



**Integration von Schülerinnen und Schülern mit einer
SehSchädigung an Regelschulen**

Didaktikpool

Bewertung der Ausdauerleistungsfähigkeit
sehgeschädigter Schülerinnen und Schüler im Schwimmen
(5.-10. Jahrgangsstufe) – eine Orientierungsmöglichkeit

von Frank Kuroschinski

Universität Dortmund
Fakultät Rehabilitationswissenschaften
Rehabilitation und Pädagogik bei Blindheit und Sehbehinderung
Projekt ISaR
44221 Dortmund

Tel.: 0231 / 755 5874
Fax: 0231 / 755 4558

E-mail: isar@uni-dortmund.de
Internet: <http://www.isar-projekt.de>

tu technische universität
dortmund



Sportunterricht mit sehgeschädigten Schülerinnen und Schülern von Frank Kuroschinski

Sehbehinderten- und Blindenzentrum Südbayern
Raiffeisenstr. 25
85716 Unterschleißheim
Tel.: 089 – 3100010

Bewertung der Ausdauerleistungsfähigkeit sehgeschädigter Schülerinnen und Schüler im Schwimmen (5.-10. Jahrgangsstufe) – eine Orientierungsmöglichkeit

Ausgangslage

Zur Bewertung der sportlichen Leistungsfähigkeit sehgeschädigter Schülerinnen und Schüler im Schwimmen können Sportlehrkräfte in der Regel nur auf die gängigen Leistungsbewertungstabellen für sehende Schüler zurückgreifen. Die darin festgelegten Zeiten zur Schwimmschnelligkeit stellen für viele sehbehinderte, besonders aber blinde Schülerinnen und Schüler eine Benachteiligung dar.

Tabellen zur Bewertung der schwimmerischen Ausdauerleistungsfähigkeit unter dem Gesundheitsaspekt liegen für Sehgeschädigte und Sehende gar nicht vor.

Zielsetzung

Um das sportliche Leistungsvermögen sehgeschädigter Schüler im Schwimmunterricht dennoch bewerten zu können und gleichzeitig - unter dem Aspekt der gesundheitlichen Bedeutung - die Ausdauer der Schüler entsprechend zu fördern, sollten spezielle Tabellen entwickelt werden, die praxisorientiert und in allen Jahrgangsstufen einsetzbar sind.

Entwicklung der Tabellen

Als Orientierungsgrundlage dienten zuerst verschiedene Bewertungstabellen für unterschiedliche Schwimmstrecken (100m Strecken im Schulsport, 400/600m Strecken bei Jugendschwimmabzeichen, 600m Zeiten für das Deutsche Jugendportabzeichen, Zeiten für das Deutsche Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung).

Anhand dieser Zeiten wurden an der Edith-Stein-Realschule für Sehbehinderte und Blinde zu Beginn des Schuljahres 07/08 in den Jahrgangsstufen 5-10 die Zeiten einer Versuchsgruppe von sehgeschädigten und nicht sehgeschädigten Schülern in unterschiedlichen Distanzen aufgeschrieben. Diese Gruppe umfasste das ganze sportliche Leistungsvermögen von sogenannten schlechten bis sehr guten Schwimmern.



Aus den vorgelegenen Bewertungstabellen, den erbrachten Schülerleistungen und der sportpädagogischen Einschätzung der Schüler erstellte der Autor danach eine erste Tabelle für die Bewertung der Ausdauerleistungsfähigkeit Sehbehinderter. Diese wurde nach mehreren Probedurchgängen nivelliert und verfeinert. In die Tabelle für blinde Schüler wurden weitere Zeitzuschläge eingearbeitet.

Anwendung im Schwimmunterricht

Die Zeitnahme lässt sich problemlos in eine Schwimmstunde integrieren. Die Schüler können beim Test in zwei Gruppen eingeteilt werden. Während die Einen in der vorgeschriebenen Zeit Bahnen schwimmen, zählen die Anderen mit und tragen jede geschwommene Bahn per Strich in eine Schülerliste ein. Anhand der Bahnlänge lässt sich daraus sofort die Gesamtstrecke und die Bewertung errechnen. Nach der abgelaufenen Zeit wechseln die Gruppen.

Praxistauglichkeit

Nach einem Jahr Erprobung in allen sechs Jahrgangsstufen können wir an unserer Schule sagen, dass diese Tabellen uns helfen, die Leistungen unserer sehgeschädigten Schülerinnen und Schüler gerechter zu bewerten.

Das Ausdauerschwimmen lässt sich ebenfalls als Test einbauen um einen Leistungsfortschritt zu dokumentieren, wenn der Test z.B. zu Beginn und zur Mitte eines Schuljahres eingesetzt wird.

Der pädagogische Freiraum eines Sportlehrers lässt es damit auch zu die sportliche Entwicklung eines Schülers zu beurteilen.

Frank Kuroschinski
Sportlehrer und Schulleiter RS
Edith-Stein-Schule
staatlich anerkannte Realschule zur sonderpädagogischen Förderung
Förderschwerpunkt Sehen
Raiffeisenstr. 25
85716 Unterschleißheim
Email: f.kuroschinski@sbz.de



Gesundheit / Ausdauerleistungsfähigkeit

Ausdauerschwimmen Leistungsbewertung

Klasse	Dauer	
5	15 Min.	
6	15 Min.	
7	20 Min.	
8	20 Min.	
9	25 Min.	
10	30 Min.	

- Gemessen wird die Zahl der geschwommenen Bahnen.
- Bei jeder Wende muss die Beckenwand berührt werden.
- Gewertet werden nur die voll ausgeschwommenen Bahnen.

1. Test: Zu Beginn der Schwimmereinheiten im Herbst
2. Test: Am Ende der Schwimmereinheiten im Frühjahr für das Zwischenzeugnis

Auf den folgenden Seiten sind die Tabellen nach Klassenstufen geordnet.



15 Minuten Ausdauerschwimmen 5. Klasse

JUNGEN

Bahnen	Strecke	Note
ab 30	ab 500m	1
ab 24	ab 400m	2
ab 18	ab 300m	3
ab 12	ab 200m	4
ab 6	ab 100m	5
unter 6	unter 100m	6

MÄDCHEN

Bahnen	Strecke	Note
ab 27	ab 450m	1
ab 21	ab 350m	2
ab 15	ab 250m	3
ab 9	ab 150m	4
ab 3	ab 50m	5
unter 3	unter 50m	6

BLINDE

Bahnen	Strecke	Note
ab 21	ab 350m	1
ab 15	ab 250m	2
ab 9	ab 150m	3
ab 6	ab 100m	4
ab 3	ab 50m	5
unter 3	unter 50	6



15 Minuten Ausdauerschwimmen 6. Klasse

JUNGEN

Bahnen	Strecke	Note
ab 33	ab 550m	1
ab 27	ab 450m	2
ab 21	ab 350m	3
ab 15	ab 250m	4
ab 9	ab 150m	5
Unter 9	unter 150m	6

MÄDCHEN

Bahnen	Strecke	Note
ab 30	ab 500m	1
ab 24	ab 400m	2
ab 18	ab 300m	3
ab 12	ab 200m	4
ab 9	ab 150m	5
unter 9	unter 150m	6

BLINDE

Bahnen	Strecke	Note
ab 24	ab 400m	1
ab 18	ab 300m	2
ab 12	ab 200m	3
ab 9	ab 150m	4
ab 6	ab 100m	5
unter 6	unter 100	6



20 Minuten Ausdauerschwimmen 7. Klasse

JUNGEN

Bahnen	Strecke	Note
ab 39	ab 650m	1
ab 33	ab 550m	2
ab 27	ab 450m	3
ab 21	ab 350m	4
ab 15	ab 250m	5
unter 15	unter 250m	6

MÄDCHEN

Bahnen	Strecke	Note
ab 36	ab 600m	1
ab 30	ab 500m	2
ab 24	ab 400m	3
ab 18	ab 300m	4
ab 12	ab 200m	5
unter 12	unter 200m	6

BLINDE

Bahnen	Strecke	Note
ab 30	ab 500m	1
ab 24	ab 400m	2
ab 18	ab 300m	3
ab 12	ab 200m	4
ab 6	ab 100m	5
unter 6	unter 100	6



20 Minuten Ausdauerschwimmen 8. Klasse

JUNGEN

Bahnen	Strecke	Note
ab 42	ab 700m	1
ab 36	ab 600m	2
ab 30	ab 500m	3
ab 24	ab 400m	4
ab 18	ab 300m	5
unter 18	unter 300m	6

MÄDCHEN

Bahnen	Strecke	Note
ab 39	ab 650m	1
ab 33	ab 550m	2
ab 27	ab 450m	3
ab 21	ab 350m	4
ab 15	ab 250m	5
unter 15	unter 250m	6

BLINDE

Bahnen	Strecke	Note
ab 33	ab 550m	1
ab 27	ab 450m	2
ab 21	ab 350m	3
ab 15	ab 250m	4
ab 9	ab 150m	5
unter 9	unter 150	6



25 Minuten Ausdauerschwimmen 9. Klasse

JUNGEN

Bahnen	Strecke	Note
ab 51	ab 850m	1
ab 45	ab 750m	2
ab 39	ab 650m	3
ab 33	ab 550m	4
ab 27	ab 450m	5
unter 27	unter 450m	6

Mädchen

Bahnen	Strecke	Note
ab 48	ab 800m	1
ab 42	ab 700m	2
ab 36	ab 600m	3
ab 30	ab 500m	4
ab 24	ab 400m	5
unter 27	unter 400m	6

BLINDE

Bahnen	Strecke	Note
ab 39	ab 650m	1
ab 33	ab 550m	2
ab 27	ab 450m	3
ab 21	ab 350m	4
ab 15	ab 250m	5
unter 15	unter 200	6



30 Minuten Ausdauerschwimmen 10. Klasse
--

JUNGEN

Bahnen	Strecke	Note
ab 57	ab 950m	1
ab 51	ab 850m	2
ab 45	ab 750m	3
ab 39	ab 650m	4
ab 33	ab 550m	5
unter 33	unter 550m	6

MÄDCHEN

Bahnen	Strecke	Note
ab 54	ab 900m	1
ab 48	ab 800m	2
ab 42	ab 700m	3
ab 36	ab 600m	4
ab 30	ab 500m	5
unter 30	unter 500m	6

BLINDE

Bahnen	Strecke	Note
ab 42	ab 700m	1
ab 36	ab 600m	2
ab 30	ab 500m	3
ab 24	ab 400m	4
ab 18	ab 300m	5
unter 18	unter 300	6