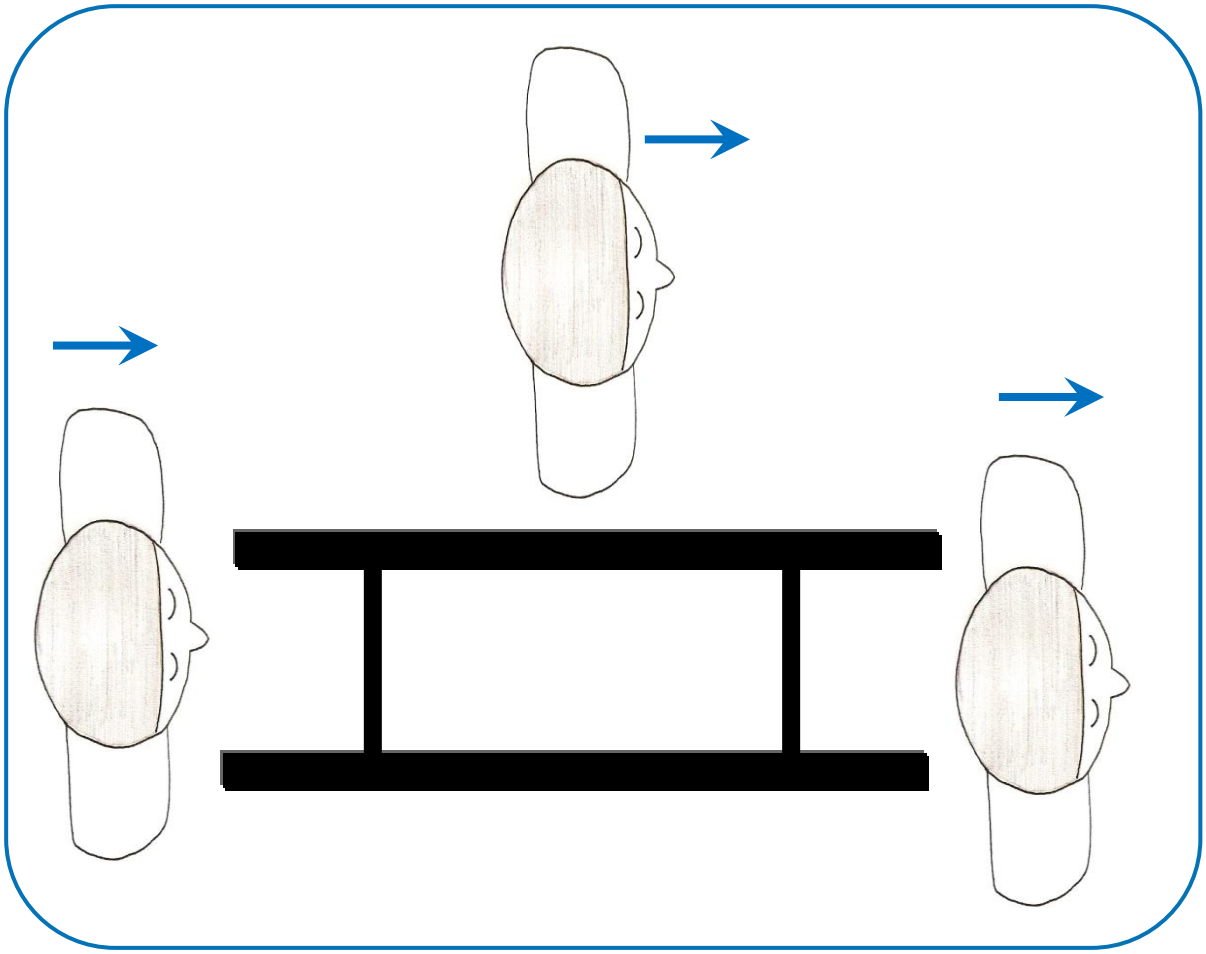


VERHALTENSWEISEN ZUM GERÄT



UNIVERSITÄT KOBLENZ · LANDAU

Creative-Commons-Lizenz Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

Autoren: Anke Kochler

Übersicht

- **Terminologie der Gerätübungen**
  - Funktion und Bedeutung
- **Verhaltensweisen zum Gerät**
- **Arbeitsmaterial**
  - Vor-, Rück- und Seitlingsverhalten (1)
  - Seit-, Quer- und Schrägverhalten (2)
  - Außen- und Innenverhalten (3)
- **Quellenverzeichnis**

 BY-SA

Terminologie der Gerätübungen

Funktion und Bedeutung

Die Gesamtheit aller Bezeichnungen und Begriffe im Gerätturnen sind unabdingbar, um die exakte sprachliche Darstellung von Sachverhalten und Vorgänge zu beschreiben. Dabei bilden Sie das terminologische System und der Kern resultiert aus den Bezeichnungen der Elemente. Zusätzlich sind jedoch weitere Bezeichnungen notwendig, um Unklarheiten sowohl im sprachlichen als auch im schriftlichen Kommunikationsprozess zu vermeiden. Hierbei wird an den Anfang eine Reihe von Bezeichnungen gestellt, die eine allgemeine Bedeutung mit sich bringen und für die Beschreibung einzelner Elemente notwendig sind.

Position
Beliebige momentane Stellung des Körpers oder eines Körperteils während der Ausführung eines Elements.

Phase
Räumlich-zeitlicher Abschnitt eines Elements (einer Technik), durch den eine notwendige Teilfunktion verwirklicht wird (z.B.: Salto vorwärts. In der ersten Phase des Fluges wird das Trägheitsmoment verkleinert, in der zweiten Phase vergrößert).

Komponente
Die Bewegung in einem Gelenk oder Gelenkpaar (Schulter-, Hüft-, Ellbogen- oder Kniegelenkpaar) innerhalb einer Phase, wenn zusätzlich noch weitere Bewegungen in mindestens einem weiteren Gelenk oder Gelenkpaar enthalten sind (z.B.: Salto vorwärts. In der ersten Phase des Fluges ist eine Komponente das das Beugen der Hüftgelenke, eine weitere Komponente das Krümmen des Oberkörpers).

Element, Technik
Bewegungsabläufe, die mit einer Anfangsstellung beginnen und zu einer Endstellung führt. Hierbei kann sich die Ausgangsstellung zeitlich und räumlich, oder auch nur zeitlich von der Endstellung unterscheiden. Dabei können (mit wenigen Ausnahmen) die Anfangs-, und Endstellung eine längere Zeit aufrechterhalten werden.

Verbindung
Unmittelbare Aufeinanderfolge von mehreren Elementen.

Kombination
Pflichtkombination: alle Elemente entsprechen den Wettkampfausschreibungen. Kürkombination: alle Elemente sind frei wählbar

Komposition
Kombination mit Musikbegleitung

 BY-SA

Verhaltensweisen zum Gerät

Die Verhaltensweisen zum Gerät drücken eindeutig aus, in welcher Position sich der Körper zum jeweiligen Gerät befindet. Dabei ist es unabhängig, ob das Gerät berührt wird oder nicht. Hierbei können die turnerischen Übungen und Elemente sowohl mündlich als auch schriftlich erläutert werden. ► **1-3**

- **Vorlings:** **Die Körpervorderseite zeigt zum Gerät**
- **Rücklings:** **Die Körperrückseite zeigt zum Gerät**
- **Seitlings:** **Eine Körperseite (links oder rechts) zeigt zum Gerät**

Für die exakte Kennzeichnung des Verhaltens zum Gerät ist zusätzlich die Stellung der Breitenachse des Körpers in Bezug auf die Längenachse des Gerätes zu berücksichtigen.

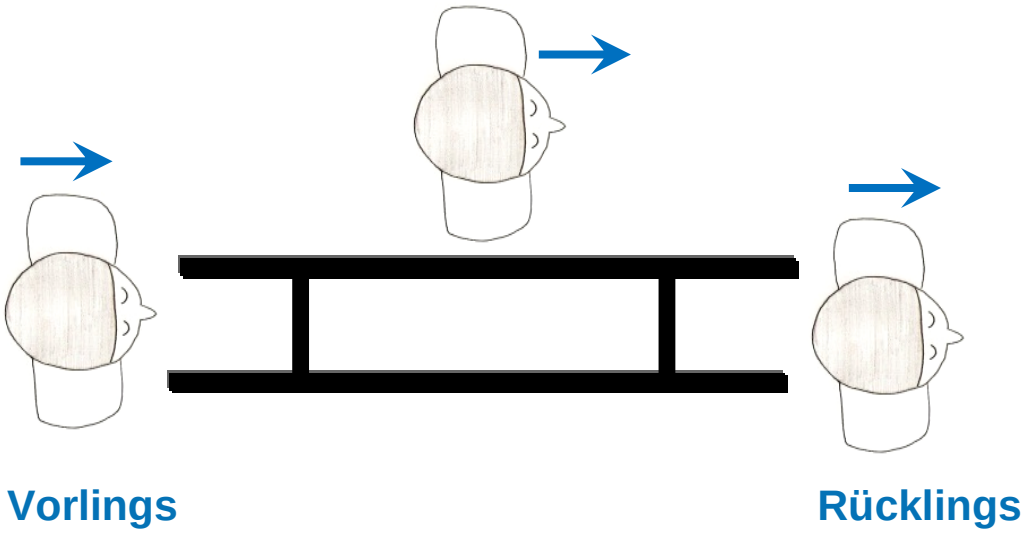
- **Seit:** **Schulterachse verläuft parallel zur Gerätlängenachse**
- **Quer:** **Schulterachse und Gerätlängenachse rechtwinklig zueinander**
- **Schräg:** **Schulterachse und Gerätlängenachse bilden einen 45° Winkel**

Für den Barren und den Stufenbarren sind weitere Kennzeichnungen notwendig, da sich der Sportler hierbei innerhalb oder außerhalb der Holmengasse befinden kann.

- **Innen:** **Der Turner befindet sich zwischen den Holmen**
- **Außen:** **Der Turner befindet sich außerhalb der Holmengasse**

 BY-SA

Vor-, Rück- und Seitlingsverhalten 1



Außenquerstandrechts seitlings unter Zuwendung der rechten Körperseite zum Gerät

Vorlings unter Zuwendung der Körpervorderseite zum Gerät

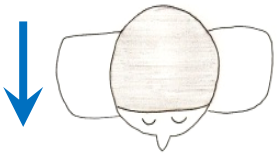
Rücklings unter Zuwendung der Körperrückseite zum Gerät

 BY-SA

Seit-, Quer- und Schrägverhalten

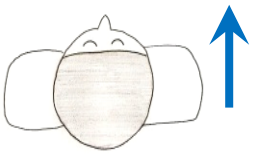
2

Seitverhalten



[redacted]

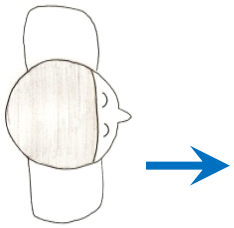
Seitstand vorlings mit der Körpervorderseite zum Gerät stehend



[redacted]

Seitstand rücklings mit der Körperrückseite zum Gerät stehend

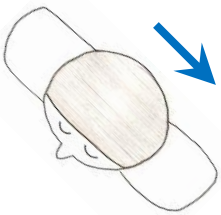
Querverhalten



[redacted]

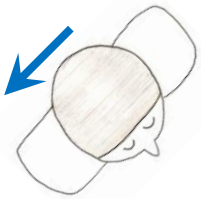
Querstand rechts seitlings mit der Körperseite (rechts) im Winkel von 90° zum Gerät stehend

Schrägverhalten



[redacted]

Schrägstand links vorlings mit der Körperseite (links) im 45° Winkel zum Gerät stehend



[redacted]

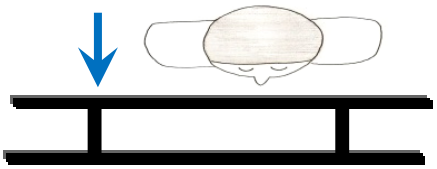
Schrägstand rechts vorlings mit der Körperseite (rechts) im 45° Winkel zum Gerät stehend

 BY-SA

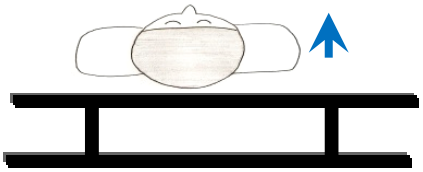
Außen- und Innenverhalten

3

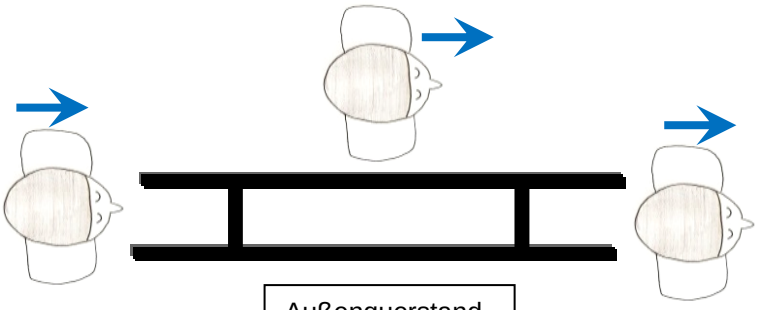
Außenverhalten



Außenseitstand vorlings z.B. vor dem unteren Holm



Außenseitstand rücklings



vorlings

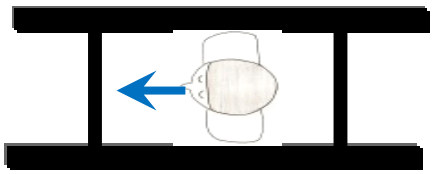
Außenquerstand **rechts seitlings**

rücklings

Innenverhalten

Innenseitstand z.B. vorlings zum unteren Holm

Innenseitstand z.B. rücklings zum oberen Holm



Innenquerstand

 BY-SA

Quellenverzeichnis

Literatur

Autor	Literaturname	Erscheinungsort	Erscheinungsjahr	Verlag
Hrs.: Buchmann; Arnold,Leirich,Rieling	Terminologie Gerätturnen	Berlin	1983	Sportverlag Berlin
Hrs.: Boddien	Gerätturnen in der Schule	Berlin	1986	Volkseigener Verlag Berlin

Abbildung / Foto

Nummer	Verlag	Autor
1-2	In Anlehnung an: Boddien, W. (Hrsg.): Gerätturnen in der Schule. Volk und Wissen Volkseigener Verlag, Berlin 1986	Modifiziert durch: Anke Kochler

Urheber des Beitrags

Autor	Berater	Institution
Kochler, Anke/ Lehramtsstudentin	Minnich, Marlis	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz-Landau, Campus Koblenz

 BY-SA