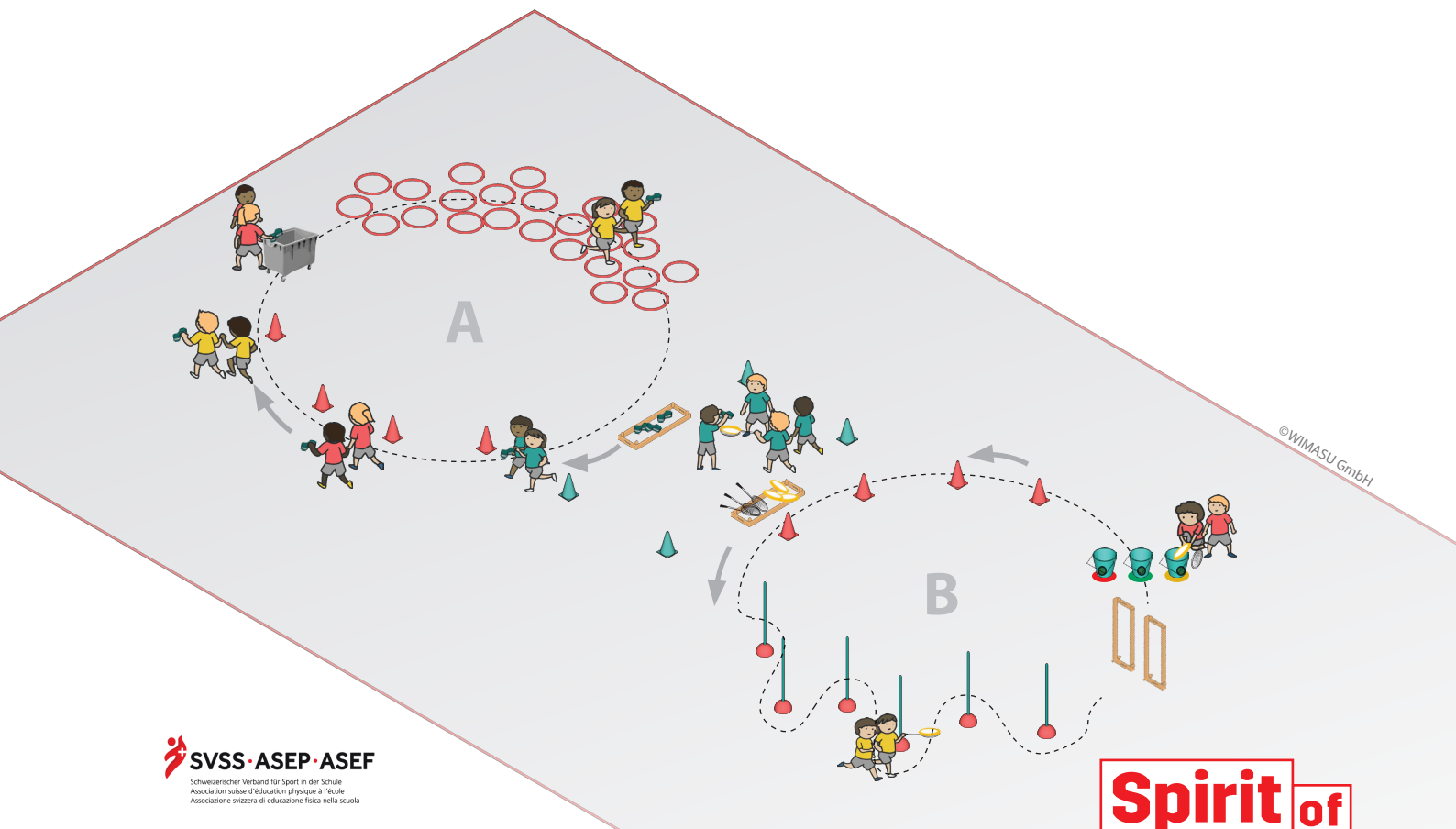


## Wasserstaffette

**Ein Hindernisparcours mit Wassertransport und anschliessendem Beterschiessen - Herausforderung und Spass zugleich.**

Jede Gruppe versucht den eigenen Wasserbehälter so schnell wie möglich zu füllen, sodass der darin schwimmende Tischtennisball über den Rand herausgeschwemmt wird. Das Paar, welches an den Händen zusammengebunden ist, transportiert das Wasser mit Schwämmen (Lauf A) oder balancierenden Frisbees auf Badmintonschlägern (Lauf B)..



### Geschicklichkeitsspiel

**ZYKLUS**      1      2      3

<b>DAUER</b>	30 min	<b>WO</b>	Aussen
<b>SOZIALFORM</b>	Gruppen	<b>INTENSITÄT</b>	mittel
<b>ANZAHL SUS</b>	8-24	<b>BEWERTUNG</b>	Ja
<b>ANZAHL LP</b>	1	<b>LP 21</b>	BS.2

<b>RESPECT</b>	<div style="width: 75%; background-color: red; height: 10px;"></div>
<b>FRIENDSHIP</b>	<div style="width: 85%; background-color: red; height: 10px;"></div>
<b>EXCELLENCE</b>	<div style="width: 70%; background-color: red; height: 10px;"></div>

### Material

- 24 Reifen
- 6 Malstäbe
- 12 Pylonen
- 4 Schwedenkastenelemente
- 3 gleich grosse Behälter
- 3 Tischtennisbälle
- 6 Frisbee-Scheiben
- 6 Badmintonschläger
- 15 Spielbündel (5 pro Farbe)
- 6 gleich grosse Schwämme
- 1 Wasserreservoir (z.B. Ballwagen)

## Organisation

Die beiden Teilläufe ca. in der Grösse einer Einfachhalle aufbauen (siehe Illustration). Die beiden Kreise (Laufstrecken) haben einen Durchmesser von ca. 9m.

Für die Stafette wird ein grosser Behälter mit Wasser benötigt - gut eignet sich hierfür ein Ballwagen. Es braucht soviel Wasser, dass jede Gruppe ihren Behälter randvoll füllen kann.

### TEILLAUF A:

Einen Laufweg mit 24 Reifen auslegen (Abstände so wählen, dass man von Reifen zu Reifen weiterspringen kann).

### TEILLAUF B:

Mit 6 Malstäben einen Slalom bereitstellen. Anschliessend zwei Schwedenkastenelemente hochkant nebeneinander mit ca. 2m Abstand hinstellen.

Am Ende von Teillauf B findet jede Gruppe einen Behälter mit einem Tischtennisball darin. Markiert durch einen Spielbändel in der Teamfarbe.

### ÜBERGABEZONE:

Übergangszone zwischen den beiden Teilläufen mit Pylonen markieren.

## Ablauf

Drei Gruppen bilden und den Spielablauf erklären.

Innerhalb der Gruppen werden Paare gebildet, die an einer Hand mit einem Teambändel zusammengebunden werden. Sämtliche Wege werden zu zweit zurückgelegt. Jede Gruppe hat einen Behälter mit einem Tischtennisball. Das Ziel ist es, durch Füllen des Behälters den Ball möglichst schnell herauszuschwemmen.

### TEILLAUF A

Pro Paar darf ein mit Wasser vollgesogener Schwamm via Reifenweg transportiert werden. Das Wasser wird am Schluss in Frisbeescheiben ausgedrückt.

### TEILLAUF B

Die andere Hälfte der Gruppe balanciert die mit Wasser gefüllten Frisbeescheiben auf einem Badmintonschläger durch den Hindernisparcour zum Behälter. Der Frisbee darf nicht gehalten aber neu platziert werden, falls er verrutscht. Beim Behälter angelangt, Frisbee mit Händen ausleeren und zurück zur Übergangszone rennen, um den Frisbee erneut mit Wasser zu füllen.

Beim zweiten Durchgang die Teilläufe innerhalb der Gruppe wechseln.

### ↳ Vereinfachung ↗ Erschwerung

- ↳ kleinere Behälter verwenden
- ↳ Distanz verkürzen
- ↗ Distanz vergrössern
- ↗ eine Schüler\*in pro Paar mit verbundenen Augen

- ↳ pro Schüler\*in ein Schwamm (2 Schwämme pro Paar)
- ↳ mehr Reifen
- ↗ kleinere Schwämme (Schwamm halbieren)
- ↗ nach Reifenweg eine Vorwärtsrolle

- ↳ Tischtennisschläger anstelle von Badmintonschläger
- ↳ beide Kastenelemente quer zum darübersteigen
- ↗ Becher anstelle von Frisbee verwenden

## Beachte

eventuell Ersatzkleider mitnehmen



**Ziele im Wertebereich**
**RESPECT**

*«Mich selbst, meinen Körper und andere respektieren. Im Sport bedeutet Respekt Fairplay sowie das Akzeptieren und Einhalten der gültigen Regeln.»*

- Die Schüler\*innen können ein Regel- und Wettbewerbsverständnis entwickeln und dieses in Spielsituationen anwenden und sich darin bewähren.
- Die Schüler\*innen können sich auf Neues einlassen.

**FRIENDSHIP**

*«Freundschaften geben mir Kraft – auch im Sport. Zusammen Freude, Spass, Erfolge und Enttäuschungen erleben, die auch neben dem Spielfeld verbinden.»*

- Die Schüler\*innen können sich in einer Gemeinschaft auf gleiche Ziele einigen und diese gemeinsam verfolgen.
- Die Schüler\*innen können ihre Kooperations- und Konfliktfähigkeiten weiterentwickeln.

**EXCELLENCE**

*«In jeder Situation mein Bestes geben. Für mich und mein Team. Meine persönlichen Ziele erreichen, im Sport wie im täglichen Leben.»*

- Die Schüler\*innen können eine persönliche Einstellung zu körperlicher Leistung entwickeln.

## Lehrplanbezug

### Schwerpunkt Bewegen an Geräten – BS.2

BS.2.A.1.1e: Die Schüler\*innen können eine Bewegungsfolge zum Balancieren ausführen.

BS.2.A.1.2b: Die Schüler\*innen können eine Rolle vorwärts ausführen.

BS.2.A.1.4f: Die Schüler\*innen können eine Folge von Hindernissen ökonomisch überwinden.

BS.2.A.1.6a: Die Schüler\*innen können einander führen (z.B. mit taktilen, akustischen, visuellen Signalen).

**Sicherheitstipps**

- Hallensportschuhe mit gutem seitlichem Halt tragen
- Uhren, Ketten, Fingerringe und Ohrschmuck vor dem Spiel ablegen
- Brille durch Kontaktlinsen oder Sportbrille ersetzen



# Inklusion

## **Beeinträchtigungen im Hören**

Kommunikation → Erklärungen bevorzugt hochdeutsch und frontal zu den Sportlern. Akustische durch sichtbare Signale ersetzen. Piktogramme verwenden.

*Lernumfeld* → *Bewegungsumfeld, das nicht im Blickfeld ist, und akustische Informationen durch Zeichen oder Lichtsignale «sichtbar» machen.*

## **Beeinträchtigung im Sehen**

Aufgabenstellung → Bewegung genau und einfach beschreiben, taktiles Positionieren.

*Lernumfeld* → *Gegenstände nicht frei herumliegen lassen, leuchtfarbene Markierungen statt Malstäbe verwenden (Verletzungsgefahr).*

*Sozial- und Organisationsform* → *Im Tandem mit sehender Person Vertrauen aufbauen und Partizipation ermöglichen.*

## **Beeinträchtigung in der Bewegung**

Aufgabenstellung: individuelle Anpassung im Rahmen der Bewegungsmöglichkeiten und -fertigkeiten in Absprache mit der Person definieren.

*Regeln* → *Durch individuelle Regeln Aktionsradius der Person vergrössern.*

## **Beeinträchtigung im Wahrnehmen und Verhalten**

Kommunikation → Berührungspunkte miteinander abmachen. Klar, eindeutig und zielgerichtet berühren.

*Regeln* → *Regeln konsequent beachten und durchsetzen. Dabei das Gefühl von Wertschätzung und Anerkennung vermitteln.*

## **Beeinträchtigung in der Kognition**

Kommunikation → Bewegung vorzeigen und wenig auf einmal variieren. Einfache und klare Erklärungen geben. Piktogramme verwenden.

*Lernumfeld* → *Spielfeld klar begrenzen und Raum sichtbar kennzeichnen*

Mehr Infos und Angebote zum Thema Inklusion im Schulsport finden Sie unter [plusport@school](mailto:plusport@school).