




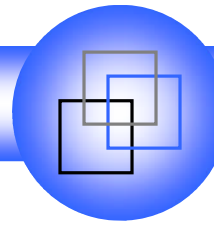


<p>Ziel:</p> 	<p>Die Schüler lernen die Paralympics kennen und führen in der Klasse mit verschiedenen Disziplinen einen kleinen Wettbewerb durch.</p>
<p>Arbeitsauftrag:</p> 	<p>Der Einstieg beginnt mit dem pantomimischen Darstellen von Sportarten, die die Schüler erraten sollen. Die Lehrperson führt das Thema dahin, dass es auch Sportarten für Menschen mit einer Behinderung gibt. Die Paralympics sind der grösste Sportanlass für Menschen mit einer körperlichen oder Sinnesbehinderung. Die ersten offiziellen Paralympics fanden 1960 in Rom statt. Seit 1988 besteht eine Vereinbarung, dass die jeweilige Olympiastadt nach der Olympiade auch die Paralympics durchführt.</p> <p>Falls einige Schüler eine Sportart kennen, sollen davon erzählen. Auf dem Arbeitsblatt werden die Beschreibungen der verschiedenen Disziplinen gemeinsam gelesen und die Schwierigkeiten sowie allfällige Anpassungen im Behindertensport besprochen.</p> <p>Anschliessend wird in der Turnhalle ein kleiner Wettbewerb mit verschiedenen Disziplinen durchgeführt.</p> <p>Als Zusatzaufgabe werden die verschiedenen Sportarten im Rätsel gesucht.</p>
<p>Material:</p> 	<p>Lesetext Punktliste, Dartspiel, Stuhl, Messband, Augenbinde Rätsel</p>
<p>Sozialform:</p> 	<p>Gruppenarbeit Plenum</p>
<p>Zeit:</p> 	<p>ca. 45 Minuten</p>

Zusätzliche Informationen

- Allgemeine Informationen zum Thema Paraplegie sowie Veranstaltungen zum Thema finden Sie auf der Website der Schweizer Paraplegiker Vereinigung (www.spv.ch).



Rollstuhlbasketball



Rollstuhlbasketball ist eine weit verbreitete Sportart im Behindertensport und sehr populär. Das Basketballfeld der Behindertensportler ist im Vergleich zum Basketballfeld der Nichtbehindertensportler kleiner, ebenfalls sind auch die Basketballkörbe tiefer gesetzt worden. Aufgrund der verschiedenen Behinderungsarten werden die Rollstuhlbasketballspieler in verschiedene Klassen eingestuft. Je nach Grad ihrer Einschränkung erhalten die Spieler eine

Einstufung von 1 bis 4,5 Punkten. Eine Mannschaft besteht aus 5 Feldspielern, die zusammen höchstens 14 Punkte haben dürfen. 1-Punkte-Spieler können ihre Beine nicht bewegen und können dadurch nur geringe Kontrolle über ihren Körper ausüben. Spieler mit 4,5 Punkten haben auf dem Spielfeld die wenigsten Beeinträchtigungen.

(Bildquelle: www.ring-freiburg.de)

Bogenschiessen

Bogenschiessen erfordert eine aussergewöhnliche Präzision und Treffsicherheit. Im Vergleich zu nicht behinderten Athleten gibt es bei den Regeln keine Unterschiede, ausser dass die Athleten im Rollstuhl das Bogenschiessen sitzend absolvieren. Es gibt aber auch behinderte Sportler, die das Bogenschiessen stehend absolvieren.



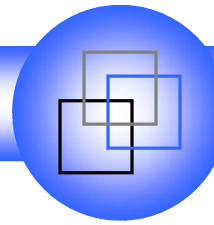
(Bildquelle: www.procap-sport.ch)

Fechten

Am aussergewöhnlichsten ist dabei sicher, dass die Athleten in am Boden fixierten Rollstühlen miteinander fechten. Die Athleten verwenden dazu jedoch spezielle Rollstühle, die einen grossen Bewegungsradius am Oberkörper erlauben, so dass die Bewegungsgeschwindigkeit nicht eingeschränkt wird.



(Bildquelle: www.bvleipzig.de)



Leichtathletik

An den Paralympics nehmen die meisten Athleten an Wettkämpfen der Leichtathletik teil. Dies umfasst den Marathon für Rennrollstuhlfahrer, aber auch verschiedene Sprints.



(Bildquelle: www.samariterverband-thurgau.ch)

Radsport

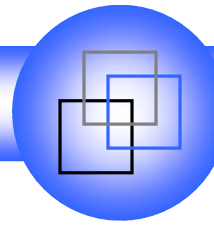
Radsport ist im Behindertensport eine relativ neue Sportart. Mit dieser Sportart begonnen haben die Sehbehinderten, sie bestreiten ihr Rennen mit einem sehenden Piloten auf einem Tandemfahrrad. Je nach Grad der Behinderung benutzen die Athleten ein speziell auf die jeweiligen Bedürfnisse angepasstes Fahrrad.

Tennis

Im Rollstuhltennis gelten grundsätzlich die gleichen Spielregeln wie beim Tennisspiel von Nichtbehinderten. Die einzige Ausnahme besteht darin, dass beim Rollstuhltennis der Ball zweimal aufspringen darf, bevor der Rollstuhltennisspieler den Ball in das Feld des Gegners zurückschlagen muss. Der erste Bodenkontakt des Balles muss im Spielfeld stattfinden, die zweite Bodenberührung kann auch ausserhalb des Spielfeldes sein. Auch hier gibt es Einzel- und Doppelspiele.

Sitzvolleyball

Sitzvolleyball ist eine Variante des Volleyballspiels. Die Regeln im Sitzvolleyball sind gleich wie beim Volleyball. Gespielt wird einfach im Sitzen, die Mannschaft setzt sich aus 6 Spieler/-innen zusammen. Dabei wird die Spielfläche in der Grösse angepasst und die Netzhöhe wird bei 1,05 Meter angesetzt. Die Techniken sind ähnlich wie im Volleyball, ausser dass die Fortbewegung am Boden mit Hilfe der Arme erfolgt. Sitzvolleyball ist vor allem für Sportler mit Beinbehinderungen geeignet, da die Prothesen nicht benötigt werden.



Dartspiel (Bogenschiessen)



Setz dich auf den bereitgestellten Stuhl und nimm die Pfeile in die Hand. Ziel ist es, die 3 Pfeile so in die Spielwand zu schiessen, dass du möglichst viele Punkte erhältst.

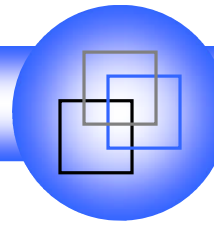
Während des Schiessens darfst du deine Beine nicht benutzen oder bewegen, arbeite nur mit deinem Oberkörper.

Zähle die Punkte zusammen und notiere die Gesamtpunktzahl in deiner Tabelle.

Weitsprung

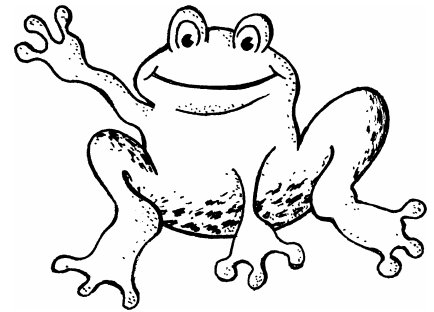
Stell dich bei der markierten Linie hin, steh dabei nur auf einem Bein, das andere darf den Boden nicht berühren. Springe nun vom Stand aus ab und lande wieder auf einem Bein.

Dein Spielpartner misst die Distanz ab. Trage die Anzahl Zentimeter in deine Tabelle ein.



Froschhüpfen

Am Boden ist ein Messband ausgelegt. Entlang dem Messband machst du 3 grosse Sprünge wie ein Frosch, ein Froschhüpfer. Nach diesen 3 Sprüngen liest dein Partner die Weite vom Messband ab.



Wiederhole die Übung nochmals, diesmal ziehst du dir aber die Augenbinde über die Augen an. Versuche, mit verbundenen Augen möglichst gleich weit zu springen wie mit offenen Augen.

Falls dein Unterschied in der Sprungweite kleiner ist als 20 cm, bekommst du 10 Punkte.

Liegt der Unterschied zwischen 21 und 40 cm, bekommst du 5 Punkte.

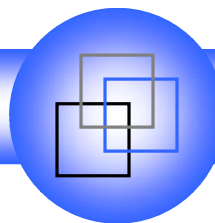
Liegt der Unterschied zwischen 41 und 50 cm, erhältst du noch einen Punkt.

Ist dein Unterschied grösser als 51 cm, bekommst du keinen Punkt mehr.

Blindenrennen

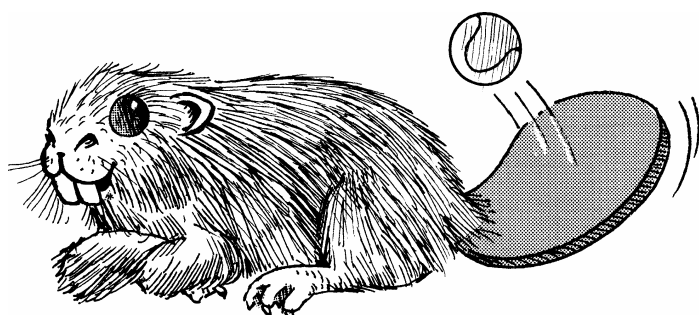
Diese Aufgabe löst ihr zu zweit! Jemand trägt eine Augenbinde und wird während des Rennens vom sehenden Partner geführt. Ihr beginnt gemeinsam an der Startlinie und überquert auch die Ziellinie gemeinsam. Ein Schiedsrichter stoppt die Zeit, die ihr in eurer Tabelle notiert.

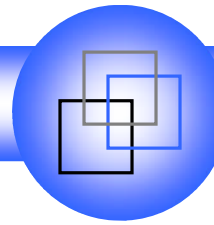
Im zweiten Durchlauf wechselt ihr die Rollen.



Name: _____

Sportart	Punktzahl
Dartspiel	
Weitsprung	
Froschhüpfen	
Blindenrennen	
Gesamtpunktzahl	

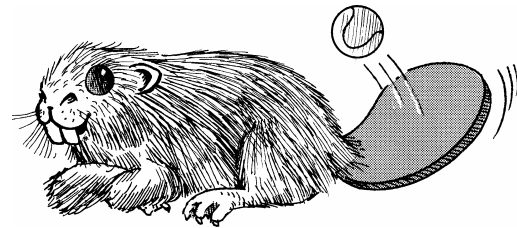




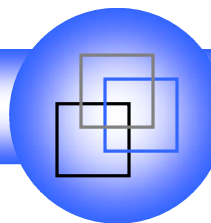
In diesem Suchrätsel sind 7 Wörter versteckt.

Die Wörter sind:

1. ROLLSTUHLBASKETBALL
2. BOGENSCHIESSEN
3. FECHTEN
4. LEICHTATHLETIK
5. RADSPORT
6. TENNIS
7. SITZVOLLEYBALL



U	R	E	S	I	T	Z	V	O	L	L	E	Y	B	A	L	L	V	F
Y	A	B	B	U	J	M	D	D	E	B	S	N	O	F	M	T	T	K
X	D	T	C	Q	S	A	L	K	H	Z	U	S	K	T	H	J	L	Y
D	S	B	O	G	E	N	S	C	H	I	E	S	S	E	N	Q	J	C
E	P	C	L	Y	O	F	E	C	H	T	E	N	M	Z	F	J	K	H
R	O	L	L	S	T	U	H	L	B	A	S	K	E	T	B	A	L	L
N	R	D	N	L	E	I	C	H	T	A	T	H	L	E	T	I	K	Z
O	T	X	R	L	S	T	E	N	N	I	S	B	T	S	M	E	F	I



Lösung

	R		S	I	T	Z	V	O	L	L	E	Y	B	A	L	L		
	A																	
	D																	
	S	B	O	G	E	N	S	C	H	I	E	S	S	E	N			
	P						F	E	C	H	T	E	N					
R	O	L	L	S	T	U	H	L	B	A	S	K	E	T	B	A	L	L
	R			L	E	I	C	H	T	A	T	H	L	E	T	I	K	
	T						T	E	N	N	I	S						

