

Gültigkeit/Verteiler:

x													
Alle	GF	Med.	MSD	PD	PT	Phy	Ergo	VwE	Kü	Se	HT	Fa	Re

Knien

Allgemeine Beschreibung

Durchführung mehrerer Aufgaben mit den Händen im Knien.

Es werden optional folgende Aufgaben aufgetragen:

- Sortiertätigkeit
- Reichtätigkeit
- ...

Vorgaben

Dauer: 15 min

Beginn: sobald die kniende Position eingenommen wurde

Ende: Kommando nach 15 min

Anweisung

Sie führen „folgende Aufgabe“ (Beschreibung der Aufgabe) in kniender Position aus. Sie wählen die kniende Position, in der sie am besten zu recht kommen. Positionswechsel im Knien sind erlaubt.

Demonstration

Die unterschiedlichen Knie-Positionen zeigen: Auf beiden und jeweils auf einem Knie ohne Aufgabe. Anschließend die Aufgabe auf einem Knie kniend demonstrieren.

Gültigkeit/Verteiler:

x													
Alle	GF	Med.	MSD	PD	PT	Phy	Ergo	VwE	Kü	Se	HT	Fa	Re

Knien

Name: _____ **Datum:** __.__.__. ☐ Prä ☐ Post **Kürzel:** _____

Aufgabe _____

Unterlage ☐ keine oder ☐ _____

HF vor: _____ nach: _____

Zeit Dauer: ☐ 15 min oder _____min

Abbruchkriterium:

☐ Bewegungssicherheit ☐ Kompensation ☐ HKS ☐ Schmerz ☐ Sonstiges

Sonstiges: _____

☐ Abbruch durch Teilnehmer _____

Skalenwert _____

Leistungsbereitschaft: ☐ zuverlässig ☐ fraglich ☐ nicht zuverlässig

Beobachtungen

		+	0	-	--	---
Kompen- satorische Bewegungen / Haltungen¹	☐ Obere Extremität ☐ Rumpf ☐ Untere Extremität					
	☐ beidb. Knien/ ☐ einb.Knie i.W./ ☐ einb.Knien re./ ☐ einb. Knien li./ ☐ Hocke					
Schmerz- zeichen						
Sonstiges						

- 1) Generell: kurzes Auflösen der Haltung/kurze Haltungswechsel;
z.B. Rumpfhaltung (Hüfte, LWS-Lordose), ...