

Sport und Inklusion – Schwimmen: Schraubenschwimmen

Die Kernbewegungen beim Rücken- und Brustkraul (Bewegungskompetenz) sollen die Schülerinnen und Schüler anwenden können ([BS.6A.1 2e](#)).

Schüler/in schwimmt Rückenkraul. Nach vier Armzügen dreht sie/er sich um die Längsachse und schwimmt vier Armzüge Brustkraul und wieder zurück.



Praxisbeispiel: Die sehbehinderte Schülerin schwimmt mit Kontakt zur Schwimmbahn. Der vorherige Schüler stoppt die Schülerin am Ende der Bahn. Wer kann über beide Seiten den Körper um die Längsachse drehen?

Anpassungen bei Beeinträchtigungen

- im **Bewegen:** Der Schüler legt sich längs auf eine Poolnudel und schwimmt Brustkraul. Wenn nötig mit Unterstützung wechselt er in die Rückenlage mit der Pool-Nudel unter den beiden Achseln.
- im **Wahrnehmen:** Wechsel von der Bauch- in die Rückenlage langsam und weniger oft. Vorsicht bei Epilepsie.

Material: Pool-Nudel

Beachte bei Beeinträchtigungen

- **im Sehen:** Erhöhung des Augeninnendrucks vermeiden – Achtung beim Luftanhaltens 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