

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 10 (2008)
Heft: 6

Rubrik: Vom Umgang mit Anderen

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 05.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Vom Umgang mit dem Anderen

Mit Unterschieden spielen – eine schwierige und zugleich reizvolle Herausforderung für die Sportlehrperson. Welche Themen eignen sich besonders für die Begegnung mit der Ungleichheit? Antworten darauf sind in einem frisch gedruckten Lehrmittel zu finden.

Text: Nicola Bignasca, Stefan Häusermann, Fotos: Philipp Reinmann

Unterschiedlich fördern

Alle Lernenden sollen ihre Stärken zeigen und weiter verbessern dürfen. Die gemeinsame Bewegungsaktivität stimuliert dabei den Lernprozess. Jeder macht im Rahmen seiner Möglichkeiten Fortschritte, ohne dass seine Mitschüler/innen darunter leiden.



Gleichgewicht-Challenge

Das Kippen des Rollstuhls stellt gleiche koordinative Herausforderungen wie das Einradfahren. Die Balance kann durch leichte Vor- und Rückwärtsimpulse am Griffreifen beziehungsweise auf die Pedale gehalten werden.

Wie?

- Der Einradfahrer hält sich an den Stützgriffen des Rollstuhls (Griffe möglichst weit oben).
- Fahren über oder üben auf einer Matte.
- Im Spiegelbild: nebeneinander oder gegenüber fahren. Rollstuhl nur auf den Hinterrädern.
- Fahren mit Zusatzaufgaben: Bälle zuwerfen, Ballon jonglieren mit Kopf/Händen.

- Nur mit einem Arm ausbalancieren; nur eine Hand am Griffreifen.
- Bewegungskunststücke erfinden und vorführen.

Handicap erleben: Mit Langbänken in einer Hallenecke ein Viereck abgrenzen. Das Viereck mit Basketbällen, Sitzbällen oder Medizinbällen (gleiche Grösse) füllen. Eine Matte darauf legen und an den Halterungen Seile befestigen. Ein oder zwei Schüler/innen stehen auf der Matte, die andern bewegen das Floss über das Meer.

Beobachtungsmöglichkeiten:

- Sage ich, wo und wann ich Hilfe/Unterstützung brauche?
- Haben alle profitiert?
- Kann ich mich in die anderen Lernenden versetzen und entsprechend handeln?

Mehr dazu:

Häusermann, St.: *Mit Unterschieden spielen*. Herzogenbuchsee: Ingold Verlag 2008 (siehe auch S. 44).



Grenzen überwinden

Jeder Lernende, ob normalbegabt oder behindert, hat seine persönlichen Grenzen – die er allerdings mit entsprechender Hilfe überwinden kann. Viele Aufgaben können nur in der Gruppe, niemals aber allein gelöst werden.



Wolkenkratzer

Eine Gruppe von 10 bis 12 Lernenden hat die Aufgabe, eine Markierung (Klebestreifen) so hoch wie möglich, aber nicht über drei Körperlängen hinaus, an einer Wand zu befestigen. Die Wand darf nur als Abstützhilfe benutzt werden. Alle Lernenden müssen daran beteiligt sein und ihre Sicherheitsmassnahmen vorstellen.

Wie?

- Den Rollstuhl als tragendes Element einsetzen. Aufstützen auf Rädern, Rückenlehne, Fussstütze. Knie/Oberschenkel oder Schultern nur mit wenig Druck belasten.
- Ein Schwedenkasten/Barren ist als Hilfsmittel erlaubt.
- Die Gruppe versucht ohne den Boden zu berühren die Hallenbreite zu überqueren. Es stehen alle Geräte zur Verfügung. Bei mehreren Gruppen die Geräte aufteilen.
- Die Lernenden entwickeln in Vierer- bis Fünfer-Teams eine Bewegungsfolge mit Geräten. Dauer: 2 bis 3 Minuten. Die Geräte können vorgegeben werden (z.B. zum Thema Stützen und Rollen: Barren, Kasten, Langbank, Matten, eine dicke Matte).

Handicap erleben: Die beschriebenen Aufgaben mit Einschränkungen lösen. Jeweils 1 bis 2 Lernende

- sind blind;
- halten die Arme verschränkt;
- dürfen nicht sprechen;
- haben die beiden Beine mit einem Gummischlauch zusammengebunden.

Beobachtungsmöglichkeiten:

- Habe ich meine Grenzen rechtzeitig erkannt und respektiert?
- Habe ich andere ermutigt?
- Habe ich mich anderen anvertraut?

Gegeneinander antreten

Oft wird die Bewegungslektion für das Erreichen sozialer Ziele «benutzt». Fairplay und gegenseitige Zusammenarbeit sind in anderen Lektionen scheinbar viel schwieriger zu behandeln. Allerdings darf darüber auch die gesunde Konfrontation im Bewegungsunterricht nicht zu kurz kommen.



Airbag

Beide Partner halten einen Swissball als Airbag vor dem Körper. Durch Stossen versuchen sie sich gegenseitig über eine Markierung zu schieben. Vor jedem Spielbeginn und am Ende des Kampfes gibt man sich die Hand oder führt ein anderes Ritual aus. Stoppsignal abmachen.

Wie?

- Mit wenig Anlauf ausführen. Vorsicht Rückstoss nach dem Aufprall.
- Auf einer Mattenfläche versuchen sich alle gegenseitig von der Matte zu schieben.
- Zwei Gruppen stellen sich gegenüber jeweils mit dem Rücken zur Hallenwand auf. Jede Gruppe versucht mit geschlossenen Augen auf die andere Seite der Halle zu gelangen. Zwei sehende Lernende als Sicherheitspolizisten einsetzen.
- Im Wasser stehend oder schwimmend das Schwimmbrett gegeneinander drücken und den Partner zurückdrängen.

Handicap erleben: Zwei Lernende sitzen je auf einem Rollbrett und halten zwischen sich eine Turnmatte (Wand). Beide versuchen durch Schieben, Drücken, Nachgeben und Stossen die Mauer gegen die andere Seite zum Einsturz zu bringen. Variationen:

- Im Kniestand, aber blind und ohne zu sprechen.
- Eine Hand auf dem Rücken halten.
- Auf dem Boden sitzend mit den Füßen die Mauer zum Einsturz bringen.

Beobachtungsmöglichkeiten:

- Habe ich mich oft durchgesetzt?
- Habe ich Rücksicht genommen?
- Habe ich mitgeplant?

Alle können Tore schiessen

Wer kennt sie nicht: die Freude, ein Tor geschossen oder eine Zielscheibe getroffen zu haben? Das Selbstwertgefühl profitiert von diesen Erfolgen ungemein. Nicht immer aber verstehen alle Lernenden den wahren Sinn hinter diesen Spielformen, in denen verschiedene Möglichkeiten, Tore zu erzielen, erlaubt sind.



Fussball ohne Grenzen

Zwei Mannschaften spielen 7:7 auf je ein Tor (Bänkli, Matten, Handballtore). Zusätzlich werden auf den beiden Längsseiten jeweils zwei Zonen pro Mannschaft für Kinder mit einer Behinderung eingerichtet. Wird ein Spieler in diesen Zonen angespielt, kann er ungehindert auf die Zusatztore (stehendes Kastenteil, Keulen etc.) spielen und Tore für seine Mannschaft erzielen.

Wie?

- Vor dem Torschuss mindestens drei Pässe spielen.
- Der Zonenspieler darf den Ball auch mit den Händen stoppen.
- Die Zonentore sind den Mannschaften zugeordnet.
- Zonen können auch verlassen werden. Die vier Zonentore dürfen von beiden Mannschaften benutzt werden, wobei sich aber jeweils nur ein Spieler in der Zone aufhalten darf.
- Bei Berührung durch Gegenspieler stehen bleiben und Ball abspielen.

Handicap erleben: Jeweils zwei Schülerinnen oder Schüler sind miteinander verbunden (Handgeben, gemeinsam einen Spielbändel halten, an den Beinen zusammengebunden usw.). Variationen:

- Ein Spieler des Paares ist blind. Nur der blinde Spieler darf passen und Tore schiessen.
- Sitzfussball: Fortbewegung und Ballspiel ist nur im Sitzen erlaubt. Das Gesäss muss immer den Boden berühren.

Beobachtungsmöglichkeiten:

- Sind die Torsituationen so gewählt, dass das Spiel gut funktioniert?
- Haben alle die Chance, Tore zu erzielen?
- Wird in der Mannschaft keiner ausgeschlossen oder gehänselt?

Messen und anders vergleichen

Wie sollen Leistungen vergleichbar gemessen werden, ohne dass sich der eine oder andere übervorteilt fühlt? Das ist keine einfache Aufgabe. Auf jeden Fall braucht es einen individuellen Massstab, der anfängliche Unterschiede neutralisiert.



Kletterpfad

Die einen klettern an geraden oder schräg gestellten Kletterstangen. Für Horizontalkletterer wird ein Tau so (an Sprossenwand oder Barren) befestigt, dass man sich im Rollstuhl, auf einem Teppichresten oder auf dem Rollbrett sitzend heranziehen kann. Mit Zusatzgewicht (Partner hält sich am Rollstuhl) wird es schwieriger. Wer hat zuerst eine bestimmte Höhe/Distanz erklettert?

Wie?

- Die Horizontal-Kletterin ist die menschliche Uhr. Sobald sie ihre Strecke zurückgelegt hat, stoppen die Stangenkletterer und vergleichen ihre Höhe.
- Sich auf den Langbänken am Tau bäuchlings nach vorne ziehen (auch ohne Tau möglich). Gleiche Form in umgekehrtem Kastenoberteil.
- Stehend/kauernd auf einem oder zwei Teppichresten/Rollbrettern heranziehen.

Handicap erleben: An Sprossenwand, Kletterstange, Klettergitter und mit andern Geräten einen Kletterweg vorgeben. Variationen:

- Blind mit einem Partner klettern. Führen an der Hand oder nur mit der Sprache den Weg weisen.
- In einer Gruppe miteinander verbunden (Seil, Berührung usw.) klettern. Alle ausser dem Vordersten sind blind.

Beobachtungsmöglichkeiten:

- Kann ich meine Leistungsfähigkeit gut einschätzen?
- Kann ich Kritik von anderen annehmen?
- Korrigieren wir uns gegenseitig und geben Tipps zur Verbesserung?