



Integratives Handeln: Sport und Handicap

Eltern eines geistig behinderten Mädchens fragen deinen Verein an, ob ihre 10-jährige Tochter in deiner Gruppe trainieren darf. Das Mädchen bewegt sich sehr gern und besucht mit den anderen Kindern aus dem Quartier, die auch im Verein mittun, die nahe gelegene Regelschule. Nach anfänglichen Bedenken bist du als Leiterin oder Leiter damit einverstanden, das Mädchen in deinen Trainingsbetrieb zu integrieren.

Es stellen sich dir allerdings einige Fragen:

- Muss ich die Gestaltung des Trainings anpassen – und wenn ja, wie?
- Braucht das Mädchen spezielle Unterstützung im Training – und wenn ja, welche?
- Bleibt mir noch genügend Zeit für die anderen Kinder?
- Wie informiere ich die anderen Kinder? Wie bereite ich sie auf die neue Situation vor?
- Wo kann ich Unterstützung holen?



Hintergrundinformationen

In der Schweiz hat der Behindertensport eine lange Tradition. Zahlreiche Verbände, Vereine und Sportgruppen bieten für Menschen mit einer Behinderung vielfältige Sportaktivitäten an. Wo Menschen mit und ohne Behinderung in der Regel getrennt oder nebeneinander Sport getrieben haben, sollen vermehrt auch Möglichkeiten des gemeinsamen Sporttreibens geschaffen werden.

Kinder und Jugendliche wachsen heute zunehmend in integrativen Lebenswelten auf. Regel- und Sonderschulen tauschen sich vielerorts aus, und Kinder mit Behinderung werden öfters in die Regelschule integriert. Dies stellt nicht nur den Sportunterricht in der Schule vor neue Herausforderungen. Auch der freiwillige Schulsport sowie Vereine sind aufgefordert, ihre Angebote für Kinder und Jugendliche mit Behinderung zu öffnen.

Welche Chancen ergeben sich?

Durch die Erfahrung gemeinsamer sportlicher Aktivitäten kommen Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung miteinander in Kontakt. Dies fördert das Erkennen von Gemeinsamkeiten, das Verständnis für unterschiedliche Fähigkeiten und Beeinträchtigungen und die gegenseitige Akzeptanz. Kinder und Jugendliche lernen kreativ mit unterschiedlichen Fähigkeiten umzugehen und können damit einen respektvollen und natürlichen Umgang miteinander entwickeln. Somit können Berührungspunkte frühzeitig abgebaut werden.

Welche Herausforderungen stellen sich?

Auf dem Weg zu gemeinsamen Angeboten gibt es verschiedene Herausforderungen zu meistern. Mangelnde Erfahrungen und Kenntnisse im Umgang mit Menschen mit Behinderung können zu Unsicherheiten und Berührungspunkten führen. Auch das Fehlen von barrierefreien Sportstätten, angepassten Geräten und speziellem Material kann hinderlich sein. Den Familien mit Kindern mit Beeinträchtigungen fehlt es an Informationen über vorhandene Möglichkeiten, ihr Kind in eine Sportgruppe mit anderen Kindern ohne Behinderung zu integrieren. Umso wichtiger ist es, dass Beteiligte Kenntnisse aufbauen und Erfahrungen sammeln. Durch die Unterstützung der Beteiligten, Weiterbildungsangebote, aber auch die Offenheit aller für neue Wege können diese Herausforderungen gemeistert werden.

Welche Anpassungen oder spezielle Unterstützung braucht es?

Behinderung hat viele Gesichter. Jedes Kind ist anders und hat andere Fähigkeiten und Bedürfnisse. Wichtig ist, vor dem ersten Training im Gespräch mit dem Kind und dessen Eltern zu klären, welche Bedürfnisse vorhanden sind und wo es speziell Unterstützung braucht. Je nach Sportart, Situation, Trainingsziel oder Motiv der Kinder und Jugendlichen für das Sporttreiben gibt es verschiedene Möglichkeiten, das Training anzupassen.

Was kannst du als J+S-Leiterperson, -Trainerin, -Coach, -Experte tun?

Vorbereitung

- **Erweitere dein Wissen**, z. B. indem du das Lehrmittel «Sport und Handicap – Wege zum gemeinsamen Sport» konsultierst oder das sportartenübergreifende Modul zum Thema besuchst (vgl. weitere Informationen). Darüber hinaus bieten die Behindertensportverbände Aus- und Weiterbildungskurse im Behindertensport an.
- **Informiere dich über Rahmenbedingungen für integrative J+S-Angebote**. J+S leistet finanzielle Unterstützung für den Einsatz einer weiteren Leiterperson (mit Zusatz «Sport und Handicap»). Vgl. weitere Informationen.
- **Vernetze dich vereinsintern**, indem du dir die Unterstützung der Vereinsleitung/des Vorstands holst.
- **Suche das Gespräch zum Kind mit Behinderung und seinen Eltern**, hole dir bei ihnen die notwendigen Informationen. Sprich mit ihnen ab, wie die anderen Kinder und Jugendlichen im Angebot informiert werden sollen.
- Kläre ab, ob – falls nötig – die Sportanlagen, Garderoben und Toiletten barrierefrei sind und ob es **spezielles Material** oder **angepasste Ausrüstung** braucht.
- **Vernetze dich mit relevanten Institutionen und Fachpersonen deiner Region**. Die Behindertensportverbände beraten dich und bieten Unterstützung an, zum Teil auch durch Ausleihen von Material.

Durchführung

- **Verhalte dich so authentisch wie möglich**.
- **Frage bei Unsicherheiten beim Kind oder seinen Eltern nach**. Denn: Menschen mit Behinderung und deren Angehörige sind diesbezüglich Fachleute und geben gerne Auskunft.
- **Differenziere das Angebot**: nach individuellen Leistungsmöglichkeiten abstufen.
- **Variiere die Methode** (z. B. Anleitung verändern) oder **die Aufgabenstellung** (z. B. Belastung verändern).
- **Variiere die Sozialform**: Kinder mit und ohne Behinderung können in Trainingseinheiten nebeneinander (z. B. an Posten) oder in gemischten Gruppen miteinander trainieren (z. B. mit Hilfestellung, angepassten Regeln oder Aufgaben).
- **Biete Lernhilfen** an (z. B. bei Kindern mit Sehbehinderung Bewegungsrhythmus und Krafteinsatz durch laute und leise Geräusche hörbar machen) oder **spezielle Hilfestellungen** (z. B. Veränderung der Grösse der Standfläche bei Gleichgewichtsübungen).

Bundesamt für Sport BASPO

Jugend+Sport

- **Passe deine Vermittlungsformen an** (z. B. einzelne Positionen stellen und abtasten lassen).
- **Mache eine persönliche Auswertung deines Trainings**. Mögliche Frage könnten sein: Wie ist es gelaufen? War das Training für alle herausfordernd und auf alle abgestimmt? Waren die Inhalte geeignet? Wie hast du dich als Leiterperson gefühlt? Was hat gut funktioniert, was nicht? Welche Anpassungen sind für das nächste Mal nötig?

Wo findest du weitere Informationen und Unterstützung?

- <https://jugendleiter.projuventute.ch>: Pro Juventute Jugendleiter-Beratung, 058 618 80 80

Grundlagen und Weiterbildungen J+S

- Sportartenübergreifendes Modul zum Thema: www.jugendundsport.ch > Sportart > Sportartenübergreifende Module > Integratives Handeln. Anhand von Praxisbeispielen, Lernhilfen und Informationen rund um das Thema wird aufgezeigt, was man in einem Training mit einer heterogenen Gruppe beachten muss.
- Lehrmittel «Sport und Handicap – Wege zum gemeinsamen Sport». Grundlage des Moduls. www.basposhop.ch > Jugend+Sport

Weitere Grundlagen

- Mobilesport, Monatsthema Sport und Handicap, Oktober 2014.
- Häusermann, S., Blauenstein, C., Zibung, I. (2014). Sport erst recht – Grundlagen in der Begleitung von Menschen mit Behinderung im Sport. Herzogenbuchsee: Ingold Verlag/PluSport.
- Häusermann, S. (2008). Mit Unterschieden spielen. Themenfächer. Herzogenbuchsee: Ingold Verlag/PluSport.
- Hurni, T. (2010). Lehrmittel Rollstuhlsport Schweiz. Nottwil: Schweizer Paraplegiker-Vereinigung.

Behindertensportverbände

- PluSport Behindertensport Schweiz – www.plusport.ch
- Procap Sport – www.procap-sport.ch
- Schweizer Paraplegiker-Vereinigung – www.rollstuhlsport.ch
- Schweizerischer Gehörlosen Sportverband – www.sgsv-fsss.ch
- Special Olympics Switzerland – www.specialolympics.ch

Kontakt Jugend+Sport

Fachperson Integration

Bundesamt für Sport, BASPO

Jugend- und Erwachsenensport JES

2532 Magglingen

- www.jugendundsport.ch > Ethik > Integration > Sport und Handicap
- integration@baspo.admin.ch