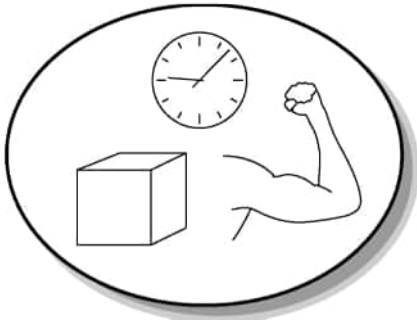


1. Tun – Praxissituation erfahren – so tun, wie ich es jetzt weiss und kann



Caro soll hier am Tisch aufstehen. Hohe Anstrengung und hohe Anspannung, auch bei der Unterstützung.

2. Reflektieren in der eigenen Bewegung mit Blickwinkeln



Wie viel **Zeit, Raum und Anstrengung** nutze ich in der Aktivität? Was ändert sich, wenn ich mehr äußeren Raum nutzen kann? Welche Wirkung hat das auf meine innere Anstrengung und meine Bewegungsmöglichkeiten (innerer Raum)?

Welche gegenseitigen Lernprozesse entstehen? Produktive mit immer mehr Bewegungskompetenz und feiner werden können in der eigenen Bewegung und in der Bewegungs - Unterstützung (Handling) ? Oder immer mehr Übernahme und Abhängigkeiten, Anstrengung und Belastungen für beide Parteien?

3. Variieren – Varianten suchen und Lernpotenzial erforschen

Äusseren Raum unterschiedlich nutzen, Wirkung auf inneren Raum (Bewegungsmöglichkeiten) und innere Anstrengung (Muskelkraft). Zeit (Tempo) variieren können.



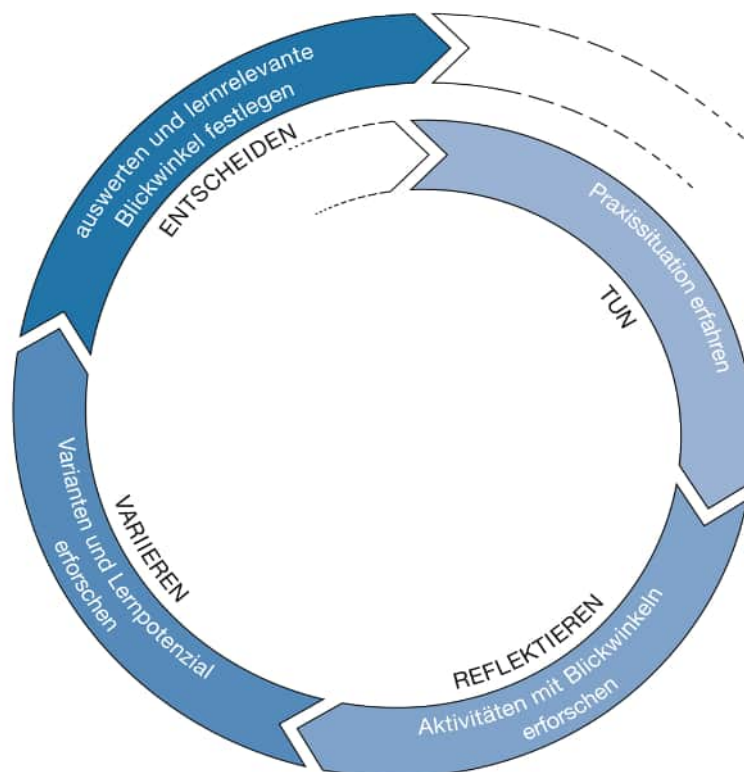
4. Entscheiden – was nehmen wir mit fürs nä. Mal?



Genug (äußeren) Raum zum Bewegen der Körperteile (innerer Raum) ermöglichen.
Rollstuhl nicht unbedingt starr und unbeweglich festhalten, sondern auch hier beim Aufstehen merken, wenn mehr Raum benötigt wird und in der Aktivität kleine Anpassungen machen.
Tempo (Zeit) in der Aktivität und beim Handling variieren und anpassen um Eigenaktivität zu ermöglichen.
Achten auf die eigene Position in der Unterstützung, um die eigenen Gesundheit zu erhalten (Gesundheitsentwicklung).

Bewegungskompetenz schafft Lebensqualität!

Die Lernspirale mit ihren 4 methodischen Schritten: Tun – Reflektieren – Variieren – Entscheiden



- ermöglicht uns von- und miteinander zu lernen, statt nur Lösungen haben zu müssen
→ sind die beiden Seiten der Medaille
- entwickelt Bewegungskompetenz im Team → Umgang mit zukünftigen Herausforderungen
- Austausch durch Berührung und Bewegung unterstützt Team – Entwicklung ...
- ...und trägt bei zu Belastungen thematisieren und reduzieren, Lernthemen beim Bewohner und Mitarbeiter gemeinsam bearbeiten und führt zu mehr Lebensqualität bei allen Beteiligten

Praxisbesuche, Teaminputs → Meldung machen!
Grundkurs/Aufbaukurs /Praxistage siehe FB Programm

Gruß Patrick