



Turngeräte

Aufbau, Transport und Sicherheit



erstellt von Mareike Bauer



Der Geräteraum



Regeln für den Geräteraum

Kinder **betreten** den Geräteraum nur **nach Anweisung!**

Niemals darf im Geräteraum **auf oder an den Geräten geturnt werden!**

Ein Geräteraum sollte immer **aufgeräumt** sein, Geräte immer **an ihren Platz zurück gestellt** werden (evtl. ein Foto/eine Zeichnung aufhängen).

Turnmatten

Weichbodenmatte



Mit Weichbodenmatten sichert man dort ab, wo die Gefahr besteht, dass die Turner **nicht** auf den Füßen landen oder nach dem Landen hinfallen.

Turnmatte



Mit Turnmatte sichert man dort ab, wo die Turner **sicher** auf den Füßen landen und nach dem Landen **nicht** hinfallen.

Turnmatten II

Niedersprungmatte



Niedersprungmatten sind leider nicht oft in Schulsportthallen vorhanden, sichern aber durch gute Federeigenschaften Landungen besser ab als Turnmatten.

Bodenturnmatte



Bodenmatten (auch nicht oft vorhanden) sind gewöhnlich aufgerollt und dürfen nur mit der gelben/ blauen Seite nach oben ausgerollt werden.

Mattentransport

Folgenden Regeln sind beim Mattentransport wichtig:

Kinder sitzen und/oder turnen **niemals** auf dem Mattenwagen!



4 Kinder tragen eine **Turnmatte**.

6-8 Kinder tragen eine **Weichbodenmatte/Niedersprungmatte**.

Matten dürfen **nicht über den Kopf** gehoben werden
(Verletzungsgefahr).

Turnkästen

kleiner Kasten



Kleine Kästen werden von
2 Kindern getragen.

großer Kasten



Große Kästen werden von
2 Kindern geschoben.

Kastentransport

Hebeltechnik I



Hebel mit Fuß oder Hand nach oben hebeln. Zum Feststellen Hebel wieder nach unten hebeln. Oft lässt sich der Hebel abnehmen.

Hebeltechnik II

Achtung!
Füße nicht
einklemmen!



Hebel mit dem Fuß nach unten und zur Seite schieben, dann hebt sich der Kasten auf die Räder. Zum Feststellen Hebel wieder zur Seite und nach oben schieben.

Sprungbretter

Kindersprungbrett

Kindersprungbretter sind **blau** und nur **bis 40 kg** belastbar.



Die dickere Seite wird Richtung Sprunggerät/Landeseite gestellt.

„normales“ Sprungbrett

Normale Sprungbretter sind **rot oder gelb** und **über 40 kg** belastbar.



Sprungbretter werden von **2-4 Kindern** getragen.

Noch mehr Turngeräte...

Turnbank/Langbank



Hier in Sprossenwand
o.ä. einhängen.

Turnbänke werden von **mind. 6 Kindern getragen**
(besser aber immer mehr z.B. alle Mädchen, alle Jungs etc.).

Turnbock



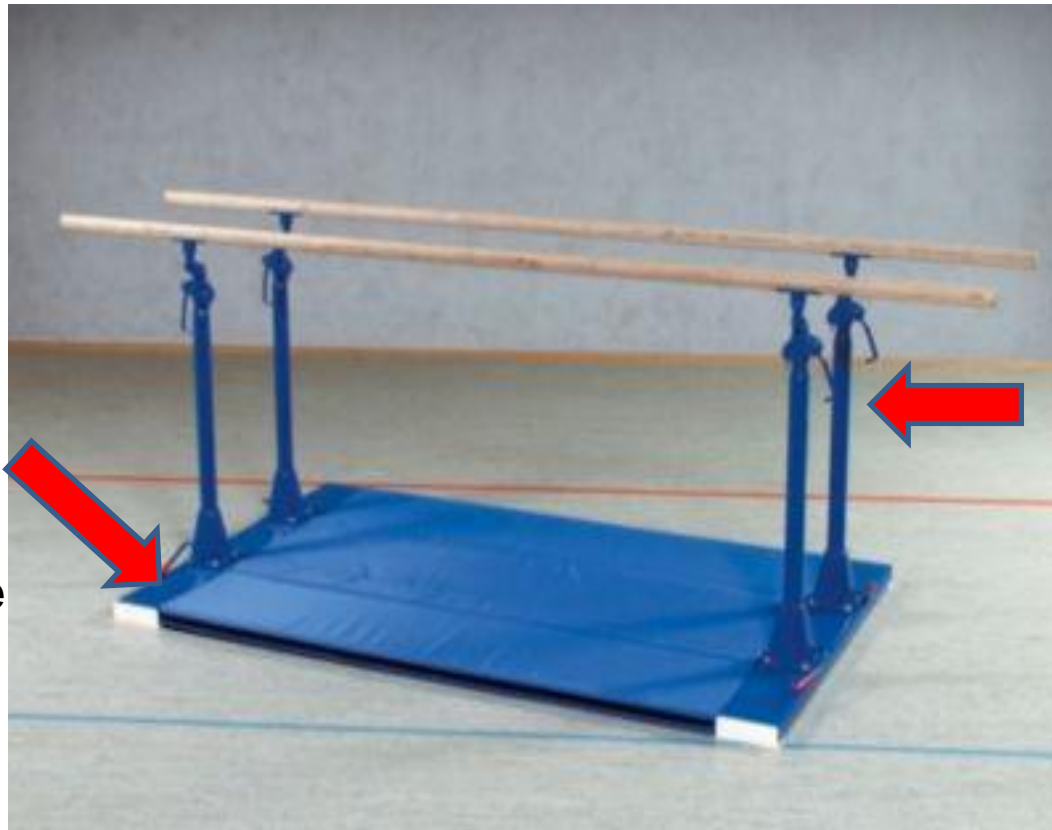
Zum
Höhenverstellen
an der Schraube
drehen und
nacheinander an
den Griffen
ziehen.
Gleichzeitig den
Bock nach oben
oder unten
schieben.

Auf einer Seite anheben und
auf den Rädern schieben. Am
Besten selbst transportieren.

Parallelbarren

Wichtig: Vor dem Turnen **ALLE** Hebel **immer** feststellen.

Alle **vier Bodenhebel** nach oben drehen, dann kann der Barren von **2-4 Kindern geschoben** werden. Zum Feststellen **alle 4 Hebeln** nach unten drehen.

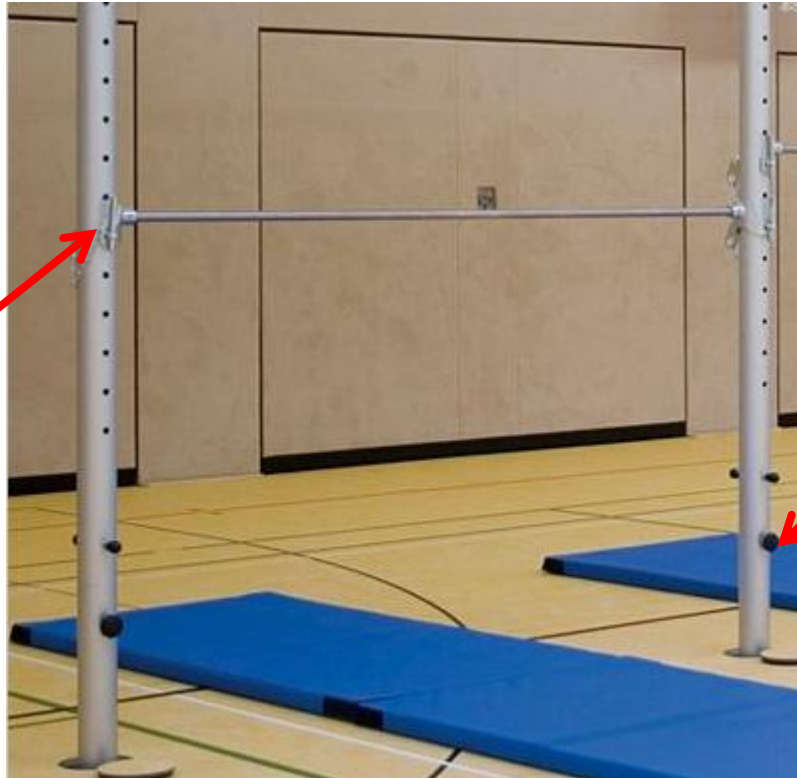


Zum Holme verstellen, beide Hebel nach oben hebeln und Holm (am besten gleichzeitig) nach oben drücken. Zum Absenken der Holme Hebel nach oben hebeln, Holm ein kleines Stück anheben und den Knopf unter dem Hebel eindrücken, dann den Holm langsam absenken.

Reck

Pfosten und **Stange** werden von **mind. 2** Kindern **getragen**.

Die Reckstangen werden mit einem Bolzen oder einer Schraube befestigt. Bolzen/Schraube werden in die Löcher eingeführt und festgestellt.



Die Pfosten werden im Boden versenkt und je nach Modell mit einer Schraube festgestellt.

Schaukelringe



Schaukelringe befinden sich meist unter der Hallendecke und werden **mit einer Hakenstange** heruntergeholt. An der Wand werden die Ringe in der passenden Höhe **mit einer Kette festgestellt**. Am Ende einfach wieder nach oben ziehen.

Hakenstange

wird nur vom Lehrer benutzt.

Taue



In Taue dürfen **keine Knoten** gemacht werden. Daher gibt es Vorrichtungen (Swing Top), die keine Knoten mehr erfordern.

Die Taue werden einfach so weit ausgezogen, bis sich das **erste Tau in der Schiene festhakt** (meist ist ein **Klacken** zu hören). Zum Einziehen der Taue muss die **Sicherung gelöst** werden. Dazu muss an **einem Seil an der Wand gezogen** werden.

Wichtige Regeln für den Auf- und Abbau

Niemand darf während des Auf- bzw. Abbauens an den Geräten turnen oder darauf stehen.

Die Geräteraumtore werden vom Lehrer/von der Lehrerin geöffnet und geschlossen.

Beim Aufbau der Geräte müssen sowohl Sicherheitsabstände zu der Hallenwand als auch zu den anderen Geräten eingehalten werden.

Abgangs-, Fall-, und Sicherheitsbereiche der Geräte sind mit Matten abzusichern.

...geschafft

Eines ist noch wichtig:
Kinder müssen den Aufbau von Geräten in kleinen
Schritten lernen und immer wieder üben.

**Das war die Theorie,
jetzt geht's ans Ausprobieren!**