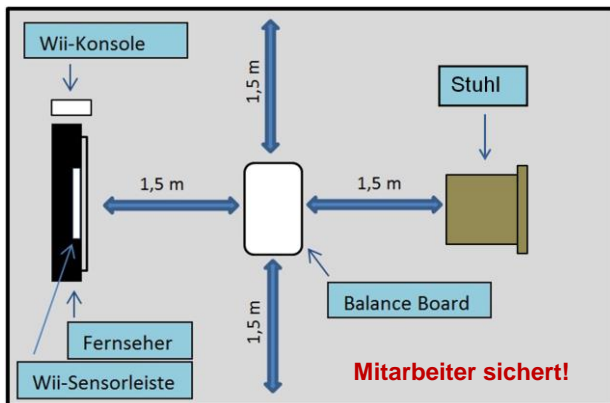


## U 7 - Gleichgewichtsspiele mit der Wii®



**Achten Sie auf festes Schuhwerk des Kurzzeitpflegegasts.**

### **Ziele:**

Hauptziel ist die Verbesserung des Standgleichgewichts (statische Balance). Dieses ist wichtig, um sicher aufstehen sowie im Stand sicher stehen bleiben zu können. Daher wird statisches Gleichgewicht auch für ein sicheres Gangbild benötigt.

### **Material:**

- Nintendo® Wii Konsole (+ Zubehör) + Fernbedienung + Balance Board + Wii Fit Software
- Fernseher
- Stuhl

### **Durchführung [Einzeltraining]:**

Platzieren Sie einen Stuhl ca. 1 Meter hinter dem Balance Board und konfigurieren Sie die Konsole, um direkt bei Ankunft des Kurzzeitpflegegast trainieren zu können (nähere Details: siehe ‚Besonderheiten‘). Der Kurzzeitpflegegast wird nachfolgend zur Wii Konsole begleitet, die wie auf der Abbildung platziert sein sollte. Währenddessen wird das Übungsziel erläutert (Gleichgewichtsspiele mit einem Computerprogramm). Setzen Sie den Kurzzeitpflegegast auf den Stuhl und erläutern Sie ihm nachfolgend die Übung. Lassen Sie den Kurzzeitpflegegast auf das Balance Board steigen und platzieren Sie sich direkt daneben, um jederzeit sichernd eingreifen zu können. Führen Sie die Gleichgewichtsspiele durch. Sie können sowohl die Spiele wechseln, als auch bei einem Spiel bleiben.

### **Mögliche empfehlenswerte Spiele sind:**

- Ski-Slalom (sehr einfach)
- Pinguin-Picknick (einfach)
- Kugelballett (schwieriger)
- Flusskugel (sehr schwierig)

Sie sollten den Schwierigkeitsgrad an den Kurzzeitpflegegast individuell anpassen. Daher empfiehlt es sich, die oben aufgelisteten Spiele nacheinander auszuprobieren und mit dem einfachsten Spiel zu starten. Durch die unterschiedlichen Spiele kann die Übung erleichtert oder erschwert werden.

### **Gehirnjogging:**

Durch die herausfordernde Gleichgewichtsübungen und die beinhalteten Aufgaben der Übung (Ziele in den Leveln) werden keine zusätzlichen Gehirnjogging Elemente empfohlen.

### **Besonderheiten/Tipps (Bedienung Wii):**

Sobald ein Kurzzeitpflegegast körperliche oder geistige Überforderungsreaktionen zeigt, pausieren Sie die Übung oder versuchen Sie eine andere. Falls dies nicht funktionieren sollte, brechen Sie die komplette Übungseinheit mit der Nintendo® Wii Konsole ab.

Die Wii Konsole wird folgendermaßen für die Gleichgewichtsspiele vorbereitet:

1. Wii Konsole einschalten.
2. Im Hauptmenü ‚Wii Fit‘ auswählen.
3. Die Startprozedur durlaufen und stets auf ‚weiter‘ klicken (sie müssen keine individuelle Konfiguration im Hinblick auf das Alter oder sonstige Faktoren des Avatars (Miis) vornehmen).
4. Wenn eine Kalibrierung des Balance Boards erforderlich ist, nehmen Sie diese vor (folgen Sie den Anweisungen auf dem Bildschirm).
5. Gehen Sie in das Menu zu ‚Balance-Spiele‘.
6. Wählen Sie eine der oben genannten Übungen aus.

Weitere Informationen zum Betrieb der Nintendo® Wii Konsole sowie der Bedienung des Balance Boards finden Sie unter folgenden Links:

- [https://www.nintendo.de/Hilfe/Wii/Wii-Bedienungsanleitung-und-zusatzliche-Dokumente/Wii-Bedienungsanleitung-und-zusatzliche-Dokumente-245099.html](https://www.nintendo.de/Hilfe/Wii/Wii-Bedienungsanleitung-und-zusatzliche-Dokumente/Wii-Bedienungsanleitung-und-zusatzliche-Dokumente/Wii-Bedienungsanleitung-und-zusatzliche-Dokumente-245099.html)
- <https://www.nintendo.de/Hilfe/Wii/Benutzung/Wii-Balance-Board/Vorbereitung-zum-Gebrauch-des-Wii-Balance-Boards/Vorbereitung-zum-Gebrauch-des-Wii-Balance-Boards-240188.html>

Achten Sie stets darauf, dass Sie den Sicherungsgriff an der Schulter jederzeit vornehmen können und die nächste Sitzgelegenheit (Stuhl) bei Bedarf schnell erreichbar ist (max. 3 Meter entfernt).

Sobald ein Kurzzeitpflegegast körperliche oder geistige Überforderungsreaktionen zeigt, pausieren Sie die Übung oder brechen Sie sie ggf. ab.

### **Variationen:**

- siehe ‚Durchführung‘