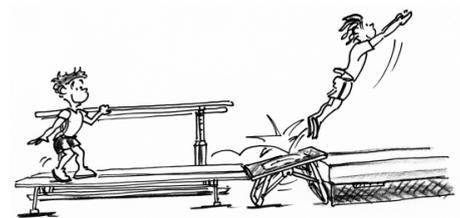


# Sport und Inklusion – Bewegen an Geräten: Springen ins Minitramp

Die Schülerinnen und Schüler springen kraftvoll vom Sprunggerät ab und sollen im Flug Bewegungen ausführen können (BS.2A.14e).

Die Schülerin läuft auf der Langbank (zwei nebeneinander) an, springt ins Minitrampolin, macht einen Streck sprung und landet weich auf der Matte.



**Praxisbeispiel:** In der Klasse ist ein Schüler mit einer cerebralen Bewegungsstörung und Beeinträchtigung beim Gehen (Spastik). Für ihn wird ein Barren an die Seite der Langbänke aufgestellt. Der Schüler kann sich daran festhalten. Der Sprung ins Minitrampolin wird begleitet.

## Anpassungen bei Beeinträchtigungen

- **im Wahrnehmen und Verhalten/der Kognition:** Anlauf und Absprung mit Klatschen und Stimme begleiten, Rhythmisierungshilfe vom Laufen zum beidbeinigen Absprung aus dem Minitrampolin geben.
- **im Bewegen:** Rollstuhlfahrer kann im Barren Stützen und Schwingen, oder macht eine Parallelaufgabe.
- **im Sehen:** «Barrengeländer» als Orientierungshilfe.

**Material:** Minitrampolin, Matte, Barren, Langbänke

## Beachte bei Beeinträchtigungen

- **im Wahrnehmen und Verhalten:** Hilfestellung klar und eindeutig ausführen und mitteilen wo und wie die Körperberührung stattfindet. Kinder und Jugendliche mit Autismus-Spektrum-Störungen können andere Menschen schlecht «lesen». Aktives helfen nur unter Aufsicht.
- **in der Kognition:** Überbeweglichkeit bei Trisomie 21 durch Bindegewebsschwäche und verminderter Muskeltonus beachten.
- **im Bewegen:** Ungünstige Hebel/Belastungen vermeiden – Vorsicht bei Prothesen, Spastiken, Gelenkversteifungen; bei Hemiplegie abmachen, ob auf betroffener oder nichtbetroffener Seite unterstützt werden soll; Geräte polstern – Druckstellen

vermeiden.

---

Quelle: Fächer «Geräteturnen Elements». Ingold Verlag, CH-3360 Herzogenbuchsee. 2010



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**