

# Sport und Inklusion – Ins Wasser springen und tauchen: Unterwasserantwort

Die Schülerinnen und Schüler können kurze Zeit unter Wasser bleiben und dabei ausatmen (BS.6 B.1b).

Zwei Schüler tauchen unter Wasser. Einer der beiden zeigt dem anderen mit den Fingern eine Zahl. Der andere antwortet mit der entsprechenden Anzahl Ausatemstösse.

**Praxisbeispiel:** In der Zweiergruppe mit dem sehbehinderten Schüler geben sie sich die Hände. Der sehende Schüler drückt dem anderen z. B. 3 Mal die Hand, worauf dieser 3 Mal ausatmet.



## Anpassungen bei Beeinträchtigungen

- **im Bewegen:** Das gehbehinderte Kind an den Händen halten und begleiten.

## 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**