

Sport und Inklusion – Ins Wasser springen und tauchen: Rolle vom Rand ins tiefe Wasser

Die Schülerinnen und Schüler sollen lernen, ins tiefe Wasser rollen zu können, WSC (BS.6 B.1 2e).

Die Schüler/innen machen vom Rand eine Rolle/purzeln in tiefes Wasser. Der Kopf muss vollständig untertauchen.

Praxisbeispiel: Der Schüler im Rollstuhl setzt sich (mit Unterstützung) auf eine Matte auf den leicht erhöhten Beckenrand oder den Startbock und rollt von dort ins Wasser. Durch die Mattenunterlage und dem Tragen von Socken oder Badeschuhen können Druckstellen und Reibungsflächen vermieden werden.



Anpassungen bei Beeinträchtigungen

• **In der Kognition/im Bewegen:** Bei Trisomie 21 mit Instabilität im Halswirbelbereich (ärztliche Abklärung) oder Stab zur Stabilisation des Rückens, seitliches Rollen um die Körperlängsachse oder Fuss sprung.

Material: Matte, evtl. Socken/Badeschuhe

Beachte bei Beeinträchtigungen

- **im Sehen:** Erhöhung des Augeninnendrucks vermeiden – Achtung beim Luftanhalten und Tauchen!
- **im Hören:** Bei Trommelfellschädigung nicht Tauchen!
- **im Wahrnehmen und Verhalten:** Verunsicherung durch die veränderte akustische und optische Wahrnehmung über und unter Wasser ist verstärkt.
- **Kognition:** grosse Ablenkung durch Licht-/Wassereffekte, sowie Lärm.
- **im Bewegen:** Die Wasserlage wird durch grössere Körperasymmetrien erschwert; schnelleres Auskühlen durch weniger Bewegung; Socken oder Badeschuhe verhindern Verletzungen an den Füßen; bei Hydrocephalus Vorsicht beim Tauchen (Druckausgleich).
- **Epilepsie:** Lärm und Lichtreflexion können Anfall auslösen – Begleitung/Beobachtung gewährleisten.

Quelle: Kathrin Heitz Flucher, Dozentin Bewegung und Sport, Pädagogische Hochschule FHNW



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO