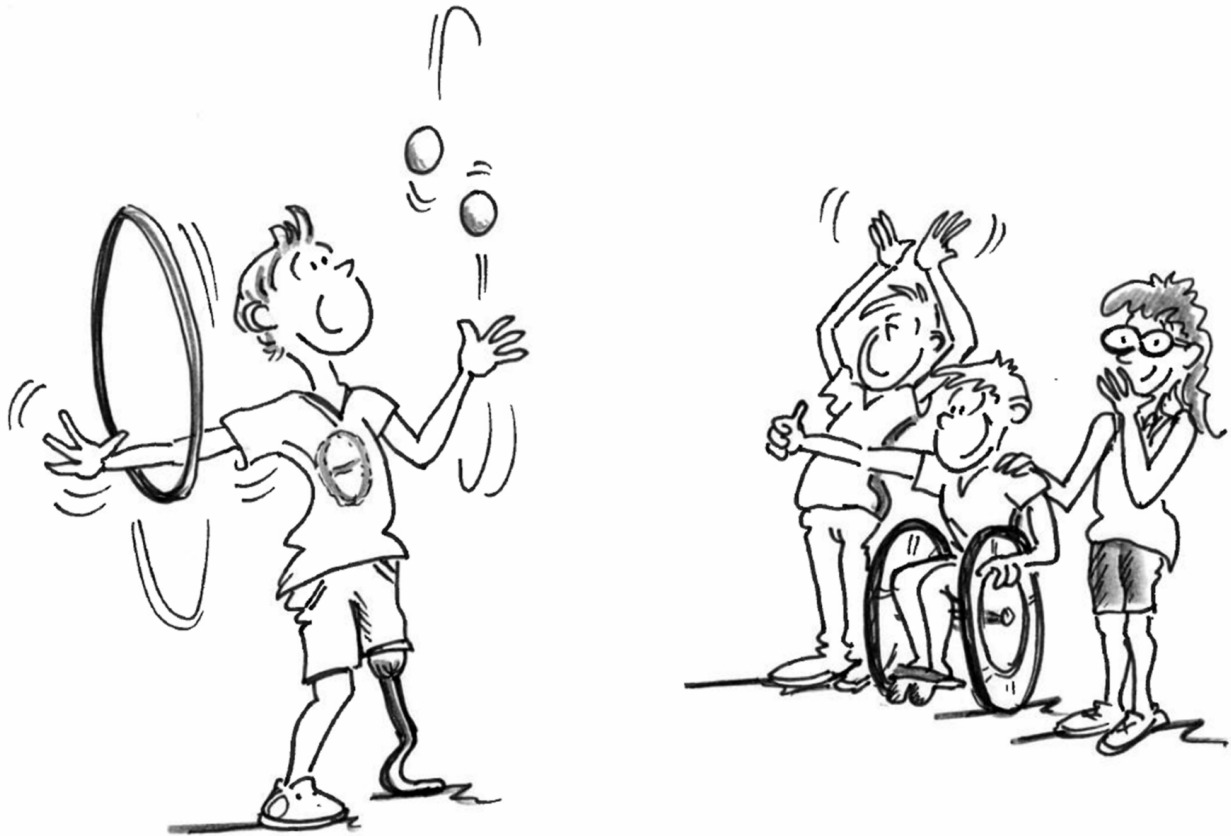


# Einfach inklusiv: Good Practice – Spielformen – C-I-A-O

Das Spielprinzip dürfte einigen unter dem Akronym H-O-R-S-E bekannt sein. Stichwort: Basketball. Fun fact: In der NBA wurden während der All-Star Night H-O-R-S-E-Wettbewerbe ausgetragen.



Der/die beginnende Spieler/-in definiert die folgende Bewegungsübung (z. B. Ball beidhändig hochwerfen, 2x Drehung um die eigene Achse, Ball fangen) und führt sie vor. Gelingt das beim 1. Versuch, müssen die anderen Mitspielenden sie kopieren. Gelingt das jemandem nicht, erhält sie oder er den ersten (danach bei jeder Misslungenen weiteren Bewegungsübung einen weiteren) Buchstaben des Wortes CIAO.

Scheitert jemand beim Vorzeigen, ist die nächste Person an der Reihe und darf eine Bewegungsübung vorzeigen. Sobald jemand alle vier Buchstaben gesammelt hat, scheidet sie oder er aus. Die restlichen Spieler/-innen machen weiter, bis ein/e Sieger/-in feststeht.

## Das wird gefördert

- Athletik und Koordination
- Kreativität

### Darauf ist zu achten:

- Genügend Aktionsraum gewähren
- Niveau-Gruppen bilden, um den Spassfaktor zu erhöhen

### Spezifische Anpassungen für Behinderungen

- Ebener, gut begeh- und befahrbarer Untergrund für Personen mit Beeinträchtigung in der Bewegung
- Personen mit Beeinträchtigung in der Kognition bei Bedarf begleiten und unterstützen
- Spielprinzip und Bewegungsübungen wiederholen und sprachlich ergänzend erklären
- Für Personen mit Beeinträchtigung in der sozialen Interaktion (z.B. Autismus) fördert eine bewusst organisierte Bewegungspartnerschaft Vertrauen und Partizipation

## Variation

- Nach jeder Bewegungsübung bzw. Runde wechselt die Rolle der Spielenden, die eine Bewegungsübung zeigen dürfen.

**Material:** Abhängig von den Aufgaben. Allenfalls den Gruppen ein vorbereitetes Spielmaterial-Sortiment bereitstellen mit Springseil, verschiedenen Bällen, Balancebrett usw.

---

Quelle: fit4future Kartenset Spiel- und Bewegungsformen für alle



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**