

Handlungsstrukturanalyse DYNAMISCHE GESAMTKÖRPERKOORDINATION Klettern & Steigen			
Daten:			
Vestibuläre Integration / Koordination assoziierte Reaktionen / tonische Reaktionen / Stell-, Stütz- und Gleichgewichtsreaktionen			
Art der Bewegung	Art der Fläche	Art der Griffmöglichkeit	Bewegungsrichtung
<p>► Klettern</p> <p>Arm- und Beineinsatz</p> <p>▷ Nachstellschritt/-griff Fuß und/oder Hand einer Seite werden vorgestellt, die der anderen Körperseite auf die gleiche Ebene nachgeführt</p> <p>▷ „Passgang“ Fuß und Hand einer Körperseite werden „zeitgleich“ vorgestellt. Danach wird die andere Seite vorgestellt usw.</p> <p>▷ gekreuzte Koordination z.B. linke Hand und rechter Fuß werden vorgestellt. Danach werden die rechte Hand und der linke Fuß vorgestellt usw.</p> <p>► Steigen</p> <p>vorwiegend Beineinsatz</p> <p>▷ Nachstellschritt</p> <p>▷ gekreuzte Koordination</p> <p>Anmerkung: Klettern & Steigen unterscheidet sich von den Gangarten durch einen aktiveren Arm- oder Beineinsatz. Die Übergänge sind hierbei fließend.</p>	<p>▷ • groß • klein</p> <p>▷ • breit • schmal</p> <p>▷ • lang • kurz</p> <p>▷ • hart</p> <p> • nachgebend - weich - federnd</p> <p>▷ • eben • uneben</p> <p>▷ • stumpf • rutschig</p> <p>▷ • ebenerdig • erhöht - bodennah - bodenfern</p> <p>▷ • waagerecht</p> <p> • schräg - Anstellwinkel eher flach - Anstellwinkel eher steil</p> <p> • senkrecht</p> <p>▷ • stabil</p> <p> • beweglich - träge/leicht beweglich - in eine/alle Richtung(en)</p> <p>▷ • überhängend</p> <p>▷ • gestuft: - kleinere Abstände - größere Abstände - Stufen in einer Ebene - Stufen versetzt</p>	<p>▷ Palmargriff</p> <p>▷ Tunnelgriff</p> <p> - Kammgriff</p> <p> - Ristgriff</p> <p>▷ nur mit den Fingern</p> <p>▷ nur mit der Handfläche</p> <p>an:</p> <p>▷ • breiter • schmaler</p> <p>▷ • großer • kleiner</p> <p>▷ • langer • kurzer</p> <p>▷ • harter • nachgebend. weich/federnd</p> <p>▷ • ebener • unebener</p> <p>▷ • stumpfer • rutschiger</p> <p>▷ • waagerechter</p> <p> • schräger - Anstellwinkel eher flach - Anstellwinkel eher steil</p> <p> • senkrechter</p> <p>▷ • beweglicher</p> <p> - träge/leicht beweglich - in eine/alle Richtung(en)</p>	<p>▷ vorwärts</p> <p>▷ seitwärts</p> <p>▷ rückwärts</p> <p>▷ aufwärts - Kopf voran - Füße voran</p> <p>▷ abwärts - Füße voran - Kopf voran</p> <p>▷ (hin-)über</p>
Automatisierungsgrad			
Spalte 1		Spalte 2	
<p>► Handlungen mit personalisierter Hilfe</p> <p>► Handlungen mit materialisierter Hilfe</p>		<p>► eigenständige Handlungen</p> <p>► Simultanhandlungen</p>	
Freie Beschreibung:			