

# 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**