

3.1 Drehen

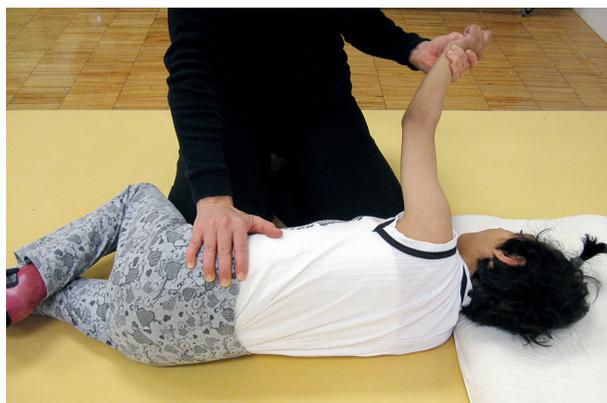
Drehen ist ein zentrales Element der motorischen Entwicklung

Viele Bewegungsabläufe wie Aufsetzen, Krabbeln oder sogar das Gehen bauen darauf auf. Im pädagogischen Alltag ist Drehen als Transfer- und Handlingvariante vielfältig einsetzbar.

Tipp: um die eigene Kraftanstrengung gering zu halten, Griffe nahe der Körpermitte platzieren und die SchülerInnen möglichst zu sich drehen

3.1.1 Drehen mit aktiver Mithilfe

Die SchülerInnen werden, gemäß ihren individuellen Möglichkeiten, zur aktiven Mithilfe aufgefordert. Jede Mitbeteiligung („Kommando geben“, Kopfdrehung in die Bewegungsrichtung, Anheben / Aufstellen eines Beines, Drehen des Beckens...) wird wahrgenommen, in den Ablauf integriert und durch angepasste Griff-technik entsprechend unterstützt.



hier: aktives Heben des Armes; die Schülerin „zieht sich“ zur Pädagogin und damit in die Drehung

3.1.2 Drehen ohne Rotation / Drehen en bloc

Achtung! Bestimmte orthopädische / medizinische Diagnosen (z. B. Wirbelsäulenoperationen) erfordern eine Form des Handlings, bei dem es zu keiner Verdrehung zwischen Becken und Brustkorb kommt!



Beide Hände greifen unter den Rumpf und führen die Bewegung **synchron** in die Seitenlage.

3.1.3 Drehen von Rückenlage über die Seitenlage in die Bauchlage

Achtung! Kopfposition: die Schülerin schaut in die Drehrichtung!

Achtung! Position und Beweglichkeit des Armes, über den gedreht wird, bedenken!



Kann der Arm nicht nach oben neben den Kopf gebracht werden, wird er – wie hier – gebeugt an den Rumpf angelegt.

Die Pädagogin leitet mit ihrem **Unterarm** am Becken der Schülerin die Drehung ein.



Wird die Drehung – wie oben gezeigt – mit dem Unterarm eingeleitet, ergibt sich durch den Bewegungsablauf ein kompakter, flächiger Handkontakt am Becken / Gesäß der Schülerin; so wird die Drehung weiter geführt.



Die Pädagogin greift um und führt die Bewegung sanft gebremst zu Ende.



Bleibt der Arm der Schülerin, über welchen gedreht wurde, unter dem Rumpf „eingeklemmt“, muss die betroffene **Schulter durch sanftes Anheben entlastet** werden, um den Arm hervorzuholen.

3.1.4 Drehen von Bauchlage über die Seitenlage in die Rückenlage

Achtung! Kopfposition: die Schülerin schaut gegen die Drehrichtung!

Achtung! Position und Beweglichkeit des Armes, über den gedreht wird, bedenken!



Kann der Arm nicht nach oben neben den Kopf gebracht werden, wird er eng an den Rumpf angelegt.

Mit einem flächigen Griff unter das Becken leitet die Pädagogin die Drehung ein.



Mit der Hand am Becken führt / begleitet die Pädagogin die Bewegung.

Mit der zweiten Hand unterstützt sie zuerst die Schulter der Schülerin, über welche gedreht wird...



...dann den Kopf.



Die Pädagogin führt die Bewegung sanft gebremst zu Ende.

3.1.5 Drehen auf eine Decke / ein Lifertuch

Tipp: Decken / Leintücher und Ähnliches sind vielseitige Hilfsmittel für Transfers
Beispiele: Heben mit der Decke, Transfer auf den Keil, „Rutschtransfer“ durch die Klasse...

Achtung! Um die nötige Sicherheit zu gewährleisten, müssen Qualität (fest, strapazierfähig...) und Materialbeschaffenheit (hautfreundlich, waschbar...) der verwendeten Hilfsmittel bedacht werden!



Die Schülerin befindet sich in Rückenlage, eine Decke liegt griffbereit neben ihr.
Die Schülerin dreht von der Rückenlage in Seitenlage (ggf. kann sie sich an den Beinen der Pädagogin anlehnen).
Die Decke wird so platziert, dass etwa die Hälfte glatt auf dem Boden liegt, die andere Hälfte wird eng am Rücken der Schülerin zusammengerollt.
Die Schülerin dreht über die Rückenlage...



...auf die andere Seite.
Jetzt kann die Decke hervorgeholt und auseinandergefaltet werden.
Zum Schluss dreht die Schülerin zurück in Rückenlage.