

Albert Müller

Therapeutisches Trampolinspringen

„Nur Fliegen ist schöner“

 **verlag modernes lernen - Dortmund**

Inhalt

Geleitwort	9
Danksagung	11
Vorwort	13
I. Theoretische Voraussetzungen	15
1. Das Trampolin	17
2. Biomechanische Überlegungen	18
2.1 Zum Strecksprung (=Fußsprung, Standsprung)	19
2.1.1 Zur Armführung	20
2.2 Zur Schraube	22
2.3 Zum Salto	23
2.4 Zu kombinierten Drehungen	25
3. Überlegungen zum Bewegungslernen	26
4. Überlegungen zur Aufnahme, Analyse, Speicherung, Programmierung, Regulation und Ausführung	29
5. Medizinische Überlegungen	32
6. Das Trampolin als therapeutisches Medium	37
6.1 Bei Kindern und Jugendlichen mit Verhaltensstörungen	37
6.2 Bei Menschen mit Behinderungen	40
II. Überlegungen zur praktischen Durchführung	43
1. Zielsetzung	45
2. Gruppe und zeitlicher Rahmen	47
3. Leiterverhalten und -qualifikation	49
4. Sicherheitsrahmenbedingungen: safety first	52
4.1 Beim Aufbau und Abbau des Gerätes	52
4.2 Beim Springer	54
4.3 Bei der Durchführung	54
4.4 Sicherheits- und Hilfestellung	55
5. Aufbau einer Stunde	59
III. Praktische Durchführung	61
1. „Passive“ Tuchgewöhnung	65
1.1 Im Liegen	65
1.2 Im Sitzen	69
1.3 In der Bank	71

1.4 In der Knielandung	74
1.5 Im Fußsprung	77
2. Aktives Springen auf dem Trampolin	81
2.1 Strecksprung (= Fußsprung, Standsprung)	81
2.2 Strecksprünge in Verbindung mit Bremssprung, Schraube, Hocke, Bücke, Grätsche und Grätschwinkelsprung	88
2.2.1 Bremssprung – Abstoppen	88
2.2.2 Schraube	92
2.2.3 Hocke	95
2.2.4 Grätsche	95
2.2.5 Grätschwinkelsprung	96
2.2.6 Bücke	97
2.3 Kniesprung	98
2.4 Sitzsprung	99
2.4.1 Aus dem Fußsprung halbe Schraube in den Sitz	102
2.4.2 Sitzsprung und halbe Schraube in den Sitz	104
2.4.3 Sitz und halbe Schraube in die Bank	106
2.5 Banksprung	107
2.5.1 Bank und halbe Schraube in den Sitz	109
2.6 Bauchsprung	109
2.7 Rückensprung	113
2.7.1 Rückensprung und halbe Schraube in den Stand	119
2.8 Kombinationssprünge	120
2.9 Salto	121
2.9.1 Salto vorwärts	122
2.9.2 Salto rückwärts	131
3. Springen mit dem Minitrampolin	136
3.1 Zum Gerät	136
3.2 Methodik des Springens mit dem Minitrampolin	137
3.2.1 Strecksprung	138
3.2.2 Salto vorwärts	140
3.2.3 Salto rückwärts	144
IV. Das Trampolin als Diagnostikum	147
1. Das Trampolin-Screening	156
1.1 Ausfahrende großmotorische und kleinmotorische Impulse	157
1.2 Drehende Extrabewegungen	158
1.3 Instabilität in der Körpersenkrechten	160
1.4 Asymmetrische Seitenbetonungen	161
1.5 Dysfunktionale Gleichgewichtskontrolle	162
1.6 Hyper- und Hypotonie der Muskulatur	163

1.7 Dyskoordination der Arme	164
1.8 Beeinträchtigung sequentieller Handlungsabläufe	165
V. Statistische Auswertung der Befunde	167
1. Beschreibung der Stichprobe:	169
2. Itemanalyse des TKT-Screenings	171
2.1 Objektivität	171
2.2 Reliabilität	171
2.3 Itemschwierigkeit	172
2.4 Trennschärfe	172
2.5 Homogenität	173
2.6 Validität	174
2.6.1 Inhaltliche Validität:	174
2.6.2 Kriterienvvalidität	176
2.6.2.1 TKT1-Screening und Körperkoordinationstest (KTK1)	176
2.6.2.2 TKT1-Screening und Einbeinstand-Screening (E1)	178
2.6.2.3 TKT1-Screening und Hampelmanngrätschsprung-Screening (HG1)	180
2.6.2.4 Ergebnisse zur Konstruktvalidierung des TKT-Screenings mittels Faktorenanalyse	183
3. Gesamtschau der Entwicklung von Trampolinkoordination (Prozessqualität) in Abhängigkeit zur Förderung	186
3.1 Verlauf der TKT-Werte (Gesamtssummscore) in Abhängigkeit zur Förderung (Prozessqualität) bei den unverbundenen Gruppen	186
3.2 TKT-Vergleich der abhängigen Stichproben über alle Messungen	188
3.2.1 TKT-Vergleich der einzelnen Schuljahresgruppen über alle Messungen	190
3.3 Varianzanalytische Berechnungen der TKT-Gruppenunterschiede	191
3.3.1 Heimaufenthaltsdauer und TKT-Entwicklung	191
3.3.2 Unterschiede des TKT-Screenings differenziert nach dem Geschlecht der Stichprobe und den Messzeitpunkten	194
3.3.3 Altersgruppen und TKT-Entwicklung	197

4. Abhängigkeit des TKT-Screenings vom Alter	201
5. Abhängigkeit des TKT-Screenings vom Geschlecht	202
6. Falldarstellung	203
Schlussbemerkungen	207
Literaturliste	210
Anhang	213
Abbildungsverzeichnis	213
Tabellenverzeichnis	217