

MERKBLATT

6+1 – MODELL INKLUSION

6+1-MODELL INKLUSION



Modell 6+1 nach Tiemann (2013) adaptiert durch J+S (2022)

SUPPLIERS

PARTNERS

Inklusiven Schwimmunterricht gestalten

Jede Gruppe ist vielfältig. Die Teilnehmenden unterscheiden sich beispielsweise in ihren Vorerfahrungen, Lerntempo, Fähigkeiten und Bedürfnissen oder auch darin, wie sie Informationen aufnehmen.

Das 6+1-Modell (nach Tiemann 2013) hilft dir dabei, Bewegungsaufgaben so anzupassen, dass möglichst alle Teilnehmenden aktiv am Unterricht teilnehmen und am gemeinsamen Lernziel arbeiten können.

Dabei gilt: Nicht die Person muss sich an die Aufgabe anpassen – die Aufgabe kann angepasst werden.



Die sechs Bereiche sind wie sechs Stellschrauben aufgebaut, an denen du drehen kannst. Das **+1** steht für dich als Leitungsperson. Deine Haltung, deine Beobachtung und deine Bereitschaft, flexibel Lösungen zu suchen sind entscheidend.



- Mit Piktogrammen arbeiten (u.a. bei ASS/ADS/ADHS sowie Hörbehinderungen hilfreich)
- Klare Regeln vereinbaren bezüglich Lautstärke sowie Art und Weise der Kommunikation (z.B. mit Namen ansprechen, bevor man den Ball zuspielt)
- Über verschiedene Sinneskanäle kommunizieren z.B. auditiv, taktil und visuell
- Einfache Sprache verwenden

- In kleinen Gruppen arbeiten
- Im Tandem arbeiten
- Miteinander statt gegeneinander (kooperative Bewegungsformen)
- Unterstützende Rollen definieren z.B. Zuspieler/-in
- Niveau bzw. Leistungs- und Interessengruppen bilden und auf verschiedenen Feldern spielen



- Die Aufgabe so stellen, dass sie für alle erreichbar ist, z.B. indem beim Basketball unterschiedliche Körbe aufgestellt werden (z.B. verschieden hoch, unterschiedliche Grössen, Basketballbrett, Schwenkboxen, reifen, etc.)
- Die Aufgabenstellung erleichtern oder erschweren je nach Niveau
- Die Aufgabe Schritt für Schritt aufbauen
- Einen anderen Fokus wählen, z.B. nicht die Leistung des Einzelnen zählt, sondern dass man die Aufgabe im Team schafft.

- Eine reizarme Umgebung schaffen
- Lichteinflüsse beachten
- Bei störendem Lärm, falls möglich den Ort wechseln
- Strukturierte Abläufe einfach und ohne Zeitdruck erklären
- Rituale (z.B. bei der Begrüssung/Verabschiedung, während dem Unterricht)
- Rückzugort einrichten (Pausen-Insel in ruhiger Umgebung schaffen)



- Spezialaufgaben und Rollen verteilen je nach Stärken und Kompetenzen
- Spielen mit Zonen
- Individuelle Regeln
- Spielfeldgrösse anpassen

- Spezialmaterial: Klingelball
- Klar sichtbare Teams (Trikots sind besser geeignet als Bändeli)
- Weiche/Leichte Bälle als Alternativen
- Starke Kontraste bei Bällen helfen Menschen mit einer Sehbehinderung
- Pamir für das Reduzieren von Reizen
- Spezialgeräte (z.B. Sportrollstuhl, Sportprothese, Orthesen, usw.)



1. KOMMUNIKATION

Die Kommunikation umfasst die Art und Weise, wie Informationen vermittelt und aufgenommen werden. Dazu gehören insbesondere verbale Erklärungen, Demonstrationen, visuelle Informationen, Signale und Rückmeldungen.

Nicht alle Menschen nehmen Informationen auf dieselbe Art und Weise auf. Nutze daher unterschiedliche Kommunikationswege.

Mögliche Anpassungen:

- Informationen kurz und strukturiert vermitteln
- Bewegungen demonstrieren
- Einzelne Bewegungselemente schrittweise erklären
- Visuelle Hilfsmittel einsetzen
- Gesten und vereinbarte Signale verwenden
- Informationen wiederholen und anders formulieren
- Feedback gezielt und verständlich geben

Im Schwimmunterricht

Im Schwimmbad können akustische Informationen durch Hall, Wassergeräusche oder andere Gruppen erschwert verständlich sein. Je komplexer die Bewegung ist, desto wichtiger ist eine klare und reduzierte Informationsvermittlung.

Beispiel: Erlernen einer neuen Schwimmbewegung

Anstatt die Bewegung ausschliesslich verbal zu erklären können noch andere kommunikative Mittel eingesetzt werden:

- Visuell: Bewegung demonstrieren (innerhalb/ausserhalb des Wassers)
- Auditiv: vereinbarte akustische Hinweise wie Klatschen/Pfeifen zur Rhythmus- oder Temposteuerung
- Taktil-kinästhetisch: Führung der Bewegung

2. SOZIALFORMEN

Eine Sozialform beschreibt die Organisation der Zusammenarbeit innerhalb einer Gruppe. Eine Aufgabe kann beispielsweise individuell, zu zweit, in Kleingruppen oder gemeinsam in einer Gesamtgruppe durchgeführt werden. Die Wahl der Sozialform beeinflusst die individuelle Lernzeit der Teilnehmer:innen, welche Unterstützung möglich ist, wie Rückmeldungen erfolgen und vieles mehr. Im inklusiven Schwimmunterricht soll jedoch nicht nur die einzelne Person, sondern auch die Gruppendynamik beobachtet werden.

Mögliche Anpassungen:

- Einzelarbeit, Partnerarbeit oder Kleingruppe
- feste oder wechselnde Tandems
- Gruppen nach Leistungsstand oder Interesse bilden
- unterschiedliche Rollen innerhalb einer Aufgabe vergeben
- kooperative Aufgaben einsetzen
- Gruppengrösse und Zusammensetzung anpassen

Im Schwimmunterricht

Eine passende Sozialform kann insbesondere dann hilfreich sein, wenn Teilnehmende unterschiedliche Möglichkeiten der Kommunikation, Orientierung oder Unterstützung benötigen. Bei einer Person mit Sehbehinderung kann beispielsweise ein vertrautes Tandem die Orientierung unterstützen. Bei einer Person, die durch viele Reize schnell überfordert ist, kann eine kleine, konstante Gruppe geeigneter sein als häufig wechselnde Partner:innen.

Beispiel: Wasserlage üben

Beim Üben der Wasserlage arbeiten die Teilnehmenden zu zweit. Eine Person schwimmt eine kurze Strecke, während die andere einen vorher vereinbarten Aspekt beobachtet, z. B. die Körperposition. Anschliessend werden die Rollen gewechselt. Die Partnerarbeit ermöglicht gegenseitiges Feedback und erhöht die aktive Lernzeit.

3. AUFGABENSTELLUNG

Die Aufgabenstellung legt fest, was die Teilnehmenden tun und woran sie lernen sollen. Sie kann so gestaltet werden, dass unterschiedliche Voraussetzungen berücksichtigt werden, ohne das gemeinsame Lernziel aufzugeben.

Mögliche Anpassungen

- eine Aufgabe in einzelne Lernschritte unterteilen
- verschiedene Schwierigkeitsstufen anbieten
- mehrere Lösungswege zulassen
- den Fokus auf einen bestimmten Bewegungsaspekt legen
- eine Aufgabe mit oder ohne Unterstützung durchführen
- zusätzliche Herausforderungen für bereits sichere Teilnehmende anbieten

Im Schwimmunterricht

Eine Aufgabe kann beispielsweise über die Komplexität der Bewegung, die geforderte Koordination oder den Grad der Selbstständigkeit angepasst werden. So können alle am gleichen Lernziel arbeiten, aber mit einer passenden Anforderung.

Beispiel

Beim Erlernen des Brustschwimmens übt eine Person zunächst nur die Beinbewegung mit Unterstützung. Eine andere kombiniert bereits Arm- und Beinbewegung. Beide arbeiten am gleichen Lernziel, aber auf unterschiedlichen Lernstufen.

4. LERNUMFELD

Das Lernumfeld umfasst die Bedingungen, unter denen der Unterricht bzw. eine Aufgabe stattfindet. Dazu gehören im Schwimmbad insbesondere Raum, Wassertiefe, Geräusche, Orientierung und die Organisation der Lektion.

Mögliche Anpassungen

- einen geeigneten Übungsort wählen
- Wassertiefe gezielt nutzen

- Bahnen und Räume klar strukturieren
- Start- und Sammelpunkte festlegen
- Reize und Ablenkungen reduzieren
- einen vorhersehbaren Ablauf schaffen
- ausreichend Platz zwischen den Teilnehmenden einplanen
- Übergänge zwischen den Übungen klar gestalten

Im Schwimmunterricht

Das Lernumfeld beeinflusst im Wasser nicht nur das Lernen, sondern auch Orientierung und Sicherheit. Eine klare räumliche und zeitliche Struktur kann besonders hilfreich sein, wenn viele Personen gleichzeitig aktiv sind.

Beispiel

Für eine neue Übung sammelt sich die Gruppe immer am gleichen Beckenrand. Die Aufgabe wird dort erklärt und vorge-macht. Erst danach verteilen sich die Teilnehmenden auf die Bahnen und starten auf ein vereinbartes Signal.

5. REGELN

Regeln legen fest, unter welchen Bedingungen eine Aufgabe, ein Spiel oder eine Übung durchgeführt wird. Sie können an-gepasst werden, wenn dadurch eine sinnvolle Teilnahme ermöglicht oder die Aufgabe passend herausfordernd gestaltet wird.

Mögliche Anpassungen

- Spielregeln vereinfachen oder ergänzen
- individuelle Start- oder Endpunkte festlegen
- zusätzliche Pausen ermöglichen
- unterschiedliche Rollen zulassen
- die Reihenfolge der Durchführung verändern
- alternative Bewegungsformen erlauben
- Regeln so gestalten, dass unterschiedliche Fähigkeiten zum gemeinsamen Ziel beitragen

Im Schwimmunterricht

Gerade bei Spielen und Staffeln können Regeln angepasst werden, ohne dass das gemeinsame Erlebnis verloren geht. Ent-scheidend ist, dass die Anpassung für die Gruppe verständlich bleibt und das Ziel der Aufgabe erhalten bleibt.

Beispiel

Bei einer Staffel schwimmen nicht alle Teilnehmenden dieselbe Distanz. Je nach aktuellem Können werden beispielsweise 10 m, 15 m oder 25 m geschwommen. Alle tragen zum gemeinsamen Ergebnis bei.

6. MATERIAL

Material kann die Ausführung einer Bewegung unterstützen, erleichtern oder erschweren. Durch die Wahl und den gezielten Einsatz von Material können unterschiedliche Zugänge zu einem Lernziel ermöglicht werden.

Mögliche Anpassungen

- Material mit unterschiedlichen Eigenschaften anbieten
- Auftrieb gezielt einsetzen oder reduzieren
- Grösse und Gewicht des Materials variieren
- gut sichtbares oder kontrastreiches Material verwenden
- Material anders positionieren oder halten
- mehrere Materialien kombinieren
- Unterstützung schrittweise abbauen

Im Schwimmunterricht

Das Wasser bietet mit Auftrieb, Widerstand und unterschiedlichen Tiefen bereits vielfältige Möglichkeiten. Zusätzliche Materialien können gezielt eingesetzt werden, um beispielsweise die Wasserlage zu stabilisieren, eine Bewegung zu isolieren oder eine zusätzliche Herausforderung zu schaffen.

Beispiel

Beim Üben der Wasserlage verwendet eine Person zunächst eine Poolnudel zur Unterstützung. Sobald sie die Position zunehmend selbstständig halten kann, wird die Unterstützung reduziert.

7. LEITUNGSPERSON (+1)

Das +1 steht für die Leitungsperson und deren Fähigkeit, Situationen wahrzunehmen, zu beurteilen und den Unterricht flexibel anzupassen. Das Modell dient dabei als Orientierung: Nicht jede Schwierigkeit erfordert dieselbe Anpassung.

Mögliche Anpassungen

- beobachten, bevor eine Anpassung vorgenommen wird
- die Ursache einer Schwierigkeit analysieren
- gezielt eine oder mehrere Stellschrauben verändern
- die Wirkung einer Anpassung überprüfen
- Teilnehmende nach ihren Erfahrungen und Bedürfnissen fragen
- erfolgreiche Anpassungen in die weitere Unterrichtsplanung aufnehmen

Im Schwimmunterricht

Wenn eine Person eine Aufgabe nicht bewältigen kann, sollte zunächst geprüft werden, woran die Schwierigkeit liegt. Vielleicht ist nicht die Bewegung selbst das Problem, sondern die Erklärung, die Umgebung, das Material oder die Organisation.

Beispiel

Eine Person schafft eine Übung wiederholt nicht. Statt die Übung sofort wegzulassen, verändert die Leitungsperson zunächst das Material und verkürzt die Strecke. Anschliessend beobachtet sie, ob die Person die Bewegung nun erfolgreicher ausführen kann.