

MERKBLATT

INKLUSIVE
ORGANISATIONSFORMEN &
UNTERRICHTSQUALITÄT

1. ORGANISATIONEFORMEN

Die Wahl der Organisationsform ist abhängig von der teilnehmenden Gruppe, der zur Verfügung stehenden Wasserfläche und der vorhandenen Infrastruktur. Die optimale Organisationsform soll es ermöglichen, dass sich die Kinder innerhalb ihrer Möglichkeiten maximal bewegen. Wartezeiten werden bewusst kurzgehalten und erfolgen nur während dem Erklären der Übungsform.

ORGANISATIONSFORMEN FÜR MENSCHEN MIT EINER BEEINTRÄCHTIGUNG:

- Hörbehinderung: Das Kind sollte die Kursleitung jederzeit sehen können, damit es Lippenlesen kann. Im Wasser kann es die Hörgeräte nicht tragen, weshalb eine klare, visuelle Kommunikation besonders wichtig ist.
- Sehbehinderung: Klare Regeln sind entscheidend, insbesondere beim Bahnschwimmen. Es sollte auch festgelegt werden, wer das Kind beim Guiding von A nach B unterstützt. Da das Nachahmen durch Beobachten schwierig ist, benötigt es eine angepasste, verbale Kommunikation.
- Wahrnehmungsstörungen/ geistige Beeinträchtigungen: Vermeide zu häufige Wechsel zwischen verschiedenen Organisationsformen. Eine wiederkehrende Struktur und Routine geben Sicherheit. Hilfreich ist auch, wenn die Organisationsformen visuell dargestellt werden (z.B. mit Bildern oder Symbolen).

WEITERE IDEEN MIT IHREN VORTEILEN:

Je nach Situation im Schwimmunterricht können folgende Ideen und Tipps helfen:

- Kleingruppe (3-6 Kinder): Ist besonders geeignet, wenn...
 - o Struktur nötig ist
 - o Reizreduktion wichtig ist
 - o Mehr Wiederholungen benötigt werden
- Peer-Tandem / Buddy-System: Ein Kind ohne Behinderung begleitet ein Kind mit Behinderung
 - o Gemeinsames Lernen: soziale Inklusion passiert automatisch
 - o Kinder erleben Selbstwirksamkeit und Verantwortung
 - o Hemmschwellen werden schnell abgebaut – bei allen
- 1:1-Begleitung: Einzelbetreuung im Gruppenrahmen (J+S-Leitende, Freiwillige, Praktikant:innen, etc.)
 - o Bei Aufmerksamkeits-, Angst- oder Koordinationsherausforderungen
 - o Bei Kindern, die Sicherheit benötigen
- Stationsbetrieb (Postenbetrieb)
 - o Kinder können auf ihrem Niveau üben (man kann an den Posten Übungen mit unterschiedlichem Schwierigkeitslevel auflegen)
 - o Leicht zu strukturieren & variieren
 - o Bewegungsaufgaben können stufenweise angepasst werden

- Gemischte Gruppen und Möglichkeit zum Ausstieg
 - o Reizpause zulassen
 - o Sitzbank am Beckenrand
 - o Nicht überhörbare klare Rückkehr Einladung ("Wenn du bereit bist, komm wieder dazu."). Bei ADHS und Autismus-Spektrum-Störungen kann es auch helfen mit einer Sanduhr / Stoppuhr zu arbeiten, wo die Zeit abläuft (individuell)

HINWEISE FÜR DIE LEITENDEN

- Klare, kurze, konkrete Anweisungen
- Visuelle Unterstützung, ausser bei Sehbehinderung (zeigen statt erklären)
- Feste Routinen (Start und/oder Schluss immer gleich!)
- Viele kleine Erfolgserlebnisse feiern
- Zuerst Sicherheit, dann Technik
- Personen mit Lähmungen kühlen schneller aus

WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

- [Lernbaustein: Sport mit Autismus-Spektrum-Störungen](#)
- [Lernbaustein: Sport mit cerebraler Bewegungsstörung](#)
- [Lernbaustein: Sport mit geistiger Behinderung](#)
- [Lernbaustein: Sport mit Körperbehinderungen](#)
- [Lernbaustein: Sport mit psychischen Beeinträchtigungen](#)
- [Lernbaustein: Sport mit Sehbehinderung](#)
- [Lernbaustein: Sport mit Hörbehinderung](#)

2. UNTERRICHTSQUALITÄT

KOMMUNIKATION

Die Kombination von verbaler und nonverbaler Kommunikation zeigt bei der Verständigung mit Kindern den grössten Erfolg.

Inklusion: Es ist wichtig, dass über verschiedene Kommunikationskanäle kommuniziert wird

- Hörbeeinträchtigung: nonverbal/vorzeigen
- ADHS/ geistigen Behinderungen/ Autismus-Spektrum-Störungen: einfache Sprache, Zeichnungen, Vorzeigen

MATERIAL UND SCHWIMMHILFEN

Der Bewegungsablauf soll durch den Einsatz von Material und Schwimmhilfen unterstützt, nicht aber verändert werden.

Inklusion: Für Kinder mit Behinderungen spezielle Materialien nutzen, welche unterstützend sind.

METAPHERN

Durch Metaphern kann der Schwimmsportlehrer den Kindern einen abstrakten Bewegungsablauf bildlich erklären. Das wiederum hilft den Kindern, die Aufgabe besser zu verstehen und umzusetzen. Beispiel: Alle springen wie ein Delfin im Wasser.

Inklusion: Metaphern sind vor allem für Kinder mit einer geistigen Beeinträchtigung wichtig, um das Verständnis zu fördern.

- **Vorsicht** bei Kindern mit Autismus-Spektrum-Störungen: Sie nehmen Sachen häufig wörtlich und verstehen beispielsweise auch Ironie nicht gut. Es hilft, wenn man die Metaphern zusätzlich mit Zeichnungen unterstützt. Weitere Infos findest du hier: [LBS Sport mit Autismus-Spektrum-Störungen](#)

BELOHNUNG

Eine Belohnung trägt sehr viel zum guten Lernergebnis bei. Jedes Kind soll für seine Leistungen und Fortschritte gelobt werden.

Inklusion: Belohnungen sind vor allem bei Kindern mit geistigen Behinderungen, ADHS und Autismus-Spektrum-Störungen wichtig. Es hilft zudem, wenn sie an individuellen Zielen arbeiten können und nicht im Leistungsvergleich mit anderen Kindern stehen.

AUFMERKSAMKEIT

Durch eindeutig definierte ritualisierte Signale kann die Aufmerksamkeit der Kinder erlangt werden. Die Wartezeit kann damit auf ein Minimum verkürzt werden.

Inklusion: Besonders bei Kindern mit ADHS oder einer geistigen Beeinträchtigung ist eine gute Struktur wichtig. Es kann hilfreich sein, den Ablauf der Lektion mit einer einfachen Skizze oder mit Piktogrammen darzustellen. Nach jedem abgeschlossenen Programmpunkt kann dieser durchgestrichen oder markiert werden – das unterstützt die Kinder dabei, sich besser zu orientieren und den Überblick zu behalten.

RITUALE

Rituale vermitteln Sicherheit und tragen zu einem ruhigeren Unterrichtsablauf bei.

Inklusion: Besonders Kinder mit Wahrnehmungsstörungen (z. B. ADHS oder Autismus-Spektrum-Störungen) sowie mit geistigen Beeinträchtigungen profitieren von festen Ritualen. Wenn zum Beispiel jede Lektion mit demselben Abschlussritual endet, erkennen die Kinder leichter, dass die Stunde vorbei ist – das schafft Sicherheit und Struktur.

TROCKENÜBUNG

Bewegungen "trocken" an Land ausführen hilft, die Konzentration auf einzelne Bewegungsabläufe oder -muster zu fokussieren.

Inklusion: Trockenübungen helfen Kindern mit Wahrnehmungsstörungen, die Bewegungen schon an Land zu üben und so vertraut mit der Übung zu werden, bevor sie ins Wasser gehen.

HILFESTELLUNG

Das Führen einer Bewegung, die taktile Hilfestellung, kann erfolgreich und zielgerichtet eingesetzt werden. Das Kind kann so optimal unterstützt werden.

Inklusion: Achtung, nicht alle Kinder fühlen sich mit Berührungen wohl. Besonders Kinder mit einer Autismus-Spektrum-Störung haben oft Mühe mit Körperkontakt. Deshalb ist es wichtig, alternative Formen der Hilfestellung anzubieten. Am besten bespricht man zu Beginn gemeinsam mit dem Kind, welche Unterstützung für angenehm ist.

WEITERE UNTERSTÜTZUNGSHILFEN

Gegensatzerfahrungen, koordinative Übungsformen, usw.

Inklusion: Für Kinder mit ADHS oder Autismus-Spektrum-Störungen kann es wertvoll sein, wenn man Rückzugsorte einrichtet. So können sie sich bei einer Überreizung zurückziehen und wieder einsteigen, wenn sie so weit sind.

3. GENERELLE TIPPS INKLUSION

GRUNDVERSTÄNDNIS: INKLUSION IM WASSER BEDEUTET:

Alle können teilnehmen – unabhängig von Fähigkeiten, Tempo oder Voraussetzungen.

- Ziel: Freude an der Bewegung im Wasser, gemeinsames Lernen und gegenseitige Akzeptanz.
- Leitgedanke: "Nicht alle machen dasselbe, aber alle machen mit."

HALTUNG & ROLLE DER LEHRPERSON

Offenheit, Geduld und Neugier. Jeder Mensch bringt seine Stärken mit.

- Fokus auf Möglichkeiten statt Einschränkungen legen.
- Ermutigung und positive Verstärkung statt Leistungsdruck.
- Sicherheit schaffen durch klare Kommunikation und ruhige Atmosphäre.

VORBEREITUNG & RAHMENBEDINGUNGEN

- Barrierefreiheit prüfen: Zugang zum Wasser, Umkleiden, Hilfsmittel
- Material anpassen: Schwimmnudeln, Auftriebshilfen, Matten, Rampen
- Gruppeneinteilung: Heterogene Gruppen fördern – ggf. mit Unterstützungspersonen
- Kommunikation: Einfach Sprache, visuelle Anweisungen, Gesten oder Demonstrationen

DIDAKTISCHE TIPPS & METHODIK

- Individualisierung: Verschiedene Niveaus parallel ermöglichen (z.B. durch unterschiedliche Aufgabestellungen)
- Schrittweise Annäherung ans Wasser: Sicherheit, Vertrauen, Spiel
- Vielfältige Sinnesreize: Sehen, Hören, Fühlen – Wasser bietet viele Lernkanäle
- Kreative Spiele: Gemeinsame Erlebnisse stehen im Vordergrund (z.B. Wassertransportspiele, Teamaufgaben)
- Bewegungsalternativen anbieten: Wenn Schwimmbewegungen schwierig sind, kann man die Fortbewegung mit Hilfsmitteln fördern, Schwebeübungen durchführen, etc.

SICHERHEIT & UNTERSTÜTZUNG

- Angepasste Sicherheitsregeln kommunizieren
- Beobachtung bei Überforderung, Kälte, Erschöpfung
- Zusammenarbeit mit Assistenzpersonen, Eltern oder Therapeut:innen

Weitere Informationen findest du bei PluSport im Themenfächer Sport und Behinderung: [Im Wasser](#)