Kapitel:

Stundenverlaufsplan für Sporteinheiten in der ambulanten und stationären Kinderonkologie

Voraussetzungen:

- ✓ *aufgrund der Diversität der TN wird darauf geachtet, dass die TN alle Übungen nur entsprechend der eigenen Möglichkeiten durchführen*
- ✓ *Sicherheitsspezifische Aspekte werden vor Beginn jeder Sportstunde durch den/die ST kontrolliert (Infusion, Sicherheitsklammer, Schuhe, etc.)*
- ✓ *Sport soll in gewisser Weise freiwillig sein und bleiben, Pat. soll nach eigenem Ermessen entscheiden, ob Sport möglich ist oder nicht; Hilfestellung und Ermutigung wird durch den/die ST gegeben*

Zielgruppe:					**Ort:** Stationsflur	
Ziel: Gangbild verbessern, Sturzrisiko minimieren						
Altersgruppe *(Mehrfachnennungen möglich)*:	☑ 3-5 Jahre	☐ 6-10 Jahre	☐ 11-13 Jahre	☐ 14-18 Jahre		
Inhalt: Gangschule, Gleichgewichtsübungen/ Koordination						
Material: Luftballon, Materialien mit verschiedenen Oberflächen (Haptik, auch inst. Unterlage), kleine Hürden, Tierwürfel, Sandsäckchen, Ige						
A. Einleitung						
Phase / Ziele	**Inhalte / Aufgaben / Übungen**		**Methodik**	**Organisation**	**Bemerkungen**	**Zeit**
Erwärmung, Einstimmung, Vertrauensaufbau	- Luftballon zeigen/ anbieten - hin- & herpassen, Fokus auf Beinen - kleine, einfache Bewegungsaufgaben (Stark wie ein Bär/ sanft wie eine Maus... “)		- Visualisierung der Bewegungen - spielerisch - nicht fordernd - geringe Erwartungen an Anna & Familie	- lockere Aufstellung - Blickkontakt & auf Augenhöhe	Eltern mit einbeziehen, Eltern stützen zwecks Sturzgefahr/ ST stützt und Anna spielt mit Eltern	5-10

Abkürzungen: TN=Teilnehmenden; UE=Untere Extremität; OE=Obere Extremität; ST=Sporttherapeut/-in; Pat=Patient/-in

B. Hauptteil					
Phase / Ziele	**Inhalte / Aufgaben / Übungen**	**Methodik**	**Organisation**	**Bemerkungen**	**Zeit**
- Gleichgewicht, Gangschule	- Bewegungsparcours auf verschiedenen Untergründen sowie über kleine Hürden - Bewegungsaufgaben mit Tierwürfel (laufen wie Bär, Maus, Seiltänzer, Ballerina, Storch, ggf. Rückwärts)	- Visualisierung der Bewegungen - spielerisch - nicht fordernd	- lockere Aufstellung - Blickkontakt & auf Augenhöhe	- Parcours gemeinsam aufbauen, ggf. verändern	10-15

Abkürzungen: TN=Teilnehmenden; UE=Untere Extremität; OE=Obere Extremität; ST=Sporttherapeut/-in; Pat=Patient/-in

C. Cool-down / Ausklang					
Phase / Ziele	**Inhalte / Aufgaben / Übungen**	**Methodik**	**Organisation**	**Bemerkungen**	**Zeit**
- spielerischer Ausklang	- Sandsäckchen werfen, mit Füßen greifen,…	- weiterhin spielerisch	- lockere Aufstellung - Blickkontakt & auf Augenhöhe		5
				Gesamtdauer der Einheit	30

Sporttherapeut*in:

Datum:

Sportteam der Kinderonkologie Schwabing

Sonstige Anmerkungen:

Fragen:
- an Ärzt*innen: wo/ welche Einschränkungen? Tagesaktuelle Infos
- an Pflege: Tagesaktuelle Infos
- an andere Therapeut*innen: Was wurde bisher gemacht? Was steht noch an?

Abkürzungen: TN=Teilnehmenden; UE=Untere Extremität; OE=Obere Extremität; ST=Sporttherapeut/-in; Pat=Patient/-in