

# Sport- und Bewegungsanlässe – Good Practice: Olympic Day an Schulen

Swiss Olympic bietet Schulen fixfertige Sport- und Erlebnismodule für die Organisation und Durchführung von Schulsportanlässen. Einzelnen oder kombiniert umgesetzt vermitteln sie auf spielerische Weise den Spirit of Sport. Stellvertretend für alle bisher erarbeiteten Module stellen wir zwei davon vor.

Gemeinsam mit Sportverbänden und weiteren Partnern hat Swiss Olympic Sport- und Erlebnismodule erarbeitet, welche die Organisation und Durchführung von Schulsporttagen, z.B. im Rahmen eines Olympic Day (siehe Kasten) erleichtern. Das Angebot richtet sich primär an die Zyklen 1 bis 3. Alle Module vermitteln spielerisch die olympischen Werte Freundschaft, Respekt und Leistung, die nicht nur im Sport, sondern in allen Lebenssituationen bedeutend sind. Im Vordergrund steht das gemeinsame Erlebnis, die Freude an der Bewegung und das Ausprobieren neuer Sportarten – ganz im Sinne von move, learn, discover – bewegen, lernen, entdecken – den drei Säulen des Olympic Day.

Die übersichtliche Online-Plattform umfasst mehr als 20 attraktive Module und wird laufend ergänzt. Die Module sind einfach aufgebaut und enthalten sämtliche Materialien wie Posten- oder Punkteblätter und können von Lehrpersonen, Helferinnen und Helfer oder auch von älteren Schülerinnen und Schülern sofort umgesetzt werden.

## Einbindung von Schüler/innen mit Beeinträchtigungen

Um Schülerinnen und Schüler mit einer Beeinträchtigung ihren Bedürfnissen entsprechend einzubinden, sind in jedem Modul Hinweise für die Inklusion zu finden. Inhaltliche, methodische und organisatorische Anpassung sowie Begleitung und Förderung ermöglichen das gemeinsame Gestalten der Aufgaben. Alle Module werden durch PluSport mit spezifischen Variationsformen ergänzt.

### Mehr zum Thema

Schon einmal Schneesport in der Turnhalle praktiziert? Lassen Sie sich inspirieren und stöbern Sie in den fix fertigen Modulen zu den Themen: Rad, Polysport, Unihockey, Frisbee, OL, Badminton, Leichtathletik uvm.

- Alles zum [Olympic Day, Swiss Olympic Team](#)
- [Direkt zu allen Modulen](#)

# Wurf- und Treffspiel

**Olympic Day**  
am Schulsporttag

## Wurf- und Treffspiel

**Im Teamwettkampf mit verschiedenen Wurfgegenständen Ziele treffen.**

An vier verschiedenen Posten sammelt jede Gruppe möglichst viele Kaplas. Pro Posten können gleichzeitig zwei Gruppen ihre Treffsicherheit mit unterschiedlichen Wurfgegenständen und Zielen unter Beweis stellen. Wie im Biathlon werden für Fehlschüsse zusätzliche Laufstrecken absolviert. Als Abschluss versucht jede Gruppe, die gesammelten Kaplas in ihren Teamreifen zu werfen. Die Gruppe mit den meisten Kaplas im Reifen gewinnt.

**Werfen - Fangen Posten**

**ZYKLUS** 1 2 3

**DAUER** 30 min  
**SOZIALFORM** Gruppen  
**ANZAHL SUS** 12-32  
**ANZAHL LP** 1

**WD INTENSITÄT BEWERTUNG** Ja  
LP 21 BS.1 / BS.4

**RESPECT FRIENDSHIP EXCELLENCE**

**Material**

- 4-8 Tennisbälle
- 4-8 Fussbälle
- 4-8 Frisbees
- 4-8 Handbälle
- 2 Tschoukballnetze
- 8 Keulen / Kegel
- 10 Seile
- 16 Reifen
- 6 Malstäbe
- 2 Medizinbälle
- 4 Kl. Matten
- 8-10 Markierungs-Pads
- 200 Kaplas

Modul Wurf- und Treffspiel

### Organisation

Die Schüler/innen sind in vier Gruppen eingeteilt. Jede Gruppe sammelt an vier verschiedenen Posten Kaplas. Pro Posten können gleichzeitig zwei Gruppen ihre Treffsicherheit mit unterschiedlichen Wurfgegenständen und Zielen unter Beweis stellen. Wie im Biathlon werden für Fehlschüsse zusätzliche Laufstrecken absolviert. Als Abschluss versucht jede Gruppe, die gesammelten Kaplas in ihren Teamreifen zu werfen. Die Gruppe mit den meisten Kaplas im Reifen gewinnt.

**Material und Hilfsmittel:**

- 4-8 Tennisbälle
- 4-8 Fussbälle
- 4-8 Frisbees
- 4-8 Handbälle
- 2 Tschoukballnetze
- 8 Keulen / Kegel
- 10 Seile
- 16 Reifen
- 6 Malstäbe
- 2 Medizinbälle
- 4 Kl. Matten
- 8-10 Markierungs-Pads
- 200 Kaplas

Modul Wurf- und Treffspiel

### Lehrplanbezug

**Basiskonzepte (Lehren, Erlernen, Werken - BIL.1)**

**Basiskonzepte (Sportler - BIL.1)**

**Ziele im Werksbereich:**

RESPECT	FRIENDSHIP	EXCELLENCE
<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Die Schüler/innen können sich gegenseitig respektieren und akzeptieren.</li> <li>2. Die Schüler/innen können sich gegenseitig unterstützen und ermutigen.</li> <li>3. Die Schüler/innen können sich gegenseitig motivieren und ermutigen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Die Schüler/innen können sich gegenseitig unterstützen und ermutigen.</li> <li>2. Die Schüler/innen können sich gegenseitig motivieren und ermutigen.</li> <li>3. Die Schüler/innen können sich gegenseitig unterstützen und ermutigen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Die Schüler/innen können sich gegenseitig unterstützen und ermutigen.</li> <li>2. Die Schüler/innen können sich gegenseitig motivieren und ermutigen.</li> <li>3. Die Schüler/innen können sich gegenseitig unterstützen und ermutigen.</li> </ul>

Modul Wurf- und Treffspiel

### Inklusion

**Basiskonzepte im Werten**

**Basiskonzepte im Werksbereich**

**Basiskonzepte im Erlernen**

**Basiskonzepte in der Bewegung**

**Zusammenfassung:**

- 1. Die Schüler/innen können sich gegenseitig respektieren und akzeptieren.
- 2. Die Schüler/innen können sich gegenseitig unterstützen und ermutigen.
- 3. Die Schüler/innen können sich gegenseitig motivieren und ermutigen.

Im Teamwettkampf mit verschiedenen Wurfgegenständen Ziele treffen. An verschiedenen Posten können die Gruppen ihre Treffsicherheit unter Beweis stellen und Punkte sammeln.

An vier verschiedenen Posten sammelt jede Gruppe möglichst viele Kaplas. Pro Posten können gleichzeitig zwei Gruppen ihre Treffsicherheit mit unterschiedlichen Wurfgegenständen und Zielen unter Beweis stellen. Wie im Biathlon werden für Fehlschüsse zusätzliche Laufstrecken absolviert. Als Abschluss versucht jede Gruppe, die gesammelten Kaplas in ihren Teamreifen zu werfen. Die Gruppe mit den meisten Kaplas im Reifen gewinnt.

- **Download:** [Modul Wurf- und Treffspiel \(pdf\)](#)

# Inklusion im Sport – Erlebnis-Postenlauf

**Olympic Day**  
Schulsporttag

**swiss olympic**  
spirit of sport

## Inklusion im Sport

Sensibilisierung für Inklusion im Sport durch Selbsterfahrung.

Die Schüler erleben in Selbsterfahrungsmanier an 5 Bewegungsposten die Herausforderungen von Menschen mit unterschiedlichen Beeinträchtigungen. Nach jedem Bewegungsposten reflektieren sie ihre Erfahrung anhand eines Reflexionsblattes. Zum Schluss bespricht die Lehrperson gemeinsam mit den Schülern das Erlebte anhand ihrer Reflexionen.

**Erlebnis Postenlauf**

ZIELGRUPPE	5-10 Jahre	SWISS	BRUNNEN
DAUER	90 min	INHALT	Inklusion, Respekt
SOZIALFORM	Gruppen	BEWERTUNG	mittel
AKTIVITÄT	2-30	BEWERTUNG	überfachlich
ANZAHL LP	1	SPZ	

**Material**

- 1 kleine Matte
- 1 Langbank
- 11 Maßbänder oder Pykamen
- 2 Schwundmarken
- 5-10 Stuhlrückenlehnen
- 5-10 Blindenstöcke
- 1 Gehstock / Gehhilfsstock
- 1 Softloden Abschlusshand
- 4 Markierbänder
- 2 Koffer oder Softtasche
- 1 Badmintonschläger + Shuttle
- 1 Tennisball
- 1 dicke Matte

**RESPECT**  
**FRIENDSHIP**  
**EXCELLENCE**

**move** **discover**

**Modul Inklusion im Sport**

### Organisation

Das Projekt ist in drei Phasen unterteilt und wird in der Regel über einen Zeitraum von vier bis fünf Wochen durchgeführt.

**Bewusstheit im Sport 1** **Agieren/Leben**

**Bewusstheit im Sport 2** **Agieren/Leben**

**Bewusstheit im Sport 3** **Agieren/Leben**

**Bewusstheit im Sport 4** **Agieren/Leben**

**Bewusstheit im Sport 5** **Agieren/Leben**

**Modul Inklusion im Sport**

### Bewusstheit im Sport 1

**Agieren/Leben**

**Bewusstheit im Sport 2**

**Bewusstheit im Sport 3**

**Bewusstheit im Sport 4**

**Bewusstheit im Sport 5**

**Modul Inklusion im Sport**

### Modul: Inklusion im Sport

**Aktivierte SchülerInnen für SchülerInnen und Lehrer**

**Agieren/Leben**

**Bewusstheit im Sport 1**

**Bewusstheit im Sport 2**

**Bewusstheit im Sport 3**

**Bewusstheit im Sport 4**

**Bewusstheit im Sport 5**

Sensibilisierung für Inklusion im Sport durch Selbsterfahrung: Die Schülerinnen und Schüler erleben und reflektieren die Herausforderungen von Menschen mit unterschiedlichen Beeinträchtigungen.

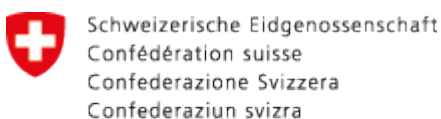
Die Schüler erleben in Selbsterfahrungsmanier an fünf Bewegungsposten die Herausforderungen von Menschen mit unterschiedlichen Beeinträchtigungen. Nach jedem Bewegungsposten reflektieren sie ihre Erfahrung anhand eines Reflexionsblattes. Zum Schluss bespricht die Lehrperson gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern das Erlebte anhand ihrer Reflexionen.

- **Download:** [Modul Erlebens-Postenlauf \(pdf\)](#)

## Vielfalt an Sporttagen

- [Inklusion im Sport in der Schule – eine Einführung](#)
- [Sportin – der inklusive Sportanlass](#)

Quelle: Reto Loser, Fachspezialist Ethik, Swiss Olympic



Bundesamt für Sport BASPO