

WEISUNGEN ZUR TRAMPOLINBENÜTZUNG

Wenn in den folgenden Weisungen vom Trampolin gesprochen wird, so ist damit das grosse Trampolin gemeint, nicht das Minitrampolin.

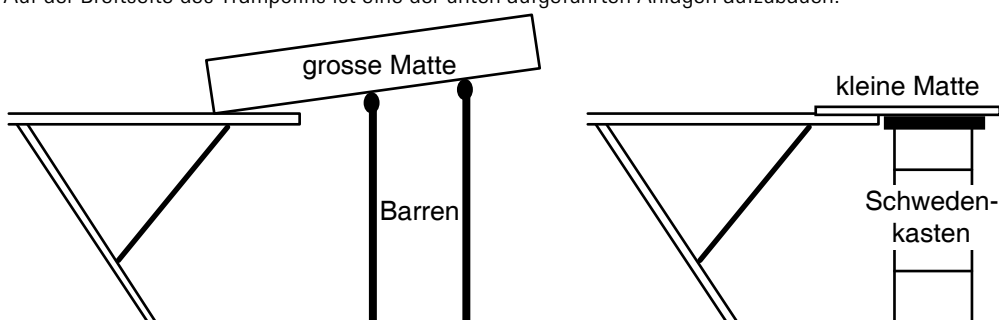
1. Ausbildung / Testat / Fortbildung

- Der Unterricht am grossen Trampolin verlangt eine spezielle Ausbildung.
- Die Ausbildung umfasst neben der persönlichen Fertigkeit methodischen und didaktischen Unterricht, sowie die Behandlung der Unfallverhütung.
- Die Ausbildung kann während der Turnlehrerausbildung erworben werden oder im Rahmen von speziellen Trampolin-Fortbildungskursen, die die TLKZ, der SVSB oder die kantonale Lehrerfortbildung anbietet.
- Die erlaubten Grundelemente, die mit Schülern im Normalunterricht oder im Wahlfach behandelt werden, sind in der Folge umschrieben.
- Lehrpersonen, die sich nicht an diese Weisungen halten, handeln grobfahrlässig im Sinne einer Haftungskürzung durch den Kanton.

2. Unfallverhütung

2.1 Regeln zum Auf-/Abbau des Trampolins

- Die Lernenden sind für das Auf- und Zusammenklappen der Trampoline genauestens zu instruieren. Die Lehrperson hat die Lernenden dabei zu überwachen.
- Es dürfen während des Trampolinspringens keine Gegenstände unter dem Trampolintuch liegen. Dazu sollte ein Raum von ca. 3 m um das Trampolin nicht durch Geräte (z.B. Rollständer, Kastenteile, Mattenwagen) verstellt werden.
- Grundsätzlich sind alle Seiten, auch die Längsseiten, mit mindestens dünnen Matten abzusichern!
- Auf der Breitseite des Trampolins ist eine der unten aufgeführten Anlagen aufzubauen.



- Nach dem Springen ist das Gerät ordnungsgemäss zusammenzulegen und mit einer Kette abzuschliessen.

2.2 Regeln zur Benutzung des Gerätes

- Auf beiden Längsseiten, falls das Trampolin nicht mit einer Längsseite an der Wand steht, müssen während des Trampolinspringens Lernende stehen, um, falls springende Lernende vom Gerät fallen sollte, diese zurück zu stossen.
- Die Lernenden dürfen nur in Anwesenheit der Lehrperson springen.
- Es darf weder in Turnschuhen noch barfuss gesprungen werden.

2.3 Regeln zum Springen

- Grundsätzlich befindet sich nur ein(e) Lernende(r) auf dem Trampolin. Nur bei einführenden Sprüngen dürfen stützende oder haltende Personen sich ebenfalls auf dem Trampolin befinden.
- Es dürfen nur Sprünge ausgeführt werden, die
 - a) gedanklich und technisch vorbereitet und
 - b) von der Lehrperson verlangt wurden.
- Beim Springen ist auf eine nicht zu lange Sprungzeit zu achten.
- Nach dem Springen darf auf keinen Fall vom Gerät gesprungen werden! Eine Hand sollte beim Absteigen auf dem Rahmen abstützen!

3. Erlaubte Elemente

- Einfache Angewöhnungs- und Aufwärmformen (z.B. Federn auf dem Rücken oder in verschiedenen Lagen der Körperstellung)
- Standsprung, Hocke, Bücke, Grätsche, Grätschwinkelsprung
- Drehungen um die Längsachse (1/2, 1/1Dr.)
- Sitzlandung
- Hocke zur Sitzlandung
- Sitzlandung, 1/2 Dr. zum Standsprung
- Standsprung, 1/2 Dr. zur Sitzlandung
- Standsprung, 1/1 Dr. zur Sitzlandung
- Sitzlandung, 1/2 Dr. zur Sitzlandung
- Sitzlandung, 1/1 Dr. zur Sitzlandung
- Rückenlandung
- Rückenlandung, 1/2 Dr. zum Standsprung
- Rückenlandung, 1/2 Dr. zur Rückenlandung
- Standsprung, 1/2 Dr. zur Rückenlandung

Alle oben erwähnten Sprünge können kombiniert werden. Kombinationen sind sinnvoll und Ziel des Unterrichts.

Nur für gute Lernende:

- Barany
- Salto rückwärts gehockt/gebückt

Nur in Spezialkursen mit guten Lernenden:

- Salto vorwärts gehockt/gebückt

4. Instruktion und Überwachung der Weisungen

- Die Information der neuen Lehrkräfte bezüglich dieser Weisungen geschieht durch den Turnkustos bei der Einführung.
- Die Überwachung dieser Weisungen erfolgt durch die Abteilungsleitung in Zusammenarbeit mit dem Kustos (z.B. Schlüsselabgabe).

Den Weisungen ist Folge zu leisten. Die Schulleitung lehnt jede Haftung ab. Gegenüber fehlbaren oder unberechtigten Benutzerinnen und Benutzern werden Sanktionen ausgesprochen.

Zürich, 10.08.2012

Der Abteilungsleiter:

