



# Handbuch

---

"Nutzung von NFE und Sportmethoden zur  
Einbeziehung der Jugendlichen mit  
Behinderungen"

## PROJEKT:

**“Die Realitäten, die begrenzt sind, kreativ überwinden: Sportmethodik in der Jugendarbeit für Inklusion“, gefördert vom JUGEND für Europa, der Bundesagentur für das Erasmus+ Jugendprogramm.**

### HERAUSGEBER:

Enrico Taddia  
Armin Cerkez

### AUTOREN:

Enrico Taddia  
Armin Cerkez  
Maja Katinić Vidović  
Danijela Matorčević  
Miloš Matorčević  
Željko Pasuj  
Čedo Velašević

### Projektpartner sind:

Youth Power Germany e.V., Deutschland

Aktive Jugend im glücklichen Europa (AMUSE), Serbien

Basketballverein „Virtus Basket“, Serbien

Verein zur Verbesserung der modernen Lebenskompetenzen „Realisierung“, Kroatien

Wizard, obrt za savjetovanje, Kroatien

Fondazione Don Giovanni Zanandrea Onlus, Italien

### GRAFIKDESIGN:

Daniel Medeiros

### VERÖFFENTLICHUNG:

Youth Power e.V., Germany

### ÜBERSETZUNG:

Jasmina Venhari

**Berlin, Deutschland  
2020**

## EINLEITUNG

Dieses Handbuch „Nutzung von NFA und Sportmethoden zur Einbeziehung der Jugendlichen mit Behinderungen“ dient der Ausbildung der Jugendarbeiter und Sporttrainer mit dem Ziel, Jugendliche mit Behinderungen in ihre alltäglichen Aktivitäten einzubeziehen, wobei Sport als Methode und Werkzeug genutzt wird. Es dient ebenso als Grundlage für ein qualitatives Wissensmanagement und den künftigen Kapazitätsaufbau der Organisationen, die mit Jugendlichen zusammenarbeiten, einschließlich Nichtregierungsorganisationen, Regierungsinstitutionen und Sportvereinen. Der Leitfaden bietet einen detaillierten Überblick über alle für die Einbeziehung in den Sport relevanten Themen – nicht formale Bildung, Sportmethodik, Behinderung und Empfehlungen für die Methodik.

Der Anfang der Broschüre beinhaltet die Erläuterung der wesentlichen Terminologie, die im gesamten Text genutzt wird. Der Fokus wechselt dann aus allgemeiner Sicht zur Sportmethodik. Dieses Kapitel bietet eine Einleitung in das Sporttraining und die Trainingsplanung.

Das Kapitel Inklusiver Raum bietet praktische Ratschläge, wie eine gleichberechtigte Teilnahme durch Anpassung des Raums, der Ausstattung und der Einstellung zur Inklusion ermöglicht werden kann. Eine angepasste körperliche Aktivität hat sich bei der Arbeit mit behinderten Teilnehmern als äußerst erfolgreich erwiesen. Dieses Kapitel bietet also einen detaillierten Überblick über Modelle, Typen und Übungen für diese Methodik.

Da wir uns der Vorteile der körperlichen Bewegung bewusst sind, tragen Jugendarbeit und Sport dazu bei, ein breites Spektrum an Kompetenzen zu entwickeln – soziale, sprachliche, kulturelle usw. Wir analysieren die Ziele der Jugendarbeit weiter und erklären, wie sich die Jugendarbeit im Sport mit unterschiedlichen Fähigkeiten verbessern kann.

Diese Broschüre beinhaltet eine Reihe praktischer Ratschläge, wie Sie mit Jugendlichen mit unterschiedlichen Fähigkeiten arbeiten, wie Sie sich als Jugend-/ Sportarbeiter, Ihre Teilnehmer und Ihre Umgebung darauf vorbereiten können, Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen einzubeziehen. Es bietet eine Vorlage für einen individuellen Bildungsplan und hilft bei der Erstellung des ersten Trainingsplans für sportliche Aktivitäten



## ÜBER DAS PROJEKT

Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und ihren Fakten zu gesundheitsfördernder körperlicher Aktivität (2015) kann eine körperliche Aktivität in einer Reihe von Umgebungen stattfinden. Alarmierende Zahlen aus den Mitgliedstaaten der Europäischen Union (EU) zeigen, dass sechs von zehn Personen über 15 Jahren niemals oder selten Sport treiben und mehr als die Hälfte niemals oder selten andere Arten der körperlichen Aktivität ausüben, wie zum Beispiel Radfahren oder Wandern, Hausarbeit oder Gartenarbeit. Untersuchungen zeigen ebenfalls, dass Erwachsene und ältere Menschen mit einem niedrigen sozioökonomischen Hintergrund, ethnische Minderheiten sowie Menschen mit Behinderungen weniger körperlich aktiv sind und im Hinblick auf die Förderung körperlicher Aktivitäten schwerer zu erreichen sind als andere.<sup>1</sup>

Sport ist wichtig für alle, auch für Menschen mit Behinderungen. Es ist ebenfalls wichtig, da es gut für die Gesundheit ist und die Möglichkeit bietet, Menschen kennenzulernen und neue Freunde zu finden. Außerdem kann es zu einer sehr ernststen Leidenschaft führen, die für die weitere persönliche Entwicklung nützlich ist. Sport zu treiben ist ein Recht von Menschen mit Behinderungen, wie es auch in der UN-Konventionen geschrieben ist. Aktive Lebensstile, körperliche Aktivitäten und Sport sind wesentliche Elemente für die kognitive Entwicklung und die soziale Eingliederung der Menschen mit Behinderungen. Körperliche Aktivität fördert das Wohlbefinden, die körperliche und geistige Gesundheit, beugt Krankheiten vor, verbessert die sozialen Beziehungen und die Lebensqualität, bringt wirtschaftliche Vorteile und trägt zur ökologischen Nachhaltigkeit bei.

Heutzutage ist es immer noch Wirklichkeit, dass Menschen mit Behinderungen im Sportbereich des Lebens weniger Gelegenheiten und wohl weniger Erfahrungen haben als ihre Altersgenossen. „Typische Hindernisse für Menschen mit Behinderungen bei der Teilnahme am Sport sind das mangelnde Bewusstsein der Menschen ohne Behinderung, wie sie angemessen in Teams eingebunden

<sup>1</sup> Weltgesundheitsorganisation (2015): „Fakten zu gesundheitsfördernder körperlicher Aktivität in den 28 Mitgliedstaaten der Europäischen Union der Europäischen Region der WHO“; <https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/factsheets/eu-wide-overview-methods.pdf>, Aufruf im April 2020

werden können. Mangel an Gelegenheiten und Programmen für Training und Wettbewerb; zu wenige zugängliche Einrichtungen wegen physischer Barrieren; und begrenzte Informationen und Zugang zu Ressourcen.“<sup>2</sup>

Durch Arbeit und Sport im Jugendsport interagieren Menschen ohne Behinderung in einem positiven Kontext mit Menschen mit Behinderungen und zwingen sie, die Annahmen darüber, was Menschen mit Behinderungen tun können und was nicht, neu zu machen.

Pädagogen für nicht formale Bildung (NFE) und Jugendarbeiter/ Führungskräfte, die mit dieser Zielgruppe arbeiten, haben häufig wenig oder gar keine Erfahrung darin, Sport als ein Bildungsinstrument einzusetzen. Viele wissen nicht, wie sie das Potenzial des Sports als eine Methode in ihrer regulären Jugendarbeit maximieren können, obwohl sportliche Aktivitäten als eine der wertvollsten NFE-Erfahrungen für Kinder und Jugendliche angesehen werden können. Andererseits sind die Sporttrainer oft noch weniger bereit, mit Jugendlichen mit besonderen Bedürfnissen zu arbeiten, und sie verfügen oft nicht über Fähigkeiten, Zeit oder Ressourcen, um die Inklusion von Menschen mit Behinderungen zu fördern.

Unser Projekt versucht, die oben genannten Bedürfnisse und EU-Richtlinien/ -Politiken in die Tat umzusetzen, indem neue Lehrpläne und Methoden entwickelt werden, mit denen sowohl Jugend- (Arbeits-) Organisationen als auch Sportorganisationen gestärkt werden können, um ihren Kapazitätsaufbau und ihre Humanressourcen für Qualität zu verbessern, Vorstellung und Förderung der Veranstaltungen für körperliche Aktivität (Jugendsportarbeit und Sportveranstaltungen), die dazu beitragen, dass mehr Jugendliche, besonders Kinder und Jugendliche mit Behinderungen, stärker an Qualitätssportarten teilnehmen.

### **Die Ziele des Projekts sind also:**

- Positive und dauerhafte Auswirkungen auf teilnehmende und indirekte nicht teilnehmende (Jugend und Sport) Organisationen und Jugend-/ Sportarbeiter, indem das Wissensmanagement durch neue innovative Jugendarbeits- und Sportressourcen sowie Trainingsmodelle/ Lehrpläne verbessert wird, um hochwertige Jugendliche bereitzustellen, Sportprogramme zur Einbeziehung von Jugendlichen mit unterschiedlichen Fähigkeiten in unsere Gemeinden.
- Unterstützung der Jugendarbeiter und Sporttrainer beim Erwerb und der Entwicklung der Schlüsselkompetenzen als Jugendtrainer (anderer Jugend-/ Sportarbeiter) im Bereich der Anwendung von Sportmethoden in der Jugendarbeit und im Sport zur Einbeziehung von Jugendlichen mit verschiedenen Fähigkeiten.

---

<sup>2</sup> Kiuppis, F.: „Sport und Behinderung: Vom Integrationskontinuum zum Inklusionsspektrum“; Routledge; 2018

- Teilnahme an intensiven Verbreitungs- und Verwertungsaktivitäten bestehender und neu produzierter Produkte und Anziehen der Jugendlichen mit verschiedenen Fähigkeiten für unsere Jugend-/ Sportarbeitsaktivitäten, um so die Inklusion unter Jugendlichen zu erhöhen.

#### **Projektaktivitäten sind:**

- A1 – Projektmanagementaktivitäten
- M1 – Auftakt zum transnationalen Projekttreffen der Partner
- O1 – Leitfaden „Nutzung von NFE und Sportmethoden zur Einbeziehung der Jugendlichen mit Behinderungen“
- M2 – Das zweite transnationale Projekttreffen
- O2 – Lehrplan „Schulung der Jugendarbeiter und professionellen Sporttrainer in der Anwendung von Sportmethoden zur Einbeziehung und Interaktion der Jugendlichen mit verschiedenen Fähigkeiten“
- C1 – LTTA Ausbildung der Trainer, Pilotierung des O2-Lehrplans
- M3 – Das dritte transnationale Projekttreffen
- O3 – Werkzeug „Sportmethoden/ -spiele – angepasst für den Einsatz in der Jugend-/ Sportarbeit zur Einbeziehung und Interaktion der Jugendlichen verschiedener Fähigkeiten“
- M4 – Das vierte transnationale Projekttreffen
- E1, E2, E3 – Nationale Konferenzen in Italien, Kroatien und Serbien
- E4 – Internationale Konferenz, Deutschland
- M5 – Bewertung des transnationalen Projekttreffens

#### **Projektpartner sind:**

1. Youth Power Germany e.V.
2. Aktive Jugend im glücklichen Europa (AMUSE), Serbien
3. Basketballverein „Virtus Basket“, Serbien
4. Verein zur Verbesserung der modernen Lebenskompetenzen „Realisierung“, Kroatien
5. Wizard, obrt za savjetovanje, Kroatien
6. Fondazione Don Giovanni Zanandrea Onlus, Italien

## INHALT

|   |    |
|---|----|
| EINLEITUNG .....  | 3  |
| 1. Grundbegriffe – Einleitung in die Jugendarbeit, nicht formale Bildung und Behinderung.....         | 9  |
| 1.1 Jugendarbeit im Allgemeinen .....   | 10 |
| 1.2 Nicht formale Bildung.....  | 12 |
| 1.3 Behinderung – Terminologie, Modelle und Klassifikation .....                                      | 14 |
| 2 Sport als Methode und Werkzeug .....  | 21 |
| 2.1 Überblick über die Sportmethodik.....   | 21 |
| 2.2 Verbindung des Sports und der nicht formalen Bildung.....   | 25 |
| 2.3 Nicht formale Bildung und Sport – welche Methoden sind anzuwenden? .                              | 29 |
| 3 Einrichtung des inklusiven Raum .....   | 32 |
| 3.1 Inklusive körperliche Aktivität aus Sicht der Jugendarbeit.....                                   | 32 |
| 3.2 Inklusiver Raum.....  | 34 |
| 4 Angepasste körperliche Aktivität – Sport und Behinderung.....                                       | 42 |
| 4.1 Historischer Überblick.....   | 42 |
| 4.2 Angepasste körperliche Aktivität.....   | 47 |
| 4.3 Adaptive Modelle und Typen für körperliche Aktivität .....  | 57 |
| 4.4 Integrierter Sport.....   | 61 |
| 5 Ziele und Vorgaben bei der Anwendung der Sportmethoden bei Jugendlichen mit Behinderung.....        | 63 |
| 5.1 Aufbau von Selbstbewusstsein und Partizipation .....  | 64 |
| 5.2 Psychosoziale, physische und psychische Vorteile .....  | 68 |
| 5.3 Auswirkungen auf die psychische Gesundheit .....  | 70 |
| 6 Entwicklung der Kompetenzen für Mainstream und Jugendliche mit Behinderung durch Sport und NFE..... | 73 |
| 6.1 Kompetenzen im integrierten Sport .....   | 75 |

|     |  |     |
|-----|--|-----|
| 6.2 | Fähigkeit zur Erkennung der Kompetenz.....   | 79  |
| 7   | Individualisierter Bildungsplan (IEP).....   | 83  |
| 8   | Praktische Ratschläge für alltägliche Aktivitäten mit gemischten Fähigkeiten der Jugendlichen..... | 86  |
| 8.1 | Die erste Bewertung .....  | 87  |
| 8.2 | Didaktische Lerneinheiten .....  | 90  |
| 8.3 | Bewertung und Neuprogrammierung.....   | 91  |
| 8.4 | Die parallele Programmierung mehrerer Fähigkeiten .....  | 93  |
| 8.5 | Feldstrategien: der Trainingsplan .....  | 97  |
|     | .....  | 103 |
|     | Bibliografie .....   | 103 |
|     | Sitographie.....   | 108 |

# 1. GRUNDBEGRIFFE – EINLEITUNG IN DIE JUGENDARBEIT, NICHT FORMALE BILDUNG UND BEHINDERUNG

**Pädagogen werden oft in der Sportwelt** als Sporttrainer ausgebildet. Als solche haben sie Erfahrung im Spielen und Organisieren der Sportaktivitäten. Traditionelle Sportorganisationen und -vereine bestehen aber „größtenteils aus Jugendlichen mit einem Talent für Sport, deren Familien ihre Teilnahme aktiv unterstützen und die finanziellen Mittel haben, um dafür zu bezahlen.“<sup>3</sup> Eine Konsequenz ist, dass die Sporttrainer und die Sportorganisationen eigentlich wenig oder gar keine Erfahrung im Umgang mit jungen Menschen mit weniger Gelegenheit haben (mit Mobilitätsproblemen, jeglicher Form der Behinderung, armer Familie, keiner Motivation für Sport usw.). Obwohl sie Experten für körperliche Entwicklung sind, fehlt ihnen oft das theoretische Wissen oder die allgemeinen Kompetenzen für die Arbeit mit dieser Zielgruppe der Jugendlichen.

Auf der anderen Seite arbeiten die meisten „**Jugendarbeiter**“ ständig mit jungen Menschen mit weniger Gelegenheiten zusammen. Sie sind hauptsächlich darin geschult, die sozialen Bedürfnisse des Einzelnen zu erkennen und Methoden vorzuschlagen, die direkt auf diese Bedürfnisse eingehen.“<sup>4</sup> Jugendarbeiter sind aber in der Regel weder Experten noch Praktiker der Sportmethodik. Sie haben Erfahrung mit „traditionellen Aktivitäten wie Fußball, Basketball oder Ausflügen zum Schwimmbad, um ihr Programm zu ergänzen. Sie sind im Allgemeinen nicht darin geschult, die Lernprozesse zu steuern, die sich aus sportlichen Aktivitäten ergeben.“<sup>5</sup> Es kommt auch vor, dass Jugendarbeiter keine Sportbegeisterten sind und nicht mit verschiedenen Sportmöglichkeiten für junge Menschen vertraut sind, unabhängig von ihrem Hintergrund oder ihren Fähigkeiten. Sie haben meistens keine Ausrüstung, Einrichtung oder Unterstützung der örtlichen Gemeinde, um sportliche Aktivitäten zu initiieren.

Sowohl Gruppen als auch Sektoren versuchen, ihren Arbeitsbereich zu erweitern, zu innovieren und mehr einzubeziehen. Diese Broschüre bietet Einblicke aus beiden Perspektiven.

---

<sup>3</sup> Schroeder K., Geudens T. – „Fit fürs Leben“; SALTO Inclusion Resource Center, 2011. Verfügbar unter <https://www.salto-youth.net/downloads/4-17-628/FitForLife.pdf>, Aufruf im April 2020; Seite 9

<sup>4</sup> Ebd.

<sup>5</sup> Ebd.

## 1.1 JUGENDARBEIT IM ALLGEMEINEN

---

Die Jugendarbeit als Praxis und Arbeitsbereich hat sich Ende des 20. Jahrhunderts herausgebildet, um einen wachsenden Bedarf an sich entwickelnden modernen Kompetenzen junger Menschen gerecht zu werden. Die allgemeine Sozialarbeit war schon auf junge Menschen mit geringeren Gelegenheiten ausgerichtet, einschließlich Menschen mit Behinderungen. Von den Mainstream-Jugendlichen wurde aber erwartet, dass sie Kompetenzen im formalen Bildungssystem durch Familie oder Freunde oder sogar später in ihrem Leben durch das Arbeitsleben entwickeln.

Dem Europäischen Rat zufolge wurde „Jugendarbeit von, mit und für junge Menschen, in Gruppen oder einzeln als weit gefasster Begriff anerkannt, der eine Vielzahl von Aktivitäten sozialer, kultureller, pädagogischer, ökologischer und/ oder politischer Natur abdeckt. Die Jugendarbeit wird von bezahlten und freiwilligen Jugendarbeitern geleistet und basiert auf nicht formalen und informellen Lernprozessen, die sich auf junge Menschen und auf freiwillige Teilnahme konzentrieren. Jugendarbeit ist im Wesentlichen eine soziale Praxis, die mit jungen Menschen und den Gesellschaften, in denen sie leben, zusammenarbeitet und die aktive Teilnahme und Einbeziehung junger Menschen in ihre Gemeinschaften und in die Entscheidungsfindung erleichtert.“<sup>6</sup>

Die Jugendarbeit hat drei grundlegende Merkmale<sup>7</sup>:

- Jugendliche entscheiden sich für eine Teilnahme;
- Die Arbeit findet dort statt, wo die Jugendlichen sind;
- Es wird anerkannt, dass der Jugendliche und der Jugendarbeiter Partner in einem Lernprozess sind.

Von Anfang an wurde allgemein anerkannt, dass Jugendarbeit in der Regel in gewinnorientierten Organisationen wie Jugendzentren, Jugendclubs oder Institutionen stattfindet, die direkt mit Jugendlichen zusammenarbeiten. Die Europäische Union erkannte aber die Notwendigkeit der Einbeziehung junger Menschen mit weniger Gelegenheiten an. Basierend auf Salto Inclusion and Diversity beinhalten<sup>8</sup>:

- Soziale Hindernisse: Junge Menschen, die Diskriminierung ausgesetzt sind (wegen des Geschlechts, der ethnischen Zugehörigkeit, Religion, sexuellen Orientierung, Behinderung usw.), junge Menschen mit eingeschränkten sozialen Fähigkeiten oder unsozialem oder riskantem sexuellem Verhalten, junge Menschen in einer schwierigen Situation, Straftäter, (ehemalige)

---

<sup>6</sup> Europäischer Rat, <https://www.coe.int/en/web/youth/youth-work>, Aufruf im April 2020

<sup>7</sup> „Mit jungen Menschen arbeiten: der Welt der Jugendarbeit in der Europäischen Union“; Europäische Kommission, 2014; [http://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/study/youth-work-report\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/study/youth-work-report_en.pdf); Aufruf im April 2020, Seite 4

<sup>8</sup> Kloosterman P., Brown C. – „No offense“; Salto Youth Inclusion Resource centre, 2010. Verfügbar bei <https://www.salto-youth.net/rc/inclusion/archive/archive-resources/inclusiongroups/inclusionoffenders/InclusionOffendersWho/>, Aufruf im April 2020

Drogensüchtige, junge und/ oder alleinerziehende Eltern, Waisen, junge Menschen aus zerbrochenen Familien, usw.

- Wirtschaftliche Hindernisse: junge Menschen mit einem niedrigen Lebensstandard, niedrigem Einkommen, Abhängigkeit vom Sozialsystem, langfristig arbeitslosen Jugendlichen, obdachlosen jungen Menschen, jungen Menschen mit Schulden oder finanziellen Problemen, usw.
- Behinderung: junge Menschen mit geistigen (intellektuellen, kognitiven, lernenden), körperlichen, sensorischen oder anderen Behinderungen
- Bildungsschwierigkeiten: junge Menschen mit Lernschwierigkeiten, Schulabbrecher, nicht qualifizierte Personen, junge Menschen, die sich im Schulsystem nicht zurechtgefunden haben, junge Menschen mit schlechten schulischen Leistungen wegen einer anderen Kultur/ sprachlicher Hintergrund, usw.
- Kulturelle Unterschiede: junge Einwanderer oder Flüchtlinge oder Nachkommen aus Einwanderer- oder Flüchtlingsfamilien, junge Menschen, die einer nationalen oder ethnischen Minderheit zugehören, junge Menschen mit sprachlichen Anpassungs- und kulturellen Inklusionsproblemen, usw.
- Gesundheitsprobleme: Jugendliche mit chronischen Gesundheitsproblemen, schweren Krankheiten oder psychiatrischen Erkrankungen, Jugendliche mit psychischen Gesundheitsproblemen, usw.
- Geografische Hindernisse: junge Menschen aus abgelegenen, ländlichen oder gebirgigen Gebieten, junge Menschen, die auf kleinen Inseln oder Randregionen leben, junge Menschen aus städtischen Problemzonen, junge Menschen aus Gebieten mit geringerem Service (begrenzte öffentliche Verkehrsmittel, schlechte Einrichtungen, verlassen Dörfer...), usw.

Dieser Leitfaden basiert sich auf junge Menschen mit Behinderungen sowie deren Integration und Inklusion. In den letzten 20 Jahren haben die Europäische Union und die relevanten Interessengruppen die Entwicklung und Integration der Jugendarbeit auch in einem breiteren Spektrum der Bereiche gefördert – meistens in Sportvereinen, im IT-Sektor und in den Schulen.

## 1.2 NICHT FORMALE BILDUNG

Die nicht formale Bildung (NFE) hat sich parallel zur Jugendarbeit entwickelt und wurde zu ihrem wichtigen Bestandteil. Es stärkt die oben genannten grundlegenden Merkmale der Jugendarbeit und nutzt sie als Grundlage für das Lernen. Wir unterscheiden meistens drei Grundtypen der Ausbildung – die formale, die nicht formale und die informelle (Bild 1)<sup>9</sup>.

| <b>Formal</b>                          | <b>Non-formal</b>  | <b>Informal</b>                |
|--|--|--------------------------------|
| Usually at school                      | At institution out of school                                   | Everywhere                     |
| May be representative                  | Usually supportive   | Supportive                     |
| Structured                             | Structured   | Unstructured                   |
| Usually prearranged                    | Usually prearranged  | Spontaneous                    |
| Motivation is typically more extrinsic | Motivation may be extrinsic but it is typically more intrinsic | Motivation is mainly intrinsic |
| Compulsory                             | Usually voluntary  | Voluntary                      |
| Teacher-led                            | May be guide or teacher-led                                    | Usually learner-led            |
| Learning is evaluated                  | Learning is usually not evaluated                              | Learning is not evaluated      |
| Sequential                             | Typically, non-sequential                                      | Non-sequential                 |

Bild 1<sup>10</sup>

Methodische Merkmale der nicht formalen Bildung sind<sup>11</sup>:

<sup>9</sup> Eshach H. (2007) – „Brücke zwischen schulischem und außerschulischem Lernen: formale, nicht formale und informelle Bildung“; von Journal of Science Education and Technology, 16 (2), 171-190; S. 174

<sup>10</sup> Ebd.

<sup>11</sup> Grundlagen der Jugendarbeit, , <https://www.coe.int/en/web/youth-portfolio/youth-work-essentials>

- Ausgewogenes Zusammenleben und Interaktion zwischen kognitiven, affektiven und praktischen Dimensionen des Lernens;
- Verbindung der individuellen und sozialen Lernen, partnerschaftlichen Solidarität und symmetrischen Lern-/ Lehrbeziehungen;
- Es ist partizipativ und lernorientiert;
- Es ist auf das Lernen basiert, indem interkulturelle Erfahrungen und Begegnungen als Lernmittel genutzt werden.

Unter Berücksichtigung der Merkmale und methodischen Merkmale der nicht formalen Bildung können wir also auf diese Grundwerte der nicht formalen Bildung aufmerksam machen:

Werte mit der persönlichen Entwicklung:

- Autonomie;
- Kritische Haltung;
- Offenheit und Neugier;
- Kreativität.

Werte mit der sozialen Entwicklung:

- Kommunikationskapazität;
- Partizipation und demokratische Staatsbürgerschaft;
- Verantwortung;
- Teamarbeit;
- Konfliktlösung.

Ethische Werte:

- Solidarität;
- Toleranz und Respekt.

Interessanterweise konzentriert sich der Sport auf denselben Werten wie die nicht formale Bildung. Viele Jahre lang wurde angenommen, dass die Sportausbildung für junge Menschen auf die körperliche Entwicklung von Talenten oder Freizeitspielern ausgerichtet ist. Jetzt sagen wir, dass Sport jungen Menschen die gleichen Werte gibt wie nicht formale Bildung, sogar Jugendarbeit im Allgemeinen. Die Frage bleibt aber: Warum nutzen Sporttrainer nicht die nicht formalen Bildungsmethoden und warum wenden die Jugendarbeiter nicht mehr Sportmethoden an?

### 1.3 BEHINDERUNG – TERMINOLOGIE, MODELLE UND KLASSIFIKATION

Das Verständnis der eingeschränkten und körperlichen oder geistigen Funktionalität ist wichtig für die Arbeit der Experten auf dem Gebiet der körperlichen Aktivität und der jugendlichen Sportarbeit. Die Kenntnis der Veränderungen, die wegen einer Beeinträchtigung und Krankheit erscheinen, unabhängig davon, ob sie auf der Ebene der körperlichen Funktion, der anatomischen Strukturen/ Funktion und/ oder der geistigen Funktion auftreten, ist für die Erstellung und erfolgreiche Umsetzung der Jugend-Sportarbeitsprogramme/ -aktivitäten gleichermaßen wichtig. Körperliche Aktivität ist eine der wichtigsten Voraussetzungen für die menschliche Gesundheit. Bei Menschen mit Behinderungen ist die Teilnahme an einer körperlichen Aktivität weitaus wichtiger. Neben den positiven Auswirkungen auf die biologische Gesundheit ermöglicht die Teilnahme an körperlicher Aktivität, Sport und sportlicher Erholung die Wiedereingliederung der Menschen mit Behinderungen in die Gesellschaft und trägt zu ihrer geistigen und sozialen Gesundheit bei.

Laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) „leben ca. 15% der Weltbevölkerung – über eine Milliarde Menschen – mit irgendeiner Form der Behinderung, von denen 2-4% erhebliche Funktionsstörungen haben. Viele dieser Menschen brauchen unterstützende Technologien wie Sehbehinderte, Rollstühle oder Hörgeräte. Diese Zahl wird sich wahrscheinlich bis 2050 auf 2 Milliarden verdoppeln.“ (Globaler Aktionsplan der WHO für Behinderungen 2014-2021“, 2015<sup>12</sup>). Und das geht uns alle an. Menschen mit Behinderungen sind meistens Diskriminierung, Ausgrenzung und Marginalisierung ausgesetzt. Weil es uns alle betrifft, heißt es, dass wir auch diejenigen sind, die dies ändern und verbessern können. Die Jugend-Sport-Arbeitsaktivitäten bringen alle Menschen näher zusammen, verbessern die körperlichen und geistigen Aktivitäten aller, unabhängig von ihrer Behinderung/ Fähigkeit.

Bevor man auf Details eingeht, wie die jugendlichen Sportaktivitäten die Lebensqualität und die Inklusion der Menschen mit Behinderungen verbessern, ist es wichtig, **die benutzte Terminologie, Behinderungsmodelle, Klassifikationen und verschiedene Wahrnehmungen zu definieren.**

Wenn es um das Thema Behinderung geht, hängt das erste Hindernis für Experten mit der Wahl der am besten geeigneten Terminologie für die Definition einer Person

---

<sup>12</sup> Aktionsplan der WHO für globale Behinderungen 2014 – 2021 <https://www.who.int/publications-detail/who-global-disability-action-plan-2014-2021>, Aufruf im April 2020

mit einer Behinderung zusammen. In den letzten Jahren haben mehrere Experten den Ausdruck „Situation der Behinderung“ bevorzugt. Der Vorteil dieser Terminologie ist die Reflexion einer größeren Bedingung über das Individuum; Es geht um den Kontext, in dem eine Person lebt (materielle und relationale Aspekte), sowie um den historischen und kulturellen Kontext. D. Mautuit (1995)<sup>13</sup> sah die drei Aspekte in der „Situation der Behinderung“: der erste betrifft den Einzelnen und die Identifizierung seines Defizits; der zweite betrifft den Kontext und die Identifizierung möglicher Hindernisse. Der dritte betrifft die notwendigen Beziehungen, die Hilfe leisten und, für jeden Menschen wichtig sind, besonders für Menschen mit Behinderungen. Wir können diesem letzten Aspekt auch die Notwendigkeit hinzufügen, die Herausforderung anzunehmen, Behinderten mit einer Join-Power zu reduzieren. Heutzutage ist es schwierig, eine klare Vorstellung über den zu benutzten Namen zu haben. Die Gründe für das Fehlen klarer Ideen sind aber eher interessant, positiv und legitim. Jeder Name kann entweder die Entfernung vergrößern oder auch die gemeinsame Zugehörigkeit und die Nähe erhöhen. Claudio Imprudente, ein italienischer Experte mit einer schweren angeborenen Hirnverletzung, hat den Begriff „Diversifizierbarkeit“ auf eine provokative Weise vorgeschlagen; die gleiche Provokation, die provozieren könnte, eine arme Person zu definieren, anders reich. Obwohl wir uns bewusst sind, dass jeder Mensch über Fähigkeiten und Gelegenheiten verfügt, gibt es für manche Menschen das Risiko, ihre eigenen Fähigkeiten nicht zu entdecken.

Laut der Konvention für die Rechte der Menschen mit Behinderungen „Zu den Menschen mit Behinderungen zählen Menschen mit langfristigen körperlichen, geistigen oder sensorischen Beeinträchtigungen, die im Zusammenspiel mit verschiedenen Hindernissen ihre uneingeschränkte und wirksame Teilhabe an der Gesellschaft behindern können“ (Artikel 1 der Konvention<sup>14</sup>).

Im Allgemeinen verweist der Begriff Behinderung einen Zustand oder eine Eigenschaft, die mit einer bestimmten Person verknüpft ist und in einem gewissen Maße verkörpert ist. Behinderungen liegen vor, wenn Aktivitäten, die routinemäßig von Menschen ausgeführt werden (z.B. Gehen, Sprechen, Lesen), irgendwie eingeschränkt sind oder nicht auf gewohnte Weise ausgeführt werden können. Eine

---

<sup>13</sup> Mautuit D. - L'intégration sociale et professionnelle des personnes en situation de handicap: des concepts à l'évaluation des actions; Revue Européenne du Handicap Mental, 1995

<sup>14</sup> Konvention für die Rechte der Menschen mit Behinderungen <https://www.globalhealthrights.org/wp-content/uploads/2013/10/Convention-on-the-Rights-of-Persons-with-Disabilities-CRPD.pdf>

Person mit angeborener Blindheit hat eine Behinderung.<sup>15</sup> Eine Person, die einen Schlaganfall in der rechten Gehirnhälfte hatte und deshalb wenig Beweglichkeit im linken Bein hat, hat eine Behinderung. Behinderungen können auch in Kombination kommen (Mobilitäts- und Spracheinschränkungen).

Laut der von der Weltgesundheitsorganisation veröffentlichten Internationalen Klassifikation von Beeinträchtigungen, Behinderungen (ICIDH<sup>16</sup>) sind die folgenden Begriffe definiert als:

- Beeinträchtigung als „Verlust oder Abnormalität einer Struktur, psychologischen, physiologischen oder anatomischen Funktion“;
- Behinderung als „jede Einschränkung oder jeder Verlust (infolge einer Beeinträchtigung) der Fähigkeit, eine Aktivität in der für einen Menschen als normal erachteten Weise oder in einem normalen Ausmaß auszuführen“;
- Behinderungen wie der „Zustand der Benachteiligung wegen einer Beeinträchtigung oder einer Behinderung, die in einem bestimmten Fach die Erfüllung der normalen Rolle dieses Fachs in Bezug auf Alter, Geschlecht und soziokulturelle Faktoren einschränkt oder verhindert“.

In dieser Vision wurde die Unterscheidung zwischen Beeinträchtigung und Behinderung im Hinblick auf die Beziehung zwischen Ursachen und Auswirkungen interpretiert: die Beeinträchtigung und die Behinderung verursacht die Behinderung.

### Modelle der Behinderung

Im Laufe der Geschichte gab es unterschiedliche Theorien über die Behinderung, vom traditionellen über das medizinische bis zum Sozialmodell mit allen seinen Variationen. Heute kann man sagen, dass das vorherrschende Modell dasjenige ist, das sowohl die Behinderung als auch die sozialen Aspekte des Phänomens selbst vereint, das es das Problem der Behinderung außerhalb des Individuums in der Beziehung zwischen individueller Behinderung und Barrieren in der Gesellschaft und Umwelt aufwirft.

---

<sup>15</sup> Dunn D. - Die Sozialpsychologie der Behinderung; Oxford University Press, 2014; Verfügbar auf <https://books.google.hr/books?id=1oMjBQAAQBAJ>, Aufruf im April 2020

<sup>16</sup> Internationale Klassifikation von Beeinträchtigungen und Behinderungen <https://apps.who.int/iris/handle/10665/41003>

Das traditionelle Modell sieht Behinderung als Belastung für die Gemeinschaft durch eines ihrer Mitglieder und wird dadurch angegangen, dass das Mitglied, das das Problem trägt, abgelehnt oder isoliert wird. Nach dem medizinischen Modell ist Behinderung ein Gesundheitszustand und sollte wie jede Krankheit behandelt/geheilt werden. Das letzte Modell, das heute eigentlich dominiert, ist das soziale Modell, das Behinderung als ein soziales Problem ansieht, und das Problem liegt nicht in der Behinderung des Einzelnen, sondern in der Gesellschaft selbst. Dieses Modell entwickelt sich weiter, wenn die Bewegung der Menschen mit Behinderungen gestärkt wird, vom Motiv der Nächstenliebe über die Betrachtung der Behinderungen unter dem Gesichtspunkt der Menschenrechte bis hin zur Schaffung der Bedingungen für die Chancengleichheit von Menschen mit Behinderungen mit anderen.

Das medizinische Modell der Behinderung sieht Behinderung als ein Problem, das einer Person mit Behinderung gehört.<sup>17</sup> Es wird nicht als Problem angesehen, sich mit jemand anderem zu beschäftigen, sondern mit dem Einzelnen. Bei diesem Ansatz wird angenommen, dass die Person mit Behinderung ein Problem mit ihrem Körper hat, wodurch ihre tägliche Rolle infolge des Körperproblems eingeschränkt wird.

Das soziale Modell wurde von den Menschen mit Behinderungen selbst entwickelt und ist eine andere Sichtweise auf Behinderungen. Dieses Modell meint, dass Behinderung tatsächlich das Ergebnis einer Interaktion zwischen Menschen mit einer bestimmten physischen, intellektuellen oder sensorischen Störung und der Umwelt ist, die mit physischen, kommunikativen und sozialen Barrieren gefüllt ist. Nach diesem Modell muss die Umwelt verändert werden, damit Menschen mit Behinderungen auf einer gleichen Basis wie alle anderen uneingeschränkt an der Gesellschaft teilnehmen können. Das soziale Modell sieht Menschen mit Behinderungen als Subjekte mit eigenen Rechten, nicht als Objekte, und betont daher die Achtung ihrer Rechte ebenfalls wie andere Menschen in der Gesellschaft.

Das biopsychosoziale Modell der Behinderung führt zu neuen Methoden zur Klassifizierung der Behinderungen von Menschen, je nachdem, ob sie sich auf die Körperfunktionen und -struktur, auf die Aktivität oder Teilnahme der Person oder auf die Kontextfaktoren konzentrieren. Das biopsychosoziale Modell der Behinderung

---

<sup>17</sup> Das soziale und medizinische Modell der Behinderung, <https://www2.le.ac.uk/offices/accessability/staff/accessabilitytutors/information-for-accessability-tutors/the-social-and-medical-model-of-disability>

betont die Tatsache, dass Behinderung nicht nur durch Beeinträchtigungen oder aus pathophysiologischen Gründen verursacht wird, sondern auch durch einige psychosoziale und Lebensstilfaktoren (Gatchel, 2015)<sup>18</sup>.

### Klassifikation der Behinderung

Die internationale Klassifikation von Funktion, Behinderung und Gesundheit<sup>19</sup> – Der Vorteil von ICF ist, dass Gesundheitskomponenten als Grundlage für das Verständnis der Dynamik zwischen Gesundheitsproblemen, Funktion, Behinderung und Kontextfaktoren abgebildet werden. Funktion und Behinderung werden als Ergebnis komplexer Wechselwirkungen zwischen biologischen, psychologischen und sozialen Faktoren verstanden. Die ICF bietet eine gemeinsame Sprache zur Untersuchung der Dynamik dieser Faktoren und ihrer Auswirkungen und damit die Grundlage für das Verständnis der Fahrer für die Verbesserung der Lebensbedingungen der Menschen mit Behinderungen. Der allgemeine Zweck der ICF-Klassifizierung ist, eine ganze Standardsprache bereitzustellen, die als Referenzmodell für die Beschreibung des Gesundheitszustands und verwandter Zustände dient

Die ICF ist in zwei Hauptteile gegliedert. Der erste Teil beschäftigt sich mit *Funktion* und *Behinderung*, während der zweite Teil *kontextbezogene Faktoren* behandelt. Jeder Teil hat zwei Komponente:

- Funktion und Behinderung – eine Komponente der Körperfunktionen und Körperstrukturen sowie eine Komponente der Aktivität und Teilnahme;
- Kontextfaktoren – Umweltfaktoren und individuelle Faktoren.

Das Hauptaugenmerk der Klassifizierung liegt auf Funktion und Behinderung als Gesundheit und gesundheitsbezogene Komponenten des Wohlfühls. Kontextfaktoren stellen externe (Umwelt-) und interne (individuelle) Faktoren dar, die die Funktionierung in bestimmten Lebenssituationen beeinflussen.

---

<sup>18</sup> Petasis A. – „Diskrepanzen der medizinischen, sozialen und biopsychosozialen Modelle der Behinderungen; Ein umfassender theoretischer Rahmen“; The International Journal of Business Management and Technology, Band 3, Ausgabe 4, Juli-August 2019; Verfügbar auf <http://www.theijbmt.com/archive/0928/1686534688.pdf>, Aufruf im April 2020

<sup>19</sup> Internationale Klassifikation von Funktionen, Behinderungen und Gesundheit <https://www.who.int/classifications/icf/en/>

Definition (laut der Internationalen Klassifikation für Funktion, Behinderung und Gesundheit; WHO, 2001)<sup>20</sup>:

- Körperfunktionen sind die physiologischen Funktionen der Körpersysteme (mit psychologischen Funktionen).
- Körperstrukturen sind anatomische Körperteile wie Organe, Gliedmaßen und deren Bestandteile.
- Beeinträchtigungen sind Probleme der Körperfunktion und der Körperstruktur, wie zum Beispiel eine signifikante Abweichung oder ein Verlust.
- Aktivität ist die Ausführung einer Aufgabe oder Aktion durch eine Person.
- Partizipation ist die Beteiligung an einer Lebenssituation.
- Aktivitätsbeschränkungen sind Schwierigkeiten, die eine Person bei der Ausführung der Aktivitäten haben kann.
- Teilnahmebeschränkungen sind Probleme, die eine Person bei der Beteiligung an Lebenssituationen haben kann.
- Umweltfaktoren bilden das physische, soziale und einstellungsbezogene Umfeld, in dem Menschen leben und ihr Leben führen.

***Wenn wir der ICF folgen, haben wir die folgende Klassifizierung der Behinderung:***

| <b>KÖRPER</b>  |  |
|--|--|
| <p><u>Funktion:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mentale Funktionen</li> <li>• Sinnesfunktionen und Schmerzen</li> <li>• Sprachfunktionen</li> <li>• Funktionen der kardiovaskulären, hämatologischen, immunologischen und</li> <li>• Atmensysteme</li> <li>• Funktionen des Verdauungs-, Stoffwechsel- und endokrinen Systeme</li> <li>• Urogenital- und Fortpflanzungsfunktionen</li> <li>• Neuromuskuloskelettale und bewegungsbezogene Funktionen</li> </ul> | <p><u>Struktur:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur des Nervensystems</li> <li>• Das Auge, das Ohr und verwandte Strukturen</li> <li>• Strukturen, die an Sprache beteiligt sind</li> <li>• Struktur des kardiovaskulären, immunologischen und respiratorischen Systems</li> <li>• Strukturen im Zusammenhang mit dem Verdauungs-, Stoffwechsel- und endokrinen System</li> <li>• Struktur in Bezug auf Urogenitalsysteme und Fortpflanzungssysteme</li> </ul> |

<sup>20</sup> Ebd.

- Funktionen der Haut und verwandter Strukturen

- Struktur in Bezug auf Bewegung
- Haut und verwandte Strukturen

### AKTIVITÄT UND TEILNAHME

- Wissen lernen und verwenden
- Wissen lernen und verwenden
- Allgemeine Aufgaben und Anforderungen
- Kommunikation
- Mobilität
- Selbstpflege
- Das Leben zu Hause
- Zwischenmenschliche Interaktionen und Beziehungen
- Wichtige Lebensbereiche
- Gemeinschaftliches, soziales und bürgerliches Leben

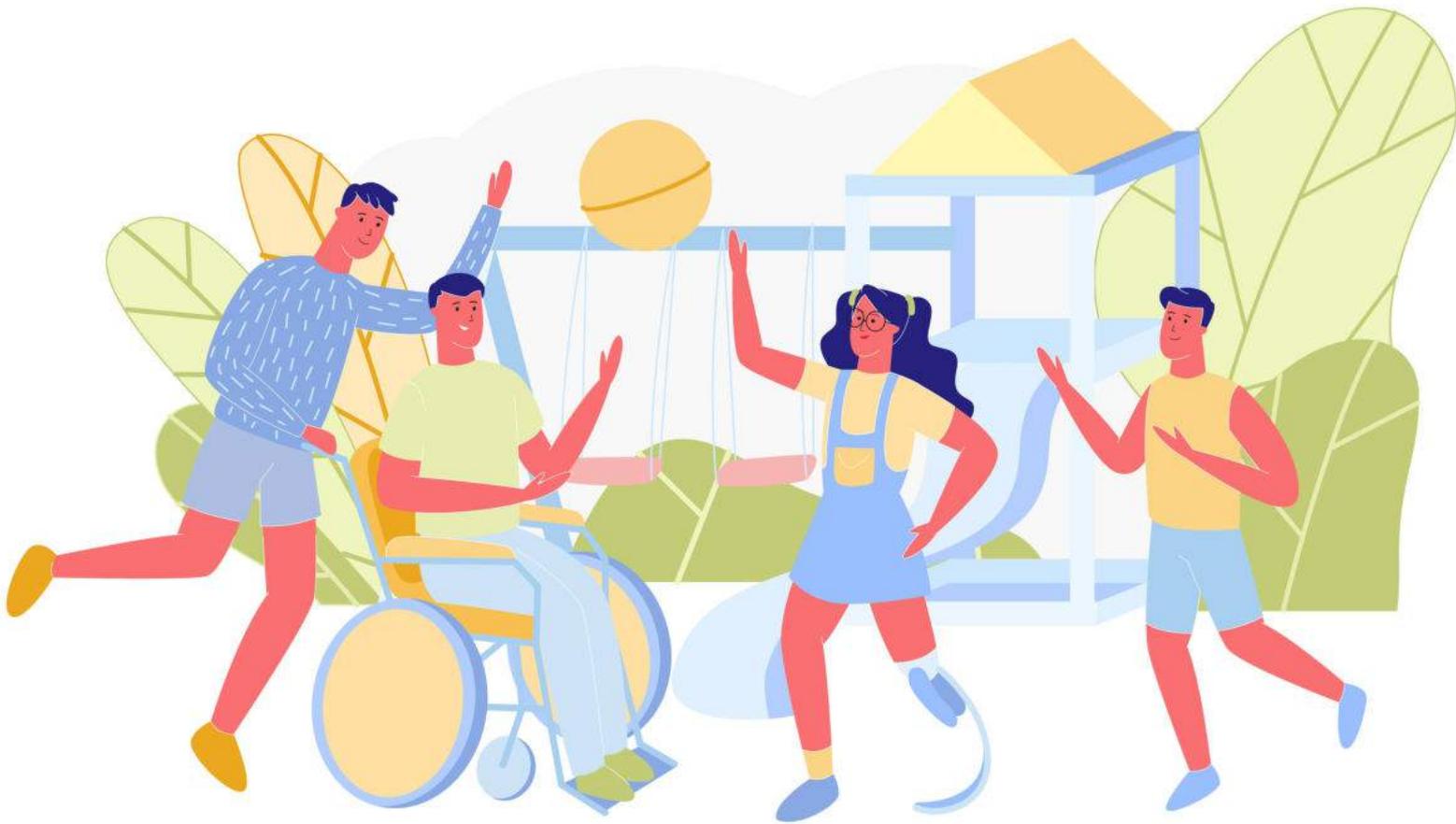
### UMWELTFAKTOREN

- Produkte und Technologie
- Natürliche Umwelt und vom Menschen verursachte Veränderungen der Umwelt
- Unterstützung und Beziehungen
- Einstellungen
- Dienstleistungen, Systeme und Richtlinien

Basierend auf der internationalen Klassifikation von Funktionen, Behinderungen und Gesundheit (ICF)<sup>21</sup>

Das Grundwissen über Behinderung und unterschiedliche Körperfunktionen ist bei der Arbeit mit dieser Zielgruppe benötigt. Als Jugendarbeiter (Sportarbeiter) sollte der Schwerpunkt nicht auf der medizinischen Seite der Behinderung liegen, sondern vielmehr auf der Art und Weise, wie die Umwelt- und Sozialfaktoren an die Bedürfnisse der Begünstigten angepasst werden. Die Rolle des Jugendarbeiters (Sportarbeiters) ist, die Aktivitäten/ Programme, Spiele und Einstellungen der Menschen ohne Behinderung gegenüber einer Behinderung anzupassen, um einen integrativen Raum für jeden Teilnehmer zu schaffen, und jeder junge Mensch mit oder ohne Behinderung kann sich völlig daran erfreuen und an die Jugend (Sport) Arbeitstätigkeiten teilnehmen

<sup>21</sup> Internationale Klassifikation von Funktionen, Behinderungen und Gesundheit <https://www.who.int/classifications/icf/en/>



## 2 SPORT ALS METHODE UND WERKZEUG

### 2.1 ÜBERBLICK ÜBER DIE SPORTMETHODIK

Sport kann in viele Ebenen unterteilt werden – Profi, Amateur, Schule oder Freizeit (Sport für alle). Sporttraining ist im weiteren Sinne ein technisch-pädagogischer Prozess, der auf die Bildung von Fähigkeiten, die Entwicklung der Fähigkeiten und die Verbesserung motorischer Fähigkeiten abzielt. Die Trainingstheorie beinhaltet alle Aspekte des Fitnesswissens, zusammen mit sozialer, psychologischer und wissenschaftlicher. Der Trainer benutzt diese Informationen mit dem Wissen über

den Athleten als Individuum, um das erfolgreichste Trainingsprogramm zu entwickeln.<sup>22</sup>

Je nach Niveau und gewünschtem Ergebnis können Sporttraining und Methodik verschieden sein. Die Ziele des Trainings sollten sein<sup>23</sup>:

- Anpassungsänderungen aufrufen;
- Neue Art von körperlicher und geistiger Arbeit zu verknüpfen,
- Es regelmäßig und wiederholt umzusetzen;
- Um genau zu sein, je nach Bereitschaftsgrad.

Körperliche Erholung oder Freizeitsport ist eine großartige Form des Lernens, der Unterhaltung und des gesunden Lebensstils. Es gibt die Bewegung des Körpers, die für die normale Funktion des menschlichen Körpers erforderlich ist. Es unterstützt ebenso die biologische Seite der Körperbewegung – kognitive, kulturelle, Kommunikations- und Unterhaltungselemente, die eine gemeinsame Lösung des Problems bieten<sup>24</sup>.

Wir können also die folgenden Sporttrainingskomponenten benennen<sup>25</sup>:

- Physikalische Komponente, die aus wesentlichen biomotorischen Fähigkeiten besteht:
  - Stärke;
  - Dauer;
  - Geschwindigkeit;
  - Flexibilität;
  - Koordination.
- Technische Komponente, die unterteilt werden kann in:
  - Wesentliche Fähigkeiten – konzentriert auf der natürlichen ontogenetischen Entwicklung eines Menschen. Es beinhaltet Gang, Laufen, Springen, Klettern, grundlegendes Überarmwerfen, usw.

---

<sup>22</sup> Brown C.H. – „Medizinisches Handbuch / IAAF Kommission für Medizin und Anti-Doping“; Internationaler Verband der Leichtathletikverbände, 2006; Verfügbar auf: <https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/health-science>, <https://www.worldathletics.org/download/download?filename=f9fa48c2-2a0c-46f3-88b9-149f4d561326.pdf&urlslug=Chapter%203%3A%20Training>, Aufruf im April 2020, S. 1 von Kapitel 3

<sup>23</sup> Milanović D.V., Theorie und Methodik des Trainings (2009); S. 38.

<sup>24</sup> Cieślícka M., Szark-Eckardt M. - „Methodik der körperlichen Erholung: Probleme, Erfahrungen, Empfehlungen“; Zeitschrift... für körperliches Training..., 2013. Verfügbar auf: [https://www.researchgate.net/publication/313882248\\_Methodology\\_of\\_physical\\_recreation\\_problems\\_experience\\_recommendations](https://www.researchgate.net/publication/313882248_Methodology_of_physical_recreation_problems_experience_recommendations), Aufruf im April 2020

<sup>25</sup> Zahradník D., Jorvas P. - „Die Einführung in das Sporttraining“; Masaryk University, 2012. Verfügbar auf <http://www.fsp.s.muni.cz/emuni/data/reader/book-6/02.html>, Aufruf im April 2020

- Sportliche Fähigkeiten – konzentriert auf Inhalten einer bestimmten Sportdisziplin.
- Taktische Komponente, die sich auf verschiedene Arten basiert, Sportwettkämpfe zum Sieg zu führen. Schlüsselbegriffe dieser Komponente sind Strategie und Taktik.
- Die psychologische Komponente basiert sich auf den positiven Einfluss auf die Persönlichkeit des Athleten in Bezug auf Fairplay.

Nicht alle diese Punkte können während des ganzen Trainingszyklus gleich hervorgehoben werden. Viele Faktoren bestimmen die Art des Trainingsprogramms und die Belastung jedes Punktes. Dazu gehören das Alter und der sportliche Grad der Person, ihr früherer Fitnesszustand und selbstverständlich der mögliche Grad der Behinderung. Bezüglich all dessen kann man sagen, dass Sporttraining ein Prozess des motorischen Lernens ist. Laut El Haouat und Zahradnik erfolgt das Lernen als solches in mehreren Phasen<sup>26 27</sup>:

#### Phase 1: die gesamte Koordination

Das ist die erste Phase, in der die ersten Ideen zur Bewegungsaufgabe und zu den Designfehlern erstellt werden. Die Bewegung ist auf den ersten Blick eher anstrengend, das Ergebnis ist im Allgemeinen eine unvollständige Bewegung mit vielen Fehlern. Ein hohes Maß an mentaler und visueller Kontrolle.

#### Phase 2: feine Koordination

Die ganze Struktur der motorischen Fähigkeiten verbessert sich, die Bewegung wird wirtschaftlicher, zeitliche und dynamische Parameter werden stabilisiert, der Einzelne fängt an, die Bewegung zu realisieren.

#### Phase 3: Stabilisierung (Automatisierung)

Es gibt eine Stabilisierung der Leistung, der Einzelne kann Bewegungen ohne bewusste Kontrolle ausführen, die Bewegung ist koordinierter und die Leistung des Athleten wird besser.

---

<sup>26</sup> Ebd.

<sup>27</sup> MedHassan, EL HAOUAT. „Grundlagen des Sporttrainings.“ nataswim.info. <https://www.nataswim.info/blog/item/14-basis-of-sports-training>, Aufruf im April, 2020

#### Phase 4: variable Kreativität

Hoch erworbene Fähigkeiten zur kreativen Anwendung auch unter komplexen, sich ändernden Bedingungen. Das kann als Sportbeherrschung bezeichnet werden und gilt für Weltklasse-Athleten. Es benötigt jahrelanges Training und die Perfektionierung der Fähigkeiten in der bestimmten Sportart.

Um die oben genannten Zahlen zu bekommen, planen Sporttrainer jede Trainingseinheit so, dass sie den Bedürfnissen und der Bereitschaft des Einzelnen entspricht. Der normale Trainingsprozess sieht so aus:

1. Einführung – Aufwärmen aller Körperteile und wesentliche motorische Übungen.
2. Hauptteil A basiert sich eher auf das Erlernen oder Vervollkommen einer bestimmten technischen Fähigkeit. Im Fußball würde das Dribbeln des Balls einschließen. Im Tennis würde es Vorhand oder Rückhand lernen.
3. Hauptteil B basiert sich auf die Anwendung des Wissens oder der Fähigkeiten aus Teil A – Spielen des Sports, entweder in einer Mannschaft oder einzeln. Dazu gehört das Spielen eines Scheinspiels oder das Üben mit einem Trainer.
4. Letzter Teil – Im letzten Teil der Trainingseinheit beenden die Trainer meistens mit einer einfachen und unterhaltsamen Aktivität. Der letzte Teil der Sitzung ist der Dehnung und verbalen Bewertung der Übungen und des ganzen Fortschritts des Athleten vorbehalten.

## 2.2 VERBINDUNG DES SPORTS UND DER NICHT FORMALEN BILDUNG

| <b>Participation Model of Sport</b>  | <b>Integration Model of Sport</b>   |
|--|---|
| <p>Characteristics:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• sport for the sake of sport (for movement, fitness, general health...)</li><li>• sport is for everyone – all members of the community should participate and have access to sport</li><li>• cooperation with other institutions is possible, but not necessary</li></ul> | <p>Characteristics:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• sport is a means to achieve something else (other learning goals)</li><li>• focuses on problematic youth and problematic areas</li><li>• focuses on “trendy” activities in order to attract the youngsters</li><li>• cooperation with other institutions is necessary to achieve learning goals</li></ul> |
| <p>Advantages:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• costs are relatively cheap (only costs are to implement activities, no follow-up is needed)</li><li>• attracts heterogeneous groups</li></ul>   | <p>Advantages:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sport is used as a lure – a fun and safe way to attract young people to the organisation. From here they may get involved in other activities</li><li>• sport is used for both physical fitness as well as for the development of personal and social skills</li></ul>   |
| <p>Disadvantages:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• young people who are not interested or who have little aptitude for sport may not be attracted by this model</li><li>• the model does not take full advantage of the learning that comes out of sport</li></ul>  | <p>Disadvantages:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• costs are higher due to monitoring and follow-up of the young people</li><li>• by focusing on specific groups of youngsters there is a slight risk of making the group too homogenous</li></ul>   |

Bild 2<sup>28</sup>

„Sport bietet den „Haken“, der sonst unzusammenhängende, marginalisierte junge Menschen in ein Programm einbezieht und sie danach aktiv einbezieht und in seine Aktivitäten als Ganzes investiert“<sup>29</sup>. „Während Sport von Natur aus wettbewerbsfähig ist, müssen die beiden Aspekte eines gesunden Gleichgewichts zwischen Zusammenarbeit und Wettbewerb angenommen werden.

<sup>28</sup> Schroeder K., Geudens T. - „Fit fürs Leben“; SALTO Inclusion Resource Centre, 2011. Verfügbar auf <https://www.salto-youth.net/downloads/4-17-628/FitForLife.pdf>, Aufruf im April 2020; Seite 15

<sup>29</sup> Hartmann D., Kwauk C. - „Sport und Entwicklung Ein Überblick, Kritik und Wiederaufbau“; Zeitschrift für Sport- und Sozialfragen, 2011. Verfügbar auf: [https://www.researchgate.net/publication/258158933\\_Sport\\_and\\_Development\\_An\\_Overview\\_Critique\\_and\\_Reconstruction](https://www.researchgate.net/publication/258158933_Sport_and_Development_An_Overview_Critique_and_Reconstruction), Aufruf im April 2020

Erstens kann man nicht vermeiden, dass in einem Wettbewerb nur einer gewinnt, während der Rest scheitert. Der Wettbewerb führt dazu, dass sich Menschen, besonders junge Sportler, durch das Ergebnis definieren<sup>30</sup>. Sie können entweder Gewinner oder Verlierer sein. Wenn es geschieht, hängt ihr Selbstbewusstsein und Selbstwert von ihrer Fähigkeit ab, andere zu schlagen. „Kooperation hilft, das Selbstbewusstsein zu stärken, hilft Kindern, Kommunikation zu lernen, und hängt nicht von der Fähigkeit ab, andere zu schlagen.“<sup>31</sup> Wettbewerb und Zusammenarbeit schließen sich nicht zwischen gegenseitig aus und die Trainer müssen sich nicht zwischen diesen beiden entscheiden. Menschen mögen eine Tendenz zu jedem haben, aber diejenigen, die im Allgemeinen wettbewerbsfähiger sind, verringern nicht die Kooperativität. Junge Menschen, die sich noch in den Gründungsjahren befinden, beschäftigen sich meistens auf das Gewinn und definieren ihre Leistung und Persönlichkeit auf der Grundlage ihrer Gewinnfähigkeit. Das kann sowohl für den physischen als auch für den psychischen Zustand einer Person ungesund sein. Daher wird der Begriff kooperative Wettbewerbsfähigkeit benutzt, um ein Trainingsumfeld zu beschreiben, in dem sowohl Kooperation als auch Wettbewerb im Mittelpunkt stehen.<sup>32</sup>

Hier kann die nicht formale Bildung einspringen, indem sie den Teilnehmern hilft, sich auf den Sportprozess zu konzentrieren und daraus zu lernen, und nicht auf den Wettbewerb oder die Zusammenarbeit selbst. Durch die Vorbereitung der Teilnehmer auf das Sportumfeld und die Einbeziehung der Jugendlichen mit weniger Gelegenheiten können Jugendarbeiter und Sporttrainer ihnen helfen, zu verstehen, dass das Ziel nicht das Gewinnen, sondern das Lernen oder Verbessern der körperlichen Fähigkeiten ist. Viele nicht formale Unterrichtsmethoden helfen den Moderatoren, die Teilnehmer zu bitten, ihre eigenen Ziele festzustellen. Das kann eine gute Gelegenheit sein, eine sportliche Aktivität anzufangen

Die Evaluierung, die ein wichtiger Schritt in der nicht formalen Bildung ist, erweist sich ebenso bei sportlichen Aktivitäten als sehr wichtig. Statt den Teilnehmern einer bestimmten Aktivität zu sagen, dass sie eine bestimmte Fähigkeit verbessern sollen, wird empfohlen, sie zu bitten, sich selbst zu bewerten oder sich auf die guten und schlechten Ergebnisse einer bestimmten Sportaktivität zu konzentrieren. Die

---

<sup>30</sup> Kooperation und Wettbewerb im Sport, <https://academy.sportlyzer.com/wiki/cooperation-and-competition-in-sport/>, Aufruf im April 2020

<sup>31</sup> „Wettbewerb-vs-kooperation.“ Educatedsportsparent.com. <http://educatedsportsparent.com/competition-vs-cooperation/>, Aufruf im April 2020.

<sup>32</sup> Ebd.

Bewertung ist besonders wichtig, wenn Jugendliche mit Behinderung einbezogen werden, weil sie allen Teilnehmern mit oder ohne Behinderung hilft, eine sportliche Aktivität zu lernen und einen Sinn zu finden, abgesehen vom Gewinnen.

Wenn wir Sportspiele/ -methoden für den Einsatz in der Jugendarbeit anpassen, können wir meistens folgende Arten der Aktivitäten im Zusammenhang mit dem Wettbewerb und/ oder der Teamarbeit benutzen<sup>33</sup>:

UCOMPETITION based activities / sport games - games that assume Individual involvement of participants competing against all other participants, and usually the whole group of individuals / participants are involved in the same specific activities.

- WETTBEWERBSbasierte Aktivitäten / Sportspiele – Spiele, bei denen die individuelle Beteiligung der Teilnehmer, die gegen alle anderen Teilnehmer antreten, und in der Regel die gesamte Gruppe der Einzelpersonen / Teilnehmer an denselben spezifischen Aktivitäten beteiligt ist.
- TEAMWORK-basierte Aktivitäten / Sportspiele – Spiele, bei denen einzelne Teilnehmer als Teil eines Teams einbezogen werden. In der Regel werden alle Teilnehmergruppen in ein oder mehrere Teams aufgeteilt, in denen jeder Teilnehmer einen Beitrag leistet, nicht unbedingt durch gleiche körperliche Aktivitäten, aber ergänzend zum Teamerfolg und zum Aufbau eines positiven Teamgefühls unter ihnen beitragen.
- TEAMWORK-WETTBEWERB-Aktivitäten / Sportspiele – Spiele, bei denen einzelne Teilnehmer als Teil mehrerer Teams beteiligt sind und in der Regel die ganze Teilnehmergruppe in zwei oder mehr Teams aufgeteilt ist, wobei jedes Team mit den anderen Teams in der Gruppe konkurriert. Jeder Teilnehmer trägt zum Erfolg seines Teams im Wettbewerb mit anderen Teams bei.
- TEAMBUILDING-Aktivitäten / Sportspiele – Spiele, bei denen einzelne Teilnehmer als Teil der ganzen Gruppe / des ganzen Teams einbezogen werden, wobei alle Teilnehmer beteiligt sind, um das Teamgefühl und das Vertrauensniveau innerhalb der ganzen Gruppe zu stärken.

## Sports key benefits in learning

---

<sup>33</sup> Matorčević, D., „Jugendsportarbeit für interkulturelles Lernen und Akzeptanz der Vielfalt“; Aktive Jugend im glücklichen Europa, 2018; Seite 35.



Abbildung – Die wichtigsten Vorteile des Sports beim Lernen<sup>34</sup>

Laut der Autorengruppe in der Veröffentlichung „Move and Learn“ wird zwischen drei Konzepten der Bildung für und durch Sport unterschieden. Nicht alle können dem Interesse der Jugendarbeit und der NFE folgen<sup>35</sup>:

„Sportliche Bildung“ ist typisch für schon genannte Sportvereine und -organisationen. Sport selbst ist der Grund, warum es diese Orte gibt und das ultimative Ziel ist das Gewinnen, obwohl sie wie die Olympischen Spiele positive Werte auf der ganzen Welt verbreiten. Diese Werte können im Einklang mit der Jugendarbeit stehen, aber aus dem Bereich der nicht formalen Bildung ist dieses Konzept von unserem Interesse

Sportliche Bildung geht weiter als Profisport. Ihre Bildungsziele haben als Ziel die Verbesserung der sozialen Wohlfahrt. Übungen und sportliche Aktivitäten werden zum Wohle der Gesundheit, des Wohlfühls oder der Inklusion eingesetzt. Beispiele für dieses Konzept sind unterschiedliche nationale oder internationale

<sup>34</sup> McCoshan A. - „Sport: ein wichtiges subversives Lerninstrument“; 2018. Verfügbar auf <https://epale.ec.europa.eu/sl/blog/sport-key-subversive-learning-tool>, Aufruf im April 2020

<sup>35</sup> Foldi L. - „Trainingshandbuch für NFE durch Sport und körperliche Aktivitäten mit jungen Menschen“; Internationale Vereinigung für Sport und Kultur, 2013; <https://www.moveandlearn.org/files/Move&Learn.pdf>; Aufruf im Mai 2020, S. 12.

Kampagnen zur Förderung des Sports unter den Bürgern, wie es die Umzugswoche ist.

Bildung durch Sport ist ein Konzept, das das Beste aus Sport und NFE auf das gleiche Gebiet bringt. Sport zu betreiben heißt hier, alle Arten der körperlichen Aktivität auszuführen, um die körperliche Fitness und das geistige Wohlbefinden zu verbessern, wie dies im überarbeiteten europäischen Sport zum Ausdruck kommt.“

„ETS besteht darin, Sport- und Bewegungsübungen an die Ziele des geplanten Lernprojekts anzupassen. Es ist eine Möglichkeit und ein Prozess der Anpassung von Sport und körperlicher Aktivität, sowohl hinsichtlich ihres Ausdrucks als auch ihrer Repräsentation, die den ETS-Ansatz spezifisch charakterisieren. Keine Maßnahmen werden vorgeschlagen, bei denen Sport als / für eine Trägerlösung zu einem zentralen Ziel wird. Zum Beispiel bleibt die Ausübung einer Kampfkunst ohne ein bestimmtes Projekt dahinter, das nur vom Wunsch nach technischem Fortschritt geleitet wird, ein FÜR-Sport-Engagement, kann aber auch Selbstkontrolle und Respekt für andere entwickeln.“<sup>36</sup>

Es ist wichtig, Sport und andere körperliche Aktivitäten als Instrument zur Unterstützung der ganzen Ziele der Jugendarbeit einzusetzen, vor allem der Bildungs- oder Entwicklungsaktivitäten. Sport wird zweitrangig und seine Rolle wird neu definiert. Sport wird da zu einem integrativen Instrument im sozialen und körperlichen Unterricht junger Menschen, unabhängig von kulturellem, sozioökonomischem, pädagogischem oder anderem Hintergrund.

## 2.3 NICHT FORMALE BILDUNG UND SPORT – WELCHE METHODEN SIND ANZUWENDEN?

---

Die nicht formale Bildung ist durch einen spezifischen Einsatz von Methoden definiert, die sich meistens von den in der formalen Bildung implementieren unterscheiden. Während die formale Bildung für eine traditionelle Vorlesungsmethode

<sup>36</sup> „WAS IST BILDUNG DURCH SPORT?“, mvngosportbranch.com. <http://www.mvngosportbranch.com/ets-methodology/>, Aufruf im Mai 2020.

bekannt ist, fördert die nicht formale Bildung eine breite Palette interaktiver Methoden, bei denen die Teilnehmer aktivere Rollen übernehmen, anstatt passive Zuhörer zu sein. Zu den üblichen nicht formalen Bildungsmethoden gehören (Tabelle 1)<sup>37</sup>:

| <b>Methoden</b>  | <b>Eigenschaften</b>  |
|------------------|---|
| Diskussion       | Diskussion eines gemeinsamen Problems. Schlussfolgerung durch erlernte Beantwortung von geführten Fragen.   |
| Brainstorming    | Viele alternative Lösungen für ein Problem oder Thema generieren.   |
| Eisbrecher       | Kurze Aktivität mit Teilnehmern, die darauf abzielen, eine unformalere Atmosphäre zu schaffen und die Teilnehmer einander näher zu bringen.   |
| Fallstudie       | Die Lernenden analysieren die vorbereitete Beschreibung der Problemsituation. Normalerweise in gedruckter Form.   |
| Gruppenarbeit    | Die Teilnehmer sind in kleinere Arbeitsgruppen unterteilt, in denen sie an einem oder mehreren Themen arbeiten oder diskutieren.  |
| Rollenspiel      | Die Lernenden versuchen Verhaltensweisen in einer simulierten Situation in begrenzter Zeit aus.   |
| Simulationsspiel | Die Teilnehmer sind Teil einer geschaffenen Situation, in der jede Person eine Aufgabe hat. Es geht um erweiterte Rollenspiele mit umfangreichem Design.  |
| Buzz-Gruppen     | Kleinere Diskussionsgruppen, die Meinungen zu bestimmten oder anderen Themen ohne Anwesenheit eines Trainers austauschen.   |
| Freifläche       | Die Teilnehmer schlagen Themen für Diskussionen und Workshops vor und finden unter Beteiligung anderer statt. Es ist eine Methode, die von den Teilnehmern ein hohes Maß an Verantwortung verlangt. |
| Selbstreflexion  | Zeit zur Selbstreflexion über Aktivitäten, die zuvor stattgefunden haben.   |
| Ausflug          | Geplante Reise während des Trainings, die mehr Informationen aus der Praxis zum Thema geben kann  |

<sup>37</sup> T-STEY, Schulung für Anfänger in der europäischen Jugendarbeit, November 2010, Prag, Tschechische Republik

Alle diese Methoden können in jeder Lernumgebung, einschließlich Sport, angewendet werden und sind besonders bei der Arbeit mit behinderten Jugendlichen anwendbar.

Im Gegensatz zu den traditionellen Bewegungsspielen finden die nicht formalen Spiele in einer nicht formalen Umgebung und Atmosphäre mit einem ungewissen Ende statt und werden von intensiven sozialen Gruppenprozessen begleitet, die zum Bewusstsein für individuelle Fähigkeiten führen. Darüber hinaus können sie durch die beteiligten Szenarien (Auswahl, Führung und Bewertung) die dynamische persönliche Entwicklung verbessern, wie wir bereits festgestellt haben.

Hier sind einige empfohlene Methoden für Jugendarbeiter und Sporttrainer, die die Sportmethode im Rahmen der Aktivitäten der nicht formalen Bildung anwenden möchten:

1. Spielen kennenlernen, die körperliche Aktivität umfassen;
2. Vertrauensspiele;
3. Teambuilding-Aktivitäten;
4. Spiele zur Entwicklung der Kommunikation und Zusammenarbeit;
5. Bewertungsspiele;
6. Spiele, die helfen, ein bestimmtes Thema wie Inklusion, Diskriminierung, Werte, Identität abzudecken.

Diese Methoden können leicht an die Bedürfnisse aller Teilnehmer angepasst, drinnen und draußen gespielt und laut dem STEPS-Modell für Menschen mit Behinderungen angepasst werden.

## 3 EINRICHTUNG DES INKLUSIVEN RAUM

### 3.1 INKLUSIVE KÖRPERLICHE AKTIVITÄT AUS SICHT DER JUGENDARBEIT

---

Inklusive körperliche Aktivität ist eine Praxis, bei der festgestellt wird, dass alle Personen, unabhängig von ihren Fähigkeiten oder ihrem Alter, die gleichen Möglichkeiten bei körperlicher Aktivität haben. Diese Gelegenheit sollte das Recht umfassen, Entscheidungen zu treffen und effektiv und aktiv teilzunehmen. „Mit anderen Worten, inklusive körperliche Aktivität wird als **zugängliches Programm für körperliche Aktivität definiert, das allen Personen über die gesamte Altersspanne hinweg in einer Vielzahl von Umgebungen angeboten wird.**“<sup>38</sup>

Inklusive körperliche Aktivität beinhaltet<sup>39</sup>:

- Bewegungserfahrungen der Säuglinge und Kleinkinder
- Schulbasierte Sportbildungsprogramme
- Gemeinschaftsbasierte Freizeit- und Erholungsaktivitäten
- Trainings- und Fitnessprogramme
- Mehrstufige Sportmöglichkeiten

Inklusive körperliche Aktivität konzentriert sich nicht unbedingt auf einer bestimmten Umgebung, abhängig vom Grad der Behinderung unter den Teilnehmern, sondern auf der Teilnahme an sinnvollen Aktivitäten, die aus einer Reihe der Optionen ausgewählt werden. Jugendarbeiter und Sporttrainer müssen in der Lage sein, Methoden und Werkzeuge zu modifizieren, um den Bedürfnissen aller Beteiligten gerecht zu werden. Sportpädagogen sollten die Einstellung und die Fähigkeiten haben, die sie brauchen, um allen Jugendlichen den Erfolg zu ermöglichen, sowohl in der nicht formalen Sportbildung als auch in kleineren Gruppen der Jugendlichen mit und ohne Unterschiede in den Fähigkeiten.

#### Einbeziehung der Jugendlichen mit Behinderungen

GLAUBEN AN TEILNEHMER<sup>40</sup>:

- Jede Person ist einzigartig mit unterschiedlichen körperlichen, kognitiven, emotionalen und sozialen Fähigkeiten und Bedürfnissen;

---

<sup>38</sup> Kasser S.L., Lytle R.K. - Inklusive körperliche Aktivität, Ein Leben voller Möglichkeiten (2013); S. 8.

<sup>39</sup> Ebd.

<sup>40</sup> Ebd.

- Jeder hat das Recht auf inklusive Gelegenheiten für körperliche Aktivität und kann davon profitieren;
- Die Fähigkeiten eines Individuums ändern sich oft und sind das Ergebnis der Beziehungen zwischen dem Individuum, dem Kontext und der besonderen Aufgabe der Aktivität;
- Die Teilnehmer haben das Recht auf persönliche Wahl und Entscheidungsfindung;
- Jeder Einzelne in einer Umgebung mit integrativer körperlichen Aktivität profitiert von den Erfahrungen anderer.

#### GLAUBEN AN PRAKTIKER UND PROGRAMME<sup>41</sup>

- Praktiker schätzen die Vielfalt und Reichweite der Teilnehmer in ihren Programmen;
- Praktiker berücksichtigen die individuellen Interessen und Bedürfnisse und zeigen eine gerechte Praxis bei der Berücksichtigung dieser Überlegungen;
- Erfahrungen mit körperlicher Aktivität sind angenehm und persönlich bedeutsam;
- Inklusive Programme für körperliche Aktivität schätzen, akzeptieren, unterstützen und respektieren jede Person für das, was sie in die Lage bringt;
- Inklusive Programme für körperliche Aktivität beinhalten Personen mit verschiedenen Fähigkeiten;
- Inklusive Programme für körperliche Aktivität ermöglichen einen gleichberechtigten Zugang zu Umgebungen und Geräten und beinhalten gemeinsame Aktivitäten mit individuellen Ergebnissen.

„Sport ist nicht nur ein Wettbewerb, sondern eine Möglichkeit für Menschen, zusammenzukommen, ihre Fähigkeiten unter Beweis zu stellen und ihre Fähigkeit zur Gemeinschaft miteinander zu verbessern.“<sup>42</sup> Sport bietet jungen Menschen die Chance, sich zu beteiligen. Das ist der Grund, wieso es ein idealer Mechanismus für die praktische Umsetzung von Inklusion und Gleichstellung ist.

---

<sup>41</sup> Ebd.

<sup>42</sup> Kelly F., Southwell K., Teow K. - „Die Jugend kann durch Sport Türen zu allen Fähigkeiten öffnen“; ENGSO Jugend mit dem Europäischen Paralympischen Komitee, 2011. Verfügbar auf [https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/ugd/6fa9e5\\_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf](https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/ugd/6fa9e5_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf), Aufruf im Mai 2020.

## 3.2 INKLUSIVER RAUM

---

Sportpädagogen und Jugendarbeiter entwerfen und implementieren oft integrierte Sportaktivitäten, ohne dass geeignete Räume für die Einbeziehung junger Teilnehmer zur Verfügung stehen.

Inklusiver Raum bedeutet nicht nur den verfügbaren physischen Raum und seine Eigenschaften, sondern auch die Art der Stützungen, die im Spielraum zu finden sind, den einfachen Zugang dazu und schließlich die Spielumgebung (das Arbeitsklima und die sozialen Ansätze der Kollegen, dass sich der behinderte Jugendliche auf dem Spielfeld trifft). Die von der ICF (International Classification of Functioning) vorgeschlagenen Umweltfaktoren können Hindernisse erzeugen oder die Teilnahme erleichtern und haben also einen großen Einfluss auf den Erfolg der Aktivität.

Der Unterschied ist in der Verfügbarkeit der folgenden Komponenten:

- Zugänglichkeit des Raums für die Aktivitäten;
- Umgebung und Ausrüstung: zum Beispiel Absenken der Netzhöhe; Reduktion der Größe eines Spielfeldes, Anpassung der Regeln und Nutzung unterschiedlicher Materialien und Bälle unterschiedlicher Größe;
- Produkte und Technologien, die die Zugänglichkeit erleichtern;
- Unterstützung und Beziehungen der Familienmitglieder und anderer Personen, die für Menschen mit Behinderungen wichtig sind;
- Einstellungen von Ausbildern, Jugendarbeitern und Gleichaltrigen;
- Dienste, Systeme und Richtlinien, einschließlich Transport;
- Ausrüstung.

Wir analysieren weiter die Kategorien, über die der Jugendarbeiter und die Sporttrainer informiert werden müssen, um die auszuführende Aktivität richtig zu planen.

Der physische Ort, an dem eine integrierte sportliche Aktivität durchgeführt wird, spielt an sich eine wichtige Rolle bei der Einbeziehung der Aktivität. Die am häufigsten verfügbaren Plätze sind eher zwei Arten: Sportanlagen und freie Freiflächen (Parks, Gärten usw.)

## Sportanlagen

Um der integrierte Jugendsport funktionsfähig zu sein, müssen die Sporteinrichtungen für alle verfügbar gemacht werden, indem die neuen Einrichtungen errichtet oder die vorhandenen angepasst werden. Haupteingänge, Umkleidekabinen und Aktivitätsräume müssen alle gleich hoch sein. Die Gesetzgebung für diese Art der Anpassung ist von Land zu Land unterschiedlich. Im Allgemeinen beinhalten die wichtigsten architektonischen Anpassungen Folgendes:

- Eingangstüren: Sie müssen einfach zu öffnen sein. Falls nötig ist, müssen automatische Türen vorhanden sein.
- Rezeption: muss sowohl für Rollstuhlfahrer als auch für Personen ohne Behinderung geeignet sein. Die für Rollstuhlfahrer geeignete Höhe beträgt 750-800 mm.
- Aufzüge: Sie müssen größer als normale Aufzüge sein. Die Tasten müssen sich in einer Höhe befinden, die für Rollstuhlfahrer und andere Benutzer geeignet ist.
- Treppen: müssen so gerade wie möglich sein und einfach sichtbare Stufen aufweisen.
- Gänge: dürfen keine Hindernisse darstellen. Ihre Breite muss den Menschen mit Behinderungen einen leichten Zugang zu Rollstühlen und anderen Mobilitätshilfen ermöglichen. Die Wände müssen mit Handläufen ausgestattet sein, um Menschen mit Gleichgewichtsstörungen oder Einschränkungen der Motorik unterstützen.
- Toiletten: müssen jederzeit zugänglich sein, in öffentlichen Bereichen oder in Umkleidekabinen. Sie müssen ebenso genügend Platz haben, damit Menschen mit Behinderungen vom Rollstuhl in die Toilettenschüssel gelangen können. Die klappbaren Armlehnen müssen auf beiden Seiten der Toilettenschüssel platziert werden.
- Umkleideräume: müssen viel Platz haben, um sich zu bewegen. An den Wänden müssen Stützgriffe in unterschiedlichen Höhen angebracht sein, damit die behinderte Personen aufstehen können. Schließfächer mit Schlössern müssen auch auf einer anderen Höhe als gewöhnlich aufgestellt werden.

Es gibt ebenfalls spezifischere Anpassungen aufgrund bestimmter Sportanlagen.

- Schwimmbäder: müssen mit erleichterten Stufen, beidseitigen Handläufen und mit dem Aufzug ausgestattet sein.
- Turnhallen und zugehörige Ausstattung: Die Turnhalle muss sich auf der gleichen Höhe wie die Sporthallen sein oder über Rampen oder Aufzüge. Gymnastikgeräte müssen für die Nutzung durch Menschen mit verschiedenen Behinderungen geeignet sein (zum Beispiel müssen die Gewichte für Sehbehinderte im Braille-Alphabet angegeben werden). Die Sitze müssten trennbar sein, um Platz für Rollstühle zu haben.
- Tanzlokale: Rollstuhlfahrer können auf Tanzlokale zugreifen, die größer als einfache Säle sein müssen und überall Musik hören können müssen. Menschen mit Hörbehinderungen können spezielle Induktionsschleifensysteme benutzen.
- Reitställe: müssen überdachte Parkplätze für Rollstühle haben. Menschen mit Behinderungen müssen eine Rampe und ein spezielles Gerüst haben, um auf den Pferderücken zu kommen. Er muss sich also auf ein ruhiges Pferd und einen erfahrenen Ausbilder verlassen können, damit er/ sie angenehm und sicher reiten kann.

### Freiflächen

Wir haben nicht immer das Glück, Räume für den integrierten Sport nutzen zu können, aber das bedeutet nicht, dass wir keine anderen Gelegenheiten haben, Aktivitäten der Jugend-Sportarbeit durchzuführen. Es ist aber möglich, Stadtparks und leicht vorhandene Grünflächen zu nutzen (glücklicherweise wurden viele Parks dank der Impulse der europäischen Gesetzgebung zugänglich gemacht, die sich immer mehr mit dem Thema beschäftigen). Auf der anderen Seite sind Anpassungen schwieriger, weil man die natürliche Konformation des Parks eher schwer ändern kann. Es ist also Sache des Jugend-Sportarbeiters, den für alle am besten geeigneten Bereich für die Teilnahme zu bewerten. Eben weil ein öffentlicher Park schwierig zu gestalten ist, *wird empfohlen, nach der Konzeption der Aktivität eine Streife durch das Gebiet zu machen, weil diese Aktivität geändert werden muss, um sich an den vorhandenen Platz anzupassen, und nicht umgekehrt.*

Es ist aber wichtig zu merken, dass die „inklusive Parks“ in ganz Europa zunehmen. Diese Parks sind nicht nur leicht vorhanden, sondern auch mit „inklusive Design“ gestaltet; da geht es um eine Entwurfsmethode für Objekte, Strukturen und Infrastrukturen, die auch von Menschen mit körperlichen und geistigen Behinderungen genutzt werden kann. In diesen Bereichen könnten Jugendarbeiter und Trainer Spiel- und Aktivitätseinrichtungen finden, die von allen Teilnehmern an der von ihnen entworfenen Aktivität verwendet werden können.

Arten der Ausstattung für inklusive Parks:

- Sensorische Spiele, bei denen Menschen durch Berühren, Riechen, Hören und Sehen interagieren können;
- Spielplätze ohne physische Barrieren für den Durchgang der Rollstühle und mit Systemen zur sicheren Stabilisierung der Personen mit eingeschränkter oder keiner physischen Stabilität;
- Geräte zur Entwicklung der motorischen Koordination und zur Entwicklung logischer Fähigkeiten;
- Die städtische Anordnung zum Parken ohne Barrieren und mit variablen Höhen;
- Die Grünflächen – richtig dimensioniert und mit der bestimmten Ausstattung – wo es möglich ist, mit natürlichen Elementen wie Pflanzen, Boden und Wasser zu interagieren.
- 
- Playgrounds with no physical barriers for the passage of wheelchairs and with systems to safely stabilize people with limited or no physical stability;

### Spieleinstellung

Sobald der Ort definiert ist, kann der Jugend-/ Sportarbeiter eingreifen, indem er die Spieleinstellungen ändert, um den Aktivitätsraum noch besser zu gestalten. Die wichtigsten Punkte, die geändert werden können, sind die folgenden drei: (1) Strukturen (Netze, Körbe, usw.), (2) Räume (Feldabmessungen) und (3) Instrumente (Bälle, Schläger, usw.). In Bezug auf die Einrichtungen; wenn zum Beispiel der Jugendarbeiter oder Sporttrainer eine Sportaktivität entwerfen möchte, die sich an Basketball orientiert, sollte er den Korb absenken, wenn er schon weiß, dass einer oder mehrere Teilnehmer ihn nicht erreichen können. Oder er könnte sogar zwei verschiedene Wege planen, um zu punkten, indem er zwei Körbe in zwei unterschiedlichen Höhen platziert.

Der Spielraum ist auch ein wichtiges anpassungsfähiges Element. Zurück zum vorherigen Beispiel für Basketball: wenn junge Menschen im Rollstuhl an der sportlichen Aktivitäten teilnehmen, kann es nützlich sein, den Platz zu erweitern, um unnötige Stürze zu vermeiden.

Das dritte Aspekt, das am einfachsten anpassbar ist, sind die Objekte, die während der sportlichen Aktivitäten genutzt werden (Bälle, Schläger, usw.). Dank der Entwicklung von Technologie und Materialien können wir die Spielwerkzeuge in unterschiedlichen Variationen finden, die speziell entwickelt wurden, um übersichtlicher und sicher zu sein. Unter erneuter Bezugnahme auf das genannte Beispiel könnten Jugendarbeiter oder Sporttrainer entscheiden, einen kleineren Ball mit mehr Grip auf der Oberfläche zu nutzen, damit ein junger Teilnehmer mit begrenzter Kraft in den oberen Gliedmaßen den Ball effektiv kontrollieren kann.

Um die Umgebung zu verändern und anzupassen, müssen alle an der Aktivität Beteiligten die Gelegenheit haben, aktiv am Spiel teilzunehmen. Es ist aber auch wichtig, die Sensibilität der Teilnehmer nicht zu verletzen. **Anpassungen sollten den Teilnehmern nicht als die Lösung für eine Einzelperson oder eine Gruppe mit bestimmten Merkmalen erklärt werden, sondern als Variation der Regeln, die das Spielerlebnis aller Spieler verändern und verbessern.**

### Produkte und Technologien, die die Zugänglichkeit erleichtern

Viele Menschen mit Behinderungen führen ein unabhängiges Leben und brauchen nur wenige Einrichtungen und Unterstützung, um ihre alltäglichen Aktivitäten durchzuführen. Es gibt aber Menschen, für die verschiedene Arten der Unterstützung nötig sind, von Rollstühlen über Blindenhunde bis hin zu Prothesen. Die Fortschritte auf dem Gebiet der Spezialausstattung brachten dazu bei, dass Menschen mit Behinderungen unabhängiger werden und Vorurteile und soziale Barrieren abgebaut werden. Die Teilnahme an Freizeit- und Erholungsaktivitäten ist wichtig, um einen aktiven Lebensstil zu verfolgen und die Gesundheit zu bekommen.

### Sporttechniken und Ausstattung

Menschen mit Behinderungen haben trotz der großen Zahl der Hindernisse, die ihre uneingeschränkte Teilnahme verhindern, immer mehr Gelegenheiten an sportlichen Aktivitäten teilzunehmen. Angepasste Sportgeräte sind für jede Disziplin zugänglich,

an der sie teilnehmen möchten. Zum Beispiel: einige spezielle Geräte wie Ski und Schlitten ermöglichen Menschen mit Behinderungen aller Art die Teilnahme am Wintersport. Techniken und Ausstattung variieren je nach:

- Sport;
- Art und Grad der Behinderung;
- Persönliche Vorbereitung und Fähigkeiten;
- Individuelle Bevorzugung.

portgeräte sind ein wichtiger Punkt für die Sportler der Zukunft. Ob Gliedmaßenprothesen, Wettkampffrollstühle, Fahrräder verschiedener Art oder Ausstattung für das Bogenschießen; die Ausstattung muss an die einzelnen Athleten angepasst werden. Sie können zu Hause oder in spezialisierten Werkstätten angepasst werden. Das Wichtigste ist, dass der Athlet von einer optimalen Anpassung profitiert und die Ausstattung sicher verwenden kann. Die Anpassungen der Ausstattung reichen von geringfügig (Änderungen der Breite, Länge oder des Materials eines Gürtels) bis komplex (Form einer künstlichen Prothese oder eines Wettkampffrollstuhls).

Ein Beispiel für ein angepasstes Instrument ist das Handfahrrad, das auch als manuell betätigtes Fahrrad oder manuell angetriebenes Fahrrad definiert ist. Diese Art von Fahrrad ermöglicht es Menschen mit Behinderungen mit einer Leidenschaft für das Radfahren und mit funktionellen Einschränkungen der unteren Gliedmaßen, eine alternative Sportart zum Radfahren auszuüben. Diese Zyklen sind mit drei statt zwei Rädern ausgestattet und ermöglichen das Fahren des Fahrzeugs nur mit dem oberen Teil der Karosserie, während die Notwendigkeit eines Gleichgewichts begrenzt wird.

Ein sehr wichtiger Punkt für Menschen mit motorischen Behinderungen ist zum Beispiel das Petra-Fahrrad. Es geht um eine Modifikation des Dreirads, die so entwickelt und angepasst wurde, um die „schnelle“ Mobilität der Menschen mit Behinderungen zu leisten. Mit diesem Fahrzeug kann man dank der Größe der Räder und des Manövriersystems auch auf Sand, Kies oder Gras ohne Probleme stabil fahren. Dank der leichten Kontrolle und Stabilität können sich auch Menschen mit schwersten Behinderungen bewegen. Das Petra-Fahrrad regelt die Hindernisse, die verschiedene Bereiche wie Training, Lernen und Spielen voneinander trennen. Es dient deswegen als Transportmittel, therapeutische oder pädagogische Ausstattung sowie als Erholungs- und Freizeiteinrichtung. Obwohl die Bewegung

nicht immer mit dem normalen Gehen oder Laufen Schritt hält, bieten die ganze motorische Erfahrung und das erreichte Können viele Vorteile für Menschen mit Behinderungen.

Fortschritte in der Technologie haben die Leistung des Rollstuhls für den alltäglichen und sportlichen Gebrauch deutlich verbessert. Die Ergebnisse haben es ermöglicht, neue Modelle mit Rädern unterschiedlicher Größen sowie unterschiedlichen Arten der Felgen und Sitzen zu entwickeln, die in Größe und Neigung einstellbar sind. Rollstühle für den Sport sind einfacher und gleichzeitig darauf ausgelegt, den Luftwiderstand zu verringern und die Radleistung zu verbessern. Die Größe, das Gewicht und die Höhe eines Rollstuhls für sportliche Zwecke können an die Bedürfnisse der Menschen mit Behinderungen angepasst werden. Die Form des Sitzes kann je nach den physischen Merkmalen geändert werden. Wir können sogar spezielle Schaumkissen finden, die die Bildung der Geschwüren verhindern. Sportler mit Behinderungen können heutzutage besondere Rollstühle haben: einige sind motorisiert, einige sind für Straßenrennen geeignet, andere sind für die Teilnahme an bestimmten Aktivitäten wie Rollstuhlbasketball, Rugby oder Tennis angepasst.

### Einstellungen von Trainern, Jugendarbeitern und Fachkollegen

Ein anderer wichtiger Punkt, der es ermöglicht, die Inklusivität eines Raums zu definieren, sind die Einstellungen derer, die in dem Raum leben. Jugendarbeiter und Sportlehrer haben beim Planen der nicht formalen Bildungen viel Aufmerksamkeit und Energie der Schaffung eines ruhigen und offenen Arbeitsumfelds, das wichtig ist, um die geplanten Ziele erfolgreich zu erreichen. Obwohl diese Aspekte zweitrangig sein können, macht es bei Aktivitäten, bei denen die Teilnahme und Interaktion der Eckpfeiler der Methoden sind, den Unterschied zwischen Erfolg und Misserfolg, ihnen Aufmerksamkeit zu widmen und sie im Detail zu planen.

Der Beweis für diese Aufmerksamkeit ist in der Tatsache, dass in der nicht formalen Bildung Eisbrechen und Teambuilding Schlüsselaktivitäten der Sitzungen sind und auch die Methoden dazu beitragen, Verknüpfungen zwischen den Teilnehmern herzustellen und die Zusammenarbeit zu fördern. Arbeitsaktivitäten des Jugendsports gehen nicht über dieses Bedürfnis hinaus. Es gibt besonders die Einstellungen der Trainer, Jugendarbeiter und Fachkollegen, die mehr oder weniger bewusst dazu beitragen, das Arbeitsklima zu ruinieren und einen nicht integrativen Raum für junge Menschen, besonders für Menschen mit Behinderungen, zu

schaffen. Jugendarbeiter und Trainer können das erste Hindernis für die Einbeziehung der Zielgruppe sein. Ein paar Einstellungen reichen aus, um alle Bemühungen zu vermeiden, den Raum effektiv zu gestalten. Hier sind einige Beispiele:

- Einen jungen Menschen bedrohen, der Anweisungen nicht befolgt;
- Einen jungen Menschen wegen seiner Unfähigkeit auslachen;
- Einen jungen Menschen übermäßig so zu schützen, dass er keine autonomen Aktivitäten ausführen kann;
- Für eine Person entscheiden, was geht und was schlecht für sie ist;
- Den Wettbewerbsgeist durchsetzen, während die Teilnehmer noch lernen, eine wesentliche Aufgabe durchzuführen;
- Eine zynische Haltung gegenüber einem Teilnehmer haben.

Diese Einstellungen haben eine Trennung zwischen dem Jugendlichen und der Aktivität und sind schwierig zurückzubekommen. Ein Trainer oder Jugendarbeiter kann gleichzeitig die Einstellungen nutzen, die im Gegenteil die Wahrnehmung eines integrativen Raums durch den Jugendlichen erleichtern. Zum Beispiel:

- Minimale Änderungen für die Aktivitäten übernehmen;
- Unterstützung leisten, damit der Schwerpunkt nicht auf Behinderung liegt;
- Die Fähigkeiten eines jungen Menschen und nicht seine Behinderung erkennen;
- Den Jugendlichen an den Entscheidungen beitragen, die im Zusammenhang mit den durchzuführenden Änderungen getroffen wurden;
- Sorgen für eine Atmosphäre und ein Gefühl der Berechtigung.

Der Trainer/ Jugendarbeiter muss aber nicht nur auf seine eigenen Einstellungen achten, sondern auch auf die der ganzen Gruppe. Fachleute können Einstellungen annehmen, die dazu beitragen können, einen Raum für integrierte sportliche Aktivitäten ungeeignet zu machen. Einige Beispiele für das Interaktionsverhalten der Fachleute, das von jungen Menschen mit Behinderungen als echte Hindernisse angesehen wird:

- Auslachen eines jungen Menschen, der das Ziel oder den Ball verfehlt, über ein Hindernis stolpert usw.;
- Einen jungen Menschen wegen seiner Fettleibigkeit verspotten;
- Einen Teilnehmer so zu schützen, dass er keine autonomen Aktivitäten ausführen kann;

- Ignorieren eines jungen Menschen bei sozialen Aktivitäten;
- Mitleid mit ihm/ ihr haben;
- Darauf bestehen, einen jungen Menschen anzustarren, der sich von den anderen unterscheidet;
- Einer behinderten Person das Hilfsmittel wegnehmen, mit dem sie sich bewegen kann (Rollstuhl, Krüchen usw.).

Diese Einstellungen können dem Verhalten der Kollegen gegenübergestellt werden, die als Vermittler fungieren können. Zum Beispiel:

- Ihn/ sie in eine soziale Gruppe akzeptieren;
- Ihn/ sie in ihrer Freizeit besuchen;
- Ihn/ sie zu sozialen Aktivitäten in der Freizeit einladen, zum Beispiel Geburtstagsfeiern, ins Kino gehen usw.;
- Ihn/ sie an verschiedenen Spielen teilnehmen lassen;
- Ihn/ sie in diskriminierenden Situationen moralisch unterstützen.

Bei der Planung der Aktivitäten sollte der Jugend-Sportarbeiter versuchen, diese positiven Einstellungen bei den Teilnehmern zu fördern, und das Bewusstsein für die Bedeutung dieser Einstellungen für das Spielklima und den Erfolg der Aktivitäten schärfen.

## 4 ANGEPASSTE KÖRPERLICHE AKTIVITÄT – SPORT UND BEHINDERUNG

### 4.1 HISTORISCHER ÜBERBLICK

Wenn wir heutzutage über den Sport sprechen, nehmen wir die positiven Punkte der Bewegung selbst oft als selbstverständlich an. Sport ist insgesamt als Instrument der Integration bekannt, als Vermittler der Entwicklung eines Menschen und zuletzt der Entwicklung unserer Gesellschaft. Aus vielen Studien ist bekannt, dass Sport nicht nur dem Körper, sondern vor allem dem Geist zugute kommt. Zu diesen Vorteilen gibt es andere genauso wichtige positive Punkte wie: Entwicklung des Selbstbewusstseins, Fähigkeit zur Selbstorganisation und Selbstregulierung,

Fähigkeit zur Förderung der Widerstandsfähigkeit, Fähigkeit zur Entwicklung der Problemlösungen, Fähigkeit zur Erleichterung der Beziehungen zu andere Menschen, um die Fähigkeit sich anzupassen und die Gelegenheit zur entwickeln, Loyalität und Ehrlichkeit durch Niederlage und Sieg zu entwickeln.<sup>43</sup>

Aber hinter dem, was wir heutzutage für selbstverständlich halten, ist nämlich ein sehr langer historischer Prozess, der sich aus kontinuierlichen Überarbeitungen der Rolle des Sports in den unterschiedlichen historischen Perioden zusammensetzt. Im Laufe der Jahrhunderte musste der Sport kämpfen, um das zu werden, was er heute ist; ein großartiges Werkzeug für die Integration. Bevor wir über den angepassten Sport sprechen, erscheint es wichtig, diesen Kurs kurz zu analysieren, indem wir die wichtigsten Phasen der Annäherung an das Konzept des modernen Sports nachzeichnen, die unsere Gesellschaft dazu veranlasst haben, den Sport als ein wirksames Instrument der Inklusion anzusehen.

### Sport von der Antike bis zur industriellen Revolution

Sport hat kein bestimmtes Geburtsdatum. Sport war in der Antike ein sportliches Werkzeug für die Jagd und das Überleben. Mit der Geburt der ersten Zivilisation war der Zweck des Sports das Training für einen Krieg; aus diesem Grund tauchten zuerst Schwimmen, Reiten und Kämpfen auf. Der alte Sport ist eine Aktivität, die den Oberschichten vorbehalten ist. Eben im antiken Griechenland wurde Sport zu einem weit verbreiteten Phänomen, das in einer gewissen Weise dem Sport der Neuzeit ähnelte. Der Kult der Schönheit und Spaltung macht Sport zu einem Massenereignis, das zur Geburt der Olympischen Spiele führt, Sportspiele, die im Namen des Heiligtums von Olympia in Ilia stattfanden. Während der Spielzeit wurden die Kriege ausgesetzt und die griechischen Athleten nahmen mit höchstem Sportgeist an den Wettkämpfen teil. In der lateinischen Welt spielten die Etrusker Sportspiele nur im Zusammenhang mit Tauerfeiern, während die Römer auf dem Campus Martius zu militärischen Zwecken Sport machten. Mit dem Fall der griechischen Zivilisation nahm der Sport in der Gesellschaft des Römischen Reiches eine große marginale Rolle ein. Im Mittelalter wurde der Sport elitär und wurde nur von Rittern gemacht, um auf dem Schlachtfeld nützliche Fähigkeiten wie Reiten,

---

<sup>43</sup> Der Europa Rat – CDDS (Ausschuss für die Entwicklung des Sports) – „Europäische Sportcharta“ – 7. Konferenz der für Sport zuständigen europäischen Minister, Rhodos, 13. – 15. Mai 1992. Kommission der Europäischen Gemeinschaften – „Das weiße Buch“ – Brüssel, 11.07.2007, 391 final. t für alle

Laufen, Turnier und „Gualdana“ (eine Art der Kampfsimulation) zu entwickeln. Erst in den späteren Jahrhunderten wurde mit der Entwicklung des industriellen Prozesses die Arbeitszeit verkürzt, so dass die Freizeit mit unterschiedlichen weniger anspruchsvollen Aktivitäten und Freizeitaktivitäten gefüllt werden konnte; unter diesem Sport.

### Wiedergeburt der Olympischen Spiele

Mit dem Auftreten des Sportunterrichts und der Hauptsportarten kann das 19. Jahrhundert als das Jahrhundert der Geburt des modernen Sports definiert werden. In diesem Jahrhundert werden grundsätzlich alle wichtigen modernen Sportdisziplinen kodifiziert, aber am wichtigsten; mit der Entdeckung der Stadt Olympia werden die alten Olympischen Spiele wiederentdeckt. Diese Entdeckung ist auf die klassische Archäologie zurückzuführen, die Mitte des 18. Jahrhunderts zu einem echten „Wettlauf um die Ausgrabung“ geworden war. Im Jahr 1829 fing eine Gruppe französischer Archäologen mit den ersten Ausgrabungen in Olympia an, die dann zwischen 1875 und 1881 von einer Gruppe deutscher Archäologen wieder aufgenommen wurden.<sup>44</sup> Baron De Coubertin, inspiriert von den Erkenntnissen der Olympia und von der Bedeutung des Sports für die Bildung überzeugt, gab im Jahr 1892 vor dem Kongress des Französischen Unions für Sport zu, dass er die Olympischen Spiele wieder zum Leben erwecken wollte. Sein Projekt war es, ein Weltereignis zu schaffen, das allen nicht professionellen Athleten offen steht und alle vier Jahre wie die alten Spiele unter Beteiligung aller Nationen stattfindet. Unter dem Moto „Citius, Altius, Fortius!“<sup>45</sup>; die Olympischen Spiele sind der erste Versuch, Menschen durch Sport zu integrieren. Die Olympischen Spiele sind grundsätzlich seit der ersten Ausgabe von Athen im Jahr 1896 ein Spiegel der heutigen Gesellschaft und spiegeln die Ideologien dieser Zeit wider. In den unterschiedlichen Ausgaben haben Politik, Gegenkultur und Diskriminierung die Wege der Spiele gekreuzt, und oft waren die Olympischen Spiele für die teilnehmenden Nationen nur ein Weg, um ihre Vormachtstellung gegenüber den anderen zu behaupten. George Orwell nannte den Sport und das Ereignis der Olympischen Spiele „Krieg ohne Schießen“.<sup>46</sup> Die Olympischen Spiele, die im Laufe ihrer Geschichte ein Punkt der Gleichstellung, des Friedens und der Integration gewesen sein sollten, haben sich

---

<sup>44</sup> <http://www.treccani.it> - digitale Enzyklopädie

<sup>45</sup> Von lat. „Schneller, höher, stärker!“

<sup>46</sup> Orwell G. – ‘The Sporting Spirit’, Tribune, London (GB), 14.12.1945.

oft als Punkt der Propaganda mit Phänomenen der Diskriminierung wegen der Rasse und des Geschlechts herausgestellt; von den „Olympischen Spielen der Schande“ in Saint Louis im Jahr 1904 bis zu denen von „Montreal“ im Jahr 1976, vorbei an denen von „Berlin“ im Jahr 1936 und denen von „Mexico City“ im Jahr 1968. Eine andere Tatsache, die Schatten auf die Olympischen Spiele wirft, sind die verschiedenen Prozentsätze der teilnehmenden männlichen und weiblichen Athleten. Zahlen, die immer zugunsten der ersten unausgeglichen waren. Erst in den letzten Ausgaben der Olympischen Spiele wurden diese Phänomene durch eine immer höhere Zahl der Frauen gemildert (6213 Männer und 5090 Frauen nahmen daran teil). In der derzeit sehr kontroversen sozialen Landschaft, in der diskriminierende und intolerante Phänomene wieder erscheinen, muss der Sport eine entscheidende Rolle im Kampf gegen diese Phänomene spielen. In diesem Zusammenhang spielt der angepasste Sport eine wichtige Rolle, der wie die Olympischen Spiele im Laufe der Jahre immer sichtbarer geworden ist und auf den Kulturzustand der Gesellschaft hinweist. Aber wann wurde der angepasste Sport eigentlich geboren?

#### Internationale Spiele für Hörgeschädigte

Die Geburt des angepassten Sports kam erst vor kurzem, da eine Person mit Behinderung im Gegensatz zu der Harmonie in der Vergangenheit gesehen wurde, die das Ideal des „klassischen Modells“ darstellte, und daher eine Person mit Behinderung nicht an Sport und Wettkämpfen teilnehmen durfte. Die Vision der Behinderung änderte sich nach dem Ersten Weltkrieg; in Paris wurden die ersten „Internationalen Spiele für Gehörlose“ (heute Deaflympics) organisiert. Diese Veranstaltung, an der elf Nationen teilnehmen, gilt als erste offizielle Sportveranstaltung zugunsten von Behinderungen. Nach dieser Erfahrung wurden die Wettbewerbsaktivitäten unmittelbar nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs auf andere Arten der Behinderungen entwickelt. Der Neurochirurg Ludwig Guttmann (Englisch deutscher Herkunft) kam auf die Idee, Sport als Rehabilitationsinstrument zur Behandlung von Rückenmarksverletzungen einzusetzen. Guttmann begrüßte in seinem Zentrum in Stoke Mandeville (Aylesbury) die Veteranen, die während des Ersten Weltkriegs Markverletzungen erlitten hatten. Mit den derzeitigen Rehabilitationsmethoden hatten Patienten eine sehr niedrige Lebenserwartung. Der Neurochirurg hatte die Intuition, eine Art Sporttherapie als Behandlungsinstrument einzusetzen und gute Ergebnisse zu bekommen; bald wurde sein Versuch ein Arbeitsprotokoll. Er bemerkte, dass Probanden, die sich dieser speziellen Therapie

unterzogen, Vorteile aus der Sicht der Atemwege und der Muskeln erzielten, was zu einer Verbesserung des Gleichgewichts und der motorischen Fähigkeiten führte. Diese Verbesserungen zeigten sich auch im alltäglichen Leben; Patienten mit Querschnittslähmung zeigten zum Beispiel beim Fahren eines Rollstuhls eine größere Begabung.<sup>47</sup>

### Vorfahren der Paralympics: die „Stoke Mandeville Spiele“

Der Erfolg dieser Methode anordnete Guttman im Jahr 1948 die Stoke Spiele zu organisieren, die den Athleten mit Behinderungen vorbehalten waren. Eine Veranstaltung, an der Kollegen und Ärzte aus aller Welt teilnahmen, um die vom englischen Neurochirurgen vorgeschlagene Methode zu untersuchen. An dieser ersten Veranstaltung nahmen 16 querschnittsgelähmte Soldaten teil, die am Bogenschießen teilnahmen. Das Spiel wurde zu einer Veranstaltung und in der Ausgabe von 1952 wurde die Veranstaltung unter Beteiligung einer niederländischen Delegation und fand die internationale paralympische Bewegung mit der Gründung der ISMGF (International Stoke Mandeville Games Federation) an. Die Berühmtheit der Spiele und der Einsatz der Sporttherapie waren nicht mehr nur mit einer Verbesserung der körperlichen Verfassung des Patienten verknüpft, sondern auch mit der Verbesserung des Geistes, der von sportlichen Aktivitäten in Bezug auf Selbstbewusstsein und Energie profitierte. Im Jahr 1956 wurden die Internationalen Spiele für Menschen mit Behinderungen vom IOC (Internationales Olympisches Komitee) offiziell als Zeugnis des von ihnen vertretenen menschlichen und sozialen Wertes anerkannt. Alles war schon, den olympischen Geist dieser Spiele zu erkennen.<sup>48</sup>

### Rom 1960: die ersten Paralympischen Spiele in der Geschichte

Im Jahr 1960 fanden die Olympischen Spiele in der schönen Landschaft Roms statt; die italienische Ausgabe wird nicht nur als eine der spektakulärsten Ausgaben aller Zeiten in der Geschichte der Olympischen Spiele bleiben, sondern auch als Austragungsort der ersten Paralympischen Spiele in Erinnerung bleiben. Die Guttman-Spiele, die zum ersten Mal den Ärmelkanal überquert und in einem bedeutenden Schaufenster für die Welt geöffnet hatten, wurden vom Engländer in Zusammenarbeit mit den italienischen Agenturen CONI (Italienisches Nationales

---

<sup>47</sup> [www.treccani.it](http://www.treccani.it) - Enzyklopädie des Sports

<sup>48</sup> Ebd.

Olympisches Komitee) und INAIL (Nationales Institut für Arbeitsunfallversicherung).<sup>49</sup> Inzwischen war der Würfel gefallen; kurz darauf, im Jahr 1964, wurde Guttman der erste Präsident von ISOD (Internationale Sportorganisation für Behinderte). Die neue Organisation wollte sofort nicht nur Rückenmarksverletzungen, sondern auch andere Arten der Behinderungen (Blinde, Amputierte, Zerebralparese usw.) unter ihre Vertretung bringen. Diese Bemühungen ermöglichten es Amputierten und der Zerebro-Physik, an den Spielen teilzunehmen, die bei den Olympischen Spielen im Jahr 1976 in Toronto stattfanden.

### Die Geburt des IPC

Nach der Geburt des ISOD in den 70ern wurden andere Verbände gegründet, die andere Behinderungen vertreten. Sie handelten getrennt, aber mit dem Ziel, Sportler mit Behinderungen zu vertreten und den Sport als therapeutisches und soziales Instrument für die Einbeziehung der Menschen mit Behinderungen zu fördern. Im Jahr 1882 wurde der IStGH gegründet und wurde zum IPC (Internationales Paralympisches Komitee), der derzeit weltweit einzigen internationalen Organisation der Menschen mit Behinderungen. Das Komitee, das einem Gesetz unterliegt, hat als Ziel, die Paralympischen Spiele und andere Sportwettkämpfe zu organisieren, zu überwachen und zu koordinieren, an denen die Kategorien von Athleten mit Behinderungen beteiligt sind.

## 4.2 ANGEPASSTE KÖRPERLICHE AKTIVITÄT

Studien zeigten, dass sich die körperliche Fitness und die ganze Körpergesundheit durch die Teilnahme an allen körperlichen Aktivitäten, vom Gehen bis zum Marathon, deutlich verbessern. Wie wir bereits feststellten, haben Sport und körperliche Aktivität Vorteile für die psychische Gesundheit der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen und tragen dazu bei, Stress, Angstzustände und Depressionen abzubauen<sup>50</sup>.

---

<sup>49</sup> Piccioni V., Bondini G., Maiorella I., Sbeti N. - „Auf die Plätze. Sport, die Olympischen Spiele, die Sieger und diejenigen, die es nicht geschafft haben“; Verlag Booklab, 2016. Verfügbar auf <http://www.uisp.it/nazionale/pagina/ai-vostri-posti> Aufruf im Juni 2020

<sup>50</sup> Ryan J., Katsiyannis A., Cadorette D., Hodge J., Markham M. (2013). Einrichtung adaptiver Sportprogramme für Jugendliche mit mittelschweren bis schweren Behinderungen. Schulversagen vorbeugen: Alternative Bildung für Kinder und Jugendliche. Verfügbar auf: [https://www.researchgate.net/publication/271929792\\_Establishing\\_Adaptive\\_Sports\\_Programs\\_for\\_Youth\\_with\\_Moderate\\_to\\_Severe\\_Disabilities](https://www.researchgate.net/publication/271929792_Establishing_Adaptive_Sports_Programs_for_Youth_with_Moderate_to_Severe_Disabilities), Aufruf im April 2020.

Es ist aber insgesamt bekannt, dass Menschen mit Behinderungen nicht auf dem selben Niveau wie die Gesunden an einer sportlichen Aktivität teilnehmen können. Es ist daher nötig, den Raum und den Prozess des Trainings oder der körperlichen Aktivität anzupassen. Aus diesem Grund wird die Sportmethode für Menschen mit Behinderungen manchmal als **adaptiver Sport oder angepasste körperliche Aktivität** genannt. Das Inclusion Spectrum Framework und das STEPS-Modell (Stevenson & Black, 2011) sind für Praktiker konzipiert, um Aktivitäten anzupassen, um Hindernisse für die Teilnahme zu beseitigen und Aktivitäten besser zu gestalten<sup>51</sup>:



The Inclusion Spectrum Framework

Jeder kann spielen – natürlich inklusive Aktivitäten basierend auf dem, was jeder mit wenig oder keinen Änderungen tun kann, zum Beispiel Aufwärmen und Abkühlen, bei denen Kinder die für sie passende Beteiligung finden können. Eine weitere Idee kann das Sammeln oder Sammeln von Spielen sein, zum Beispiel Sammlung auf dem Spielplatz verstreute Objekte und Ordnung nach Farben.

Änderung, um einzuschließen – Jeder führt dieselbe Aktivität durch, indem er Anpassungen nutzt, um Unterstützung und Herausforderung für eine Reihe verschiedener Fähigkeiten bereitzustellen. Das STEPS-Modell (Raum, Aufgabe, Ausstattung, Personen und Erfolg) kann genutzt werden, um eine Struktur zur Anpassung und Änderung der Aktivitäten bereitzustellen.

<sup>51</sup> Kelly F., Southwell K., Teow K. - „Die Jugend kann durch Sport Türen zu allen Fähigkeiten öffnen“; ENGSO Jugend mit dem Europäischen Paralympischen Komitee, 2011. Verfügbar auf [https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/ugd/6fa9e5\\_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf](https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/ugd/6fa9e5_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf), Aufruf im Mai 2020.

Fähigkeitsgruppen – Die Teilnehmer werden nach ihren Fähigkeiten geteilt: jede Gruppe führt eine Version derselben Aktivität aus, aber auf einer Ebene, die den Personen in jeder Gruppe entspricht, zum Beispiel Erstellung der zwei oder mehr Versionen derselben Aktivität (eine stehende Version und eine sitzende Version von Volleyball).

Alternative oder separate Aktivität – Einzelpersonen arbeiten an bestimmten Fähigkeiten, was zu einer effektiveren Einbeziehung in die gesamte Gruppe führt. Manchmal muss jemand separat üben, um ihn erfolgreicher einzubeziehen. Stellen Sie aber sicher, dass das kein Grund für die meiste Zeit ist.

### Die Definition der angepassten körperlichen Aktivität (APA)

Der Begriff Der angepasste körperliche Aktivität (APA) wurde im Jahr 1973 von IFAPA<sup>52</sup> eingeführt, obwohl sich eine ausführliche Definition verzögerte. Diese Verzögerung wurde eher durch die anhaltende europäische Debatte über die Bedeutung des Sports verursacht, die zu diesem Zeitpunkt noch darauf ausgerichtet war, den Leistungssport auf Kosten des Sports für alle als eine Priorität zu betrachten. Der verstärkte Punkt auf den „Spitzensport“, der nötig ist, um ein Dokument zu machen, das die Rechte aller sicher macht, Sport treiben zu können: die „Charta des Europäischen Sports für alle“; wurde im Jahr 1975 geboren. Im Artikel 1 dieses wichtigen Dokuments bedeutet: „Jeder hat das Recht auf sportliche Aktivitäten“.<sup>53</sup>

Im Jahr 1984 wurde die Europäische Charta aktualisiert und der soziale Wert des Zugangs zum Sport für Menschen mit Behinderungen unterstrichen: „Der Zugang zum Sport für Benutzer mit Behinderungen (Öffentlichkeit und Sportler) wird immer mehr zu einer unverzichtbaren Voraussetzung, um Sport zu einer Dienstleistung zu machen und ein Phänomen, das auf die Erwartungen der Gesellschaft eingeht“<sup>54</sup>. Dieser Schritt ist wichtig, weil er darauf abzielt, das Recht auf Sport für alle auf diejenigen auszudehnen, die bisher keinen Zugang zu sportlichen Aktivitäten hatten. Dieses Konzept wird durch ein genauso wichtiges ergänzt, das darauf

---

<sup>52</sup> Internationale Föderation für angepasste körperliche Aktivität.

<sup>53</sup> Konferenz der zuständigen europäischen Ministerien – Europäische Charta für Sport für alle Menschen mit Behinderungen – Straßburg, 1987, S. 10.

<sup>54</sup> Bianco A., Tasso E., Bilard J., Ninot G., Varray A. - „Unterricht angepasster körperlicher Aktivitäten“; The Otter, Genua, 2004, S. 365.

abzielt, Sport nicht nur als Wettkampftätigkeit anzusehen, sondern auch in anderen verschiedenen Formen. Mit „Sport für alle“ betrachten wir<sup>55</sup>:

- Spitzensport für Spitzensportler (repräsentative Ebene)
- Regelmäßige Teilnahme an Sportarten
- Freizeitsport zum persönlichen Vergnügen
- Sport aus medizinischen Gründen oder zum persönlichen Wohlbefinden.

Dieses Konzept hebt die Bedeutung des Sports auf, der bis dahin nur für Sportler mit bestimmten Fähigkeiten ausgedacht war. Mit dieser Überlegung wird das Prinzip ganz aufgehoben, wie es Guttman im Jahr 1948 mit der Anpassung des Sports an seine Patienten gemacht hatte. Sport wird also zu einer Aktivität, die an die wirklichen Fähigkeiten des Subjekts angepasst ist und von dem ausgeht, was der Athlet machen kann, das heißt von seinen verbleibenden Ressourcen.

Unter diesem neuen Punkt wurde im Jahr 1989 versucht, eine erste Definition von APA zu geben. APA bezieht sich auf die Bewegung, körperliche Aktivität und Sport, bei denen die Interessen und Fähigkeiten der Personen mit benachteiligten körperlichen Bedingungen besonders hervorgehoben werden; wie behinderte, kranke oder ältere Menschen.<sup>56</sup> Im Wesentlichen darf der Bediener in dieser Art der Aktivität den Athleten in der ersten Phase nicht trainieren, sondern **muss ihn/ sie für eine bestimmte körperliche Aktivität als rehabilitative, erholsame und therapeutische Form „qualifizieren“**. Sportliche Wettbewerbsfähigkeit kann nur dann eintreten, wenn Bedingungen geschaffen werden und erst nach dieser ersten Phase, wenn das Subjekt einen optimalen psycho-physischen Zustand erreicht hat, um sich dem nächsten Schritt zu stellen. Diese Modalität der Programmierung ausgehend von den Fähigkeiten des Fachs wird im Laufe der Jahre auf Behinderungen übergreifend anwendbar und gewinnt in Unterrichtsmethoden für Fächer mit verschiedenen Fähigkeiten immer mehr an Bedeutung.

Es ist also wichtig, die Definition von APA zu aktualisieren, indem sie auf andere Kontexte ausgedehnt und die in diesen Jahren entwickelten Interventionsbereiche und Methoden neu definiert werden. Im Jahr 2000 definierte der Internationale Rat für Sportwissenschaft und Sportunterricht (ICSSPE) APA in seiner Bedeutung als „weltweit genutzt; einen interdisziplinären Wissens- und Tätigkeitsbereich zu

---

<sup>55</sup> Konferenz der zuständigen europäischen Ministerien – Europäische Charta für Sport für alle Menschen mit Behinderungen – Straßburg, 1987, S. 9.

<sup>56</sup> ADAPT – Europäisches Programm der angepassten körperlichen Aktivität – Dokument von Prof. Herman Van Coppenolle herausgegeben

identifizieren, einschließlich Sportunterricht, Freizeit, Tanz, Sport, Fitness und Rehabilitation; an Personen mit Behinderungen jeden Alters und während des gesamten Lebenszyklus gerichtet. Dieses Konzept beinhaltet Informationen und Forschungsergebnisse aus Unterdisziplinen der Bewegungs- und Sportwissenschaften (zum Beispiel Biomechanik, Sportpsychologie, Sportpädagogik, usw.) sowie aus anderen wissenschaftlichen Bereichen (Medizin, Rehabilitationswissenschaft, Psychologie, usw.) Umgang mit körperlicher Aktivität und Sport von Menschen mit besonderen Bedürfnissen und Menschen mit Behinderungen.“<sup>57</sup> Einige Wissenschaftler glauben, dass APA eine „Überbegriff“ darstellt; wo der Regenschirm die Metapher des breiten Spektrums der Menschen darstellt, die die angepasste Aktivität abdecken möchte; APA bleibt mit dieser neuen Definition nicht mehr nur auf das Aktionsfeld des Motorraums und das Handeln des einzelnen Sportbetreibers beschränkt, sondern wird zu einer gemeinsamen Aktion aller um Prozess der Bildung einer Person mit Behinderung beteiligten Parteien. Konkret zwingt die neue Definition im Vergleich zur vorherigen die Betreiber aller Bereiche und auch die Personen, gemeinsame Maßnahmen zur Gestaltung und Planung der Ziele zu ergreifen.

**Eine Person mit Behinderung, an die sich das APA richtet, darf sich nicht passiv der Anpassungsmaßnahme unterziehen, sondern muss sich aktiv am Prozess beteiligen, indem sie eine Selbstbewertung und Programmierung der Ziele durchführt.** Im Gegenteil muss der Bediener eine Vision haben, die sich auf das Defizit und die Verbesserungslösungen konzentriert, für sich selbst überwinden, um eine personalisierte Vision anzunehmen, die von den verbleibenden Fähigkeiten des Menschen mit Behinderung, aber auch von seinen Bedürfnissen und Erwartungen zum Aufbau eines individuellen Wegs, der mit dem Team geteilt wird (Lehrer, Arzt, Familie, Person mit Behinderung, usw.).

### [APA und Anpassung](#)

Wie bisher begründet, erscheint es richtig, APA nicht nur als Instrument zu Verbesserung der Lebensqualität, Gesundheit und des Wohlbefindens der Menschen mit Behinderungen anzusehen, sondern auch als Mittel zur Erleichterung der Integrations- und sozialen Inklusionsprozesse. Der Begriff kann „angepasst“ als

---

<sup>57</sup> Pioletti A.M., Porro N. - Der Sport der Europäer. Staatsbürgerschaft, Aktivitäten, Motivation. – Franco Angeli, Mailand 2013

Mittel zur Vermittlung zwischen Bewegung und den von der Person in einem sozialen Kontext zum Ausdruck gebrachten Schwierigkeiten bei der Ausführung angesehen werden. APA kann also mit einer sozialen Dynamik verbunden werden, die sich auf Anpassungstheorie, individuelle Unterschiede und körperliche Aktivität konzentriert. Der zentrale Punkt, um APA ganz zu verstehen, liegt darin, die Bedeutung des Wortes Anpassung zu entdecken, weil wir uns alle über die Bedeutung der körperlichen Aktivität einig sind, während es schwierig ist, den Begriff „angepasst“ zu erklären.

Wir fangen mit der Annahme an, dass „jeder Einzelne das Potenzial und die Fähigkeiten hat, die es ihm ermöglichen, den Kontext, in dem er lebt, seinen Vorteil zu modifizieren und anzupassen, um den Ausdruck des persönlichen Wohlbefindens zu fördern“<sup>58</sup>. Bei einer Person mit Behinderung entspricht dieser Ausgangszustand nicht immer der erfolgreichen Erforschung des persönlichen Wohlbefindens. Der Grund für dieses Verhalten liegt in der Fragilität, die Menschen mit Behinderungen häufig erfahren und wahrnehmen. Das wurzelt im alltäglichen Leben, wenn eine Person nicht in der Lage ist, angemessene Reaktionen auf den sozialen Referenzkontext anzupassen. All das führt zu einer Verringerung des Selbstbewusstseins (Bandura, 1997)<sup>59</sup>. Das Ziel des APAs ist es, die Kette durchzubrechen, die mit der Unzugänglichkeit des Subjekts von einer motorischen Aufgabe verknüpft ist, und durch positive körperliche Praxis die Prozesse der Selbstwirksamkeit, Ermächtigung und Selbstbestimmung zu verbessern.

Es ist erforderlich, in den Anpassungsprozess einzugreifen, der „die Kunst und Wissenschaft darstellt, zu wissen, wie man Variablen steuert, um die gewünschten Ergebnisse zu bekommen“<sup>60</sup>. Diese Definition wird mit der Aktion des APAs in ein operatives Feld übersetzt, das als Ziel hat, kontinuierliche interaktive Prozesse zwischen Individuen und Umgebungen zu fördern, um sich gegenseitig zu beeinflussen und die körperliche Leistungsfähigkeit und das persönliche Wohlbefinden zu verbessern. Die Bidirektionalität der Interaktion ist der Schlüssel zum Anpassungsprozess, weil es nicht ausreicht, nur die Umgebung zu modifizieren. APA muss mit seiner Aktion interaktive Anpassungen hervorrufen, die sowohl Umwelt- als auch Einzelvariablen einbeziehen. Diese Interaktion erleichtert nicht nur

---

<sup>58</sup> Reid G. - „Definition der angepassten körperlichen Aktivität“, Kapitel 2 der „Angepassten körperlichen Aktivität“ von Steadward D., Wheeler G.D., Watkinson E.J.; (Hg.); The University of Alberta Press and The Steadward Centre, 2003; Seiten 11-26

<sup>59</sup> Bandura A. - „Selbstwirksamkeit: Theorie und Anwendungen“; Edizioni Erikson, Trento, 2000

<sup>60</sup> Sherrill C. - „Angepasste körperliche Aktivität, Erholung und Sport: Disziplinübergreifend und Lebensdauer“ – (Band 5), Wm. C. Brown Publishers, DubuqueIA 1997, S. 60.

die Anpassungsbewegung, sondern fördert auch Spaßfaktoren und Selbstwirksamkeitsprozesse, die mit dem Erfolg der eigenen motorischen Handlung zusammenhängen. Letztendlich sind drei voneinander abhängige und interagierende Variablen in den Anpassungsprozess involviert: die Person mit Behinderung, das soziale Umfeld und die motorische Aufgabe.

### Unterschiedliche Visionen des APAs

Um eine Anpassung zu planen, müssen diese drei Variablen berücksichtigt werden, es muss aber auch nach einem Hintergrund gesucht werden, der die Aktion der angepassten Aktivität orientiert. Es ist erforderlich, einen Referenzrahmen für die Aktivität zu definieren, in den eine Person mit Behinderung eingeordnet werden kann. Es gibt vier Logiken, in die die APAs eingeführt werden können. Diese Kategorien sind den oben schon erwähnten Angaben der „Europäischen Charta des Sports für alle 1984“ entnommen. APAs können aus folgenden Perspektiven angesehen werden:

- ❖ Perspektive des Sports
- ❖ Soziale Perspektive
- ❖ Psychomotorische Perspektive
- ❖ Therapeutische Perspektive

Wir sind besonders an den ersten drei interessiert und überlasse den vierten spezifischeren Bereichen, die für unser Handbuch nicht relevant sind.

Die **Perspektive des Sports** folgt einer Logik der Reproduktion der sportlichen Aktivität und sportlichen Leistung; Training und Praxis, die von bestimmten Verbänden organisiert werden. Diese Stufe beinhaltet zum Beispiel Basketball- und Rollstuhlathletik. In diesem Zusammenhang konzentriert sich die Aufmerksamkeit des Bedieners sicher auf die Leistung und das Erreichen der Ziele und Fähigkeiten im physischen und emotionalen Bereich (Selbstwirksamkeit und Gefühl der Zugehörigkeit).

Die **soziale Perspektive** investiert die Freizeit des Menschen mit Behinderung und erfordert den Aufbau sozialer Netzwerke, in denen das Subjekt Freude an der ausgeübten körperlichen Aktivität haben muss, während es den Richtlinien des Kontextes folgt. Wenn zum Beispiel eine Laufaktivität für eine Gruppe der Menschen mit kognitiven Behinderungen in einer städtischen Umgebung organisiert wird, kann

diese mit Unterstützung der Betreiber und unter Beachtung der Regeln der Verkehrsgesetze in kleinen Gruppen organisiert werden, um Autonomie zu erreichen auf Reisen. Unter diesem Punkt richtet sich die Handlung des Betreibers nicht auf die Leistung des Subjekts, sondern auf den Aufbau des Netzwerks und den Aufbau eines Projekts, an dem alle Parteien beteiligt sind und das Subjekt mit Behinderung im Mittelpunkt steht. Das Gefühl der Selbstwirksamkeit und die Aspekte der Sozialisation werden bei dieser Anpassung beeinflusst.

Aus **psychomotorischer Perspektive** ist das Subjekt wegen des Mangels an Verlangen oder Unfähigkeit nicht in der Lage, sich unabhängig für die Ausübung einer körperlichen Aktivität zu entscheiden. In dieser Art der Perspektive wird das Thema auf Disziplin ausgerichtet sein und es emotional in die Ausübung der Aktivitäten einbeziehen, die dazu führen, dass die Person mit Behinderung ein Gefühl der Freude an der Ausführung einer motorischen Aufgabe verspürt. In diesem Zusammenhang übernimmt die Suche nach Motivation alles andere; Ziel des Betreibers ist es, die Person mit Behinderung für die vorgeschlagene Aktivität zu begeistern

#### Auswahl eines APA und der operativen Werkzeuge zur Verwaltung der Aktivität

Bei der Auswahl des am besten geeigneten APA für die Person mit Behinderung müssen wir von der Bewertung der ICF-Klassifizierung und des emotionalen Zustands sowie des sozialen Kontextes ausgehen, in dem wir tätig sein werden. Die Person könnte eventuell wegen der Veränderung auf der Wahrnehmungsebene (zum Beispiel eine falsche Wahrnehmung des Körpermusters oder der Propriozeption) auf der kognitiven Ebene (zum Beispiel Störungen auf der Ebene) Schwierigkeiten in Bezug auf die Beziehung und Anpassung an die Umwelt aufweisen (Aufmerksamkeitsebene) und auf emotionaler Ebene (zum Beispiel vergangene Erfahrung, die Ärger und Frustration hinterlassen haben). Wir müssen also bei der Auswahl des APA noch zusätzlich zur Berücksichtigung des ICF die möglichen Änderungen unseres Themas gut bewerten, um eine klare Vorstellung von der vorgeschlagenen oder geplanten Aktivität zu bekommen. Auf der Grundlage dieser ersten Bewertung könnten wir die Aktivität in seinem Lehrplan planen, Unterrichtsstrategien auswählen und den Kontext auswählen, der zum Lernen führt.

Solange wir das Potenzial des Themas und die Programmierpunkte bewertet haben, können wir die operativen Werkzeuge berücksichtigen, die geändert und an das

Thema angepasst oder erstellt werden müssen, indem wir die Werkzeuge modifizieren. Die Betriebswerkzeuge können sich auf die Umgebung und die Motoraufgabe beziehen. In Bezug auf die operativen Werkzeuge, die sich auf die Umwelt auswirken könnten, können wir das tun:

- **Physische und soziale Umgebung** mit diesem Werkzeug können wir den Spielraum ändern, indem wir ihn nicht nur in der Größe, sondern auch in der Ausstattung anpassen. Wir könnten dann nachdenken, das Spielfeld in Sportarten größer zu machen, in denen Rollstuhlfahrer involviert sind, oder erhöhte Schilder am Boden nutzen, um die Bewegung bei Aktivitäten für Blinde zu lenken.
- **Ausstattung:** mit den Materialien können wir die Ausführung der motorischen Gesten erleichtern (zum Beispiel mit größeren Ballons für leichteren Halt), Sportler schützen (Schaumstoffpolster oder die Nutzung der leichten Ballons) oder die Analyse der Bewegung erleichtern (Nutzung der Geräusche oder Begleiter).
- **Bestimmungen:** mit diesem Werkzeug können wir die Regeln, Ergebnisse und Zeiten ändern, um das Spiel leichter zu machen.
- **Sprache:** Sprache wird ebenfalls zu einem wichtigen operativen Werkzeug, weil sie im Falle einer geistigen Behinderung (Nutzung von Nachahmung, Ausdruckssprache und Nutzung einfacher Begriffe) vereinfacht oder die Bewegung der blinden Person unterstützt werden kann (Nutzung einer Sprache, die reich an räumlichen Informationen ist).

Ein anderer wichtiger Punkt ist die Änderung und Ausrichtung der motorischen Aufgabe auf das wirkliche Potenzial einer Person mit Behinderung. Es ist in der Tat genauso wichtig, dass innerhalb des APA das Subjekt, das daran teilnimmt, physisch mit dem vollen Potenzial interagieren kann, während es eine aktive Rolle in der Aktivität beibehält. Es ist also erforderlich, drei weitere Elemente berücksichtigen und auf sie einzuwirken, um die motorische Geste erfolgreich und motivierend zu machen. Diese drei Elemente sind<sup>61</sup>:

- **Biomechanische Eigenschaften der motorischen Geste:** bei dieser Anpassung kann das Subjekt nämlich keine technische Geste gemäß den Regeln für diese Aktivität ausführen. Denken wir an das angepasste Bogenschießen, bei dem Amputierte mit den biomechanisch anderen Gesten

---

<sup>61</sup> Janney R., Snell M. - „Änderung der Schularbeiten“; Paul H. Brooker, Baltimore, 2000.

als der ursprünglichen Technik schießen (siehe Abb. Bogenschießen mit dem Mund).

- **Komplexität der Koordination und notwendige kognitive Fähigkeiten und Aufmerksamkeitsfähigkeiten:** bei diesen Aktivitäten sind Anpassungen vorgesehen, um eine geistige und kognitive Behinderung oder Behinderungen auf neuronaler Ebene zu überwinden. Die Komplexität der Geste und die Forderung nach einer komplexen Koordination benötigen eine gute Fähigkeit zur Intersegmentierung und zu dissoziativen Fähigkeiten. Wir können dazu eingreifen, indem wir die Komplexität der Geste verringern (Beispiel eines Kunstturniers mit kognitiven Behinderungen).
- **Affektiv-emotionale Komponente des erzeugten sensomotorischen Vergnügens:** in dieser letzten Komponente ist die motorische Geste nicht auf die Leistung gerichtet, sondern auf den emotionalen Teil, der das Vergnügen sucht, sich für das leichte Vergnügen zu bewegen. Denken wir zum Beispiel an alle psychomotorischen Aktivitäten, die als Ziel haben, die Kompatibilität mit der motorischen Geste zu erreichen, obwohl sie vereinfacht sind.

Zusammenfassung der APAs: sie werden von der anfänglichen Bewertung des Potenzials des Subjekts und durch Änderungen auf der Wahrnehmungs-, emotionalen und kognitiven Ebene ausgewählt. Aus dieser ersten Bewertung werden Ziele festgelegt und ein individuelles und personalisiertes Projekt erstellt, das speziell für Menschen mit Behinderungen konzipiert ist. Das Projekt wird zu einem Programm und die Aktivität wird je nach Umfang des Themas moduliert. Von hier aus nutzen wir die operativen Werkzeuge, um Anpassungen an die Umgebung (physische und soziale Umgebung, Ausstattung, Vorschriften, Sprache) und an die motorische Aufgabe (biomechanische, koordinative/ aufmerksame und emotionale/ motorische Eigenschaften) vorzunehmen. Eine letzte Überlegung betrifft die Intensität der Anpassung, die zu einer höheren oder niedrigeren Intensität führt. Wir unterscheiden also verschiedene Arten der Anpassungsintensität:

- Minimale Änderungen: sie betreffen Hilfsmittel für Schüler wie Handbücher sowie visuelle und akustische Signale;
- Moderate Änderungen: sie betreffen Ausstattung, Regeln und Rollen in der Aktivität;

- Erhebliche Änderungen: sie betreffen einen hohen Grad an Individualisierung, zum Beispiel einen Begleiter, der als Leitfaden fungiert und verbale Hinweise auf dem Weg gibt, um Gefahren zu vermeiden.<sup>62</sup>

### 4.3 ADAPTIVE MODELLE UND TYPEN FÜR KÖRPERLICHE AKTIVITÄT

---

Zur Anpassung der Methodik können Sporttrainer und Jugendarbeiter das STEP- oder das TREE-Modell nutzen.

Entweder das STEP- oder TREE-Modell beruht auf der Änderung der Wahrnehmung des internationalen Behindertensports. Es bietet Praktikern eine gute Gelegenheit, Änderungen an sportlichen Aktivitäten zu strukturieren. STEP ist eine Abkürzung für die Wörter „Raum“, „Aufgabe“, „Ausstattung“ und „Menschen“. STEP wurde im Ressourcenmaterial des Youth Sport Trust als ein einfacher Punkt entwickelt, um Lehrern, Trainern und Sportlern in der Gemeinde bei der Anpassung des Prozesses zu helfen. Als Struktur kann STEP genutzt werden, um sicherzustellen, dass Teilnehmer mit verschiedenen Fähigkeiten in körperliche Aktivitäten einbezogen werden können. Für jedes Wort, das durch die Buchstaben des Akronyms dargestellt wird, bieten die Autoren folgende Beispiele an<sup>63</sup>:

- Raum – Vergrößerung und Verkleinern des Spielbereiches; variieren die in der Praxis zurückzulegenden Entfernungen, um sie an verschiedene Fähigkeiten oder Mobilitätsstufen anzupassen; Verwendung der Zoneneinteilung, wenn Spieler zum Beispiel nach Fähigkeiten übereinstimmen und daher mehr Gelegenheiten zur Teilnahme haben.
- Aufgabe – Sicher sein, dass jeder die gleiche Möglichkeit hat, zum Beispiel an einem Ballspiel teilzunehmen. Alle Spieler haben die Möglichkeit, zu tragen/ dribbeln, zu passen, zu schießen usw.; Zerlegung der komplexen Fertigkeiten in kleinere Bestandteile, wenn das den Spielern hilft, diese Fertigkeiten leichter zu entwickeln; sicher sein, dass die Spieler genügend Möglichkeiten haben, Fähigkeiten oder Komponenten einzeln oder mit einem Partner zu üben, bevor sie in ein kleines Teamspiel aufgenommen werden.

---

<sup>62</sup> De Potter C. - „Angepasste körperliche Aktivitäten und Sport für sensorisch beeinträchtigte Personen: Hindernisse für die uneingeschränkte Teilnahme“; Erste europäische Konferenz in APA und Sport: ein Weißbuch über Forschung und Praxis, Acco, Leuven, 2003.

<sup>63</sup> Kiuppis F. (2018) - Inklusion im Sport: Behinderung und Teilhabe, Sport in der Gesellschaft, 21:1, 4-21, verfügbar auf: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17430437.2016.1225882>, Aufruf im April 2020

- Ausstattung – Erhöhung oder Verringerung der Größe des Balls, um ihn an die Fähigkeit oder die Altersspanne der Spieler anzupassen oder je nach Art der ausgeübten Fertigkeiten; Bereitstellung der Optionen, mit denen Personen einen Ball auf verschiedene Weise schicken oder empfangen können, zum Beispiel mithilfe einer Rutsche oder einer Rinne zum Senden oder eines Fanghandschuhs zum Empfangen; die Nutzung der Glocke oder der Rasselbälle kann die Einbeziehung einiger Spieler unterstützen.
- Menschen – Kombination der Spieler mit ähnlichen Fähigkeiten bei Aktivitäten mit kleinen oder engen Markierungen; Balanz der Teamnummer entsprechend der Gesamtfähigkeit der Gruppe. Es kann vorzuziehen sein, mit Teams mit ungleichen Zahlen zu spielen, um die Einbeziehung einiger Spieler zu erleichtern und die Teilnahme anderer zu maximieren.

Ab und zu fügen Praktizierende dem STEP-Modell einen weiteren Buchstaben hinzu – Buchstabe S bedeutet Erfolg. Hier ist ein Beispiel für mögliche Anpassungen unter der Nutzung des STEPS-Modells<sup>64</sup>:

| Possible adaptations                                     |  |
|--|--|
| <b>S</b> <b>pace</b><br>Where is the activity happening? | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Targets nearer or further away</li> <li>■ Height and distance</li> <li>■ Zones of play</li> </ul>   |
| <b>T</b> <b>ask</b><br>What is happening?                | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Try different ways of taking part (e.g. different movement patterns)</li> <li>■ Change rules to aid inclusion</li> <li>■ Be flexible</li> </ul> |
| <b>E</b> <b>quipment</b><br>What is being used?          | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Size, shape, weight</li> <li>■ Playing surface</li> <li>■ Sound</li> </ul>  |
| <b>P</b> <b>eople</b><br>Who is involved?                | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Coach positioning</li> <li>■ Group dynamics (e.g. working in pairs/small groups)</li> <li>■ Different roles</li> </ul>                          |
| <b>S</b> <b>uccess</b><br>How did it go?                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Challenge</li> <li>■ Timing</li> <li>■ Attainable</li> </ul>  |

<sup>64</sup> Ebd.

Das andere Modell ist TREE, ein Akronym, das sich aus den Wörtern „Lehr- oder Coachingstil“, „Regeln und Vorschriften“, „Ausstattung und Umwelt“ ableitet<sup>65</sup>. Es unterscheidet sich von STEPS, da es sich auch auf den Unterrichtsstil und die ganze Erleichterung des Trainers oder des Jugendarbeiters (Sportarbeiters) konzentriert. Es wird die Rolle eines Lehrers/ Trainers im Lernprozess erkannt.

### Die Arten von APA

Wie wir bereits sahen, gibt es viele Arten von APA, was im Sinne des Begriffs „Regenschirm“ impliziert ist. Es ist sehr komplex und selbst für uns schwer, ein umfassendes und ausführliches Bild von allen bestehenden zu geben. Die erste Klassifizierung von APA kann auf der Grundlage der Anpassungsintensität in der Disziplin vorgenommen werden. Wir sprechen speziell über:

- Unveränderte Sportarten: in diesen Disziplinen können Athleten mit geringer Behinderung ein ähnliches Entwicklungs- und Leistungsniveau erreichen wie Sportler ohne Behinderung.
- Sportarten mit angepassten Regeln: diese Sportarten sind für Menschen mit durchschnittlicher bis schwerer Behinderung vorgesehen.
- Angepasste motorische Aktivitäten: diese Aktivitäten sind eher für Menschen mit schweren Behinderung ausgedacht.

Eine weitere Klassifizierung betrifft die Gruppierung der Disziplinen nach der funktionalen Klassifizierung der Behinderung des Athleten. Diese Klassifizierung ist aber teilweise, weil wir darin nur die von den Verbänden regulierten Sportdisziplinen finden, die sich auf den Sportbereich beziehen. APAs aus sozialer und psychomotorischer Sicht bleiben ausgeschlossen. Infolgedessen gibt es APAs für alle Behinderungskategorien, die auf die drei Makrokategorien zurückgeführt werden können:

- **Motorische Behinderungen**, mit neuromuskuläre Skelettbehinderungen beinhalten
  - **Verminderte Kraft**
  - **Verringerte Bewegungsfreiheit**
  - **Extremitätenmangel, d.h. Amputationen**
  - **Verschiedene Gliedmaßenlänge**
  - **Hypertonie**, d.h. abnorme Zunahme der Muskelspannung und verringerte Fähigkeit zur Muskelverlängerung

---

<sup>65</sup> Ebd.

- **Ataxie**, d.h. mangelnde Koordination bei Bewegungen
- **Athetose**, d.h. unkontrollierte Bewegungen mit Schwierigkeiten bei der Aufrechterhaltung einer stabilen Haltung
- **Kleinwuchs**, d.h. Zwergwuchs
- **Sehbehinderungen**
- **Geistige Behinderungen**<sup>66</sup>

Aus diesen drei Kategorien stammen alle Sportarten der Paralympics; diese können in zusätzlichen Kategorien eingeteilt werden:

- **Mannschaftssportarten** (Basketball, Fußball, Baseball, Cricket, „Goalball“, Tandem, Segeln)
- **Einzelsportarten** (Tennis, Biathlon, Judo, Leichtathletik, Fechten, alpines und nordisches Skifahren, Showdown, Bogenschießen)
- **Sport mit Tieren** (Reiten)
- **Wassersport** (Rudern, Kanufahren, Schwimmen, Wasserski)<sup>67</sup>

Neben diesen strengen und standardisierten Klassifikation der Verbände, die den angepassten Sport verwalten, gibt es auch alle APAs, die im sozialen und psychomotorischen Bereich konzipiert sind und einer Personalisierung unterliegen. Diese APAs haben keine festgelegten Regeln, sondern ergeben sich wie wir bereits sahen, aus der Fähigkeit des Bedieners, die Restkapazität des Subjekts und die Ziele zu analysieren, die für die Auslegung der Motoraufgabe erreicht werden sollen. Der Unterschied in der Organisation zwischen Sport-APAs und motorischen/ psychomotorischen APAs ist, dass sich die Sport-APAs auf den Trainingsprozess auf der Suche nach Leistung konzentrieren. Die motorischen/ psychomotorischen APAs konzentrieren sich auf die Gestaltung eines Prozesses und auf die emotionalen Auswirkungen, die sie auf eine Person mit Behinderung haben.

Wir können im APA auch integrierte Sportarten hinzufügen, die als „sportliche Aktivität mit pädagogischem Charakter für alle Athleten mit und ohne Behinderung“ definiert werden können, um eine Gruppe oder eine Wettkampfsituation zusammenzustellen. Durch die Ausübung des Sports entwickelt und fördert diese Situation eine Kultur der Integration und Solidarität mit der Akzeptanz und

---

<sup>66</sup> <https://www.abilitychannel.tv/classificazioni-funzionali-le-categorie-paralimpiche/>; Aufruf im April 2020 und <https://www.paralympic.org/classification>, Aufruf im April 2020

<sup>67</sup> Ebd.

Wertschätzung der Vielfalt und individuellen Grenzen auf allen Ebenen“<sup>68</sup>. Bei diesen Aktivitäten spielen Spieler mit und ohne Behinderung zusammen mit den verschiedenen Geräten, Regeln und Rollen, um dasselbe Ziel zu erreichen. Ein Beispiel für integrierten Sport ist „baskin“, ein sehr junger Sport, bei dem Menschen mit körperlichen Behinderungen und Menschen ohne Behinderung zusammen spielen. Diese letzte Form von APA ist sicher die innovativste Form sportlicher Aktivität, weil sie Behinderung tatsächlich in den integrierten Sport integriert. Jeder trägt seinen eigenen Beitrag zum Erfolg des Spieles bei, jeder ist unverzichtbar; ein profitabler und kollaborativer Austausch zwischen den Fächern ist von einer wichtigen Bedeutung, was ohne Zweifel zu den Ergebnissen für beide Subjekte führt; und schließlich zu einem neuen Konzept der Vielfalt, das die Grundlage der Existenz selbst bildet.

#### 4.4 INTEGRIERTER SPORT

---

Die Ablehnung des Sports für behinderte Jugendliche änderte sich im Laufe der Zeit. Jugendliche mit Behinderungen haben das Recht, auf allen Ebenen an bestimmten oder normalen Sportaktivitäten teilzunehmen. Es gibt unterschiedliche Sportmodelle, die für Menschen mit Behinderungen verfügbar sind: solche, an denen nur Menschen mit Behinderungen teilnehmen, und solche, an denen Menschen mit und ohne Behinderung zusammen teilnehmen. Alle diese Modelle ermöglichen die Einbeziehung in Bezug auf den Zugang und die Teilnahme an sportlichen Aktivitäten. Welche Modelle fördern die soziale Eingliederung durch Sport? Das in Italien im Rahmen des Schulintegrationssystems entwickelte Modell des „integrierten Sports“ scheint der pädagogischen Architektur des integrativen Sports am besten zu entsprechen<sup>69</sup>. Dieses Modell beinhaltet eine Reihe von lächerlichen (spielerischen) und motorischen Situationen, die in kooperativer und wettbewerbsorientierter Form kodifiziert sind, an denen Personen mit und ohne verschiedene Arten der Behinderung, sowohl Männer als auch Frauen, durch Rollen, Räume und Materialien, die den Fähigkeiten und dem Potenzial jedes Einzelnen entsprechen, aktiv und kompetent teilnehmen können.

---

<sup>68</sup> CSEN (Centro Sportivo Educativo Nazionale) - Integrierter Sport: Buch der Regel – November 2015

<sup>69</sup> Magnanini A., Moliterni P., Ferraro A., Cioni L. - „Integrierter Sport: Schlüsselwörter eines integrativen Modells“; 2018. Verfügbar auf [https://www.researchgate.net/publication/329775201\\_INTEGRATED\\_SPORT\\_KEYWORDS\\_OF\\_AN\\_INCLUSIVE\\_MODEL](https://www.researchgate.net/publication/329775201_INTEGRATED_SPORT_KEYWORDS_OF_AN_INCLUSIVE_MODEL), Aufruf im April 2020

Das sind Aktivitäten des Turnens, Spielens, Trainierens und Bewegens, die von normal dotierten Menschen und Menschen mit Behinderungen gemeinsam ausgeführt werden. Jeder sieht da sein Potenzial dank der genauen Rollen des Spiels, die für den Erfolg der Aktivitäten der grundlegenden Bedeutung sind. Die Workouts werden zusammengehalten, im gleichen Raum und zur gleichen Zeit. Angesichts dieser Bedeutung des Sports, die im Widerspruch zu der offiziell anerkannten steht, müssen wir versuchen, die ausschließliche Idee zu überwinden, bestehende motorische und sportliche Aktivitäten zu transformieren, um sie anzupassen, und stattdessen neue zu erfinden, wobei wir von den Themen „tout court“ ausgehen. Integrierter Sport hat zwei Vorteile: einerseits die Verbesserung der Gesundheit, der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit durch motorische Aktivitäten und andererseits die Anwendung des in der Praxis gelernten auf verschiedene Lebensbereiche. Dank des integrierten Sports können wir Anpassungen in den Übungen vornehmen, indem wir jeweils unterschiedliche Werkzeuge nutzen und Mikroräume für das individuelle Training anpassen. Dabei können wir Begleiter verwenden, die als Tutoren fungieren und sich stets an der Hintergrundperspektive orientieren, die das Spiel begleitet.

Die Einbeziehung durch den integrierten Sport ermöglicht den Aufbau eines gemeinsamen Raums, in dem alle gemeinsam handeln und wachsen und ihre Fähigkeiten verbessern. Eine Person ändert sich individuell, beeinflusst aber gleichzeitig die andere Person, sich zu ändern. Das löst einen Transformationsprozess aus, der immer als Ziel hat, alle zu verbessern. Es zielt nicht darauf ab, die Vielfalt zu beseitigen, um eine homogene, homologierte Welt zu schaffen, die von ähnlichen Menschen bevölkert wird. Es konzentriert sich genau auf die Vielfalt, welcher Art auch immer.

Integrierte Sport-Schlüsselwörter können wie folgt zusammengefasst werden<sup>70</sup>:

- 1) Aktive und kompetente Teilnahme der Menschen mit und ohne Behinderung;
- 2) Kodifizierte und flexible Regeln;
- 3) Rollen, Räume und Materialien, die den Fähigkeiten der Person entsprechen;
- 4) Ergebnis nur in Zusammenarbeit zwischen allen Rollen bekommen;
- 5) Wettbewerb;

---

<sup>70</sup> Ebd.

6) Immer dynamisches und unterhaltsames Spiel.

## 5 ZIELE UND VORGABEN BEI DER ANWENDUNG DER SPORTMETHODEN BEI JUGENDLICHEN MIT BEHINDERUNG

Erste Sportereignisse für Menschen mit Behinderungen fingen im Jahr 1948 an, gefolgt von dem ersten paralympischen Wettbewerb im Jahr 1960. Das Bewusstsein und die veränderte Wahrnehmung für die Teilnahme der Jugendlichen mit Behinderungen am Sportwettbewerb richteten verschiedene Überzeugungen, Werte und Annahmen.

Körperliche Aktivität wurde zu einem universellen Bedürfnis für alle Jugendlichen, die sich nicht nur auf Sport, sondern auch auf jede Art der Erholung, vergangene Zeit, nicht formelle Zusammenkünfte, Rehabilitation und körperliche Aktivitäten verlassen, die das allgemeine Wohlbefinden fördern.

Wenn Sie über die Ziele und Vorgaben der Sportaktivitäten für Jugendliche mit Behinderungen nachdenken, **ist es sehr wichtig, dass die Umwelt ein Engagement bietet, das der gesunden Entwicklung des gesamten Menschen zugute kommt.** Das führt zur Erforschung der Gemeinschaft, in der junge Menschen leben, verfügbare Einrichtungen und Informationen, Gesundheitsbewusstsein, Sicherheit, Organisationen und Verbände, die aktive Programme anbieten. Die entwickelten Gebiete bieten ein vielfältigeres Spektrum an Aktivitäten für Jugendliche mit Behinderungen, was die Teilnahme des Nichtregierungssektors an weniger entwickelten Gebieten und die Einbeziehung der Jugendarbeiter nicht ausschließt; sowie die Bemühungen der Gemeinschaft, nicht nur Sport zu produzieren, sondern auch Freizeitaktivitäten zu betreiben.



## 5.1 AUFBAU VON SELBSTBEWUSSTSEIN UND PARTIZIPATION

---

Das benötigt das Ziel, Trainern, Pädagogen und Jugendarbeitern zu ermöglichen, die Einbeziehung der Jugendlichen mit Behinderungen mit Zuversicht anzugehen und die Beteiligung zu verbessern.

Die **Beteiligung** zu verbessern heißt, an der Entwicklung der Jugendlichen mit Behinderungen zu arbeiten, um sich nicht unvorbereitet und unsicher über ihre Fähigkeiten und Leistungen zu fühlen.

Wenn es zur Teilnahme kommt, ist es sehr wichtig zu erläutern, dass Sport dazu beiträgt, normative Annahmen in Frage zu stellen und typische Hindernisse für Jugendliche mit Behinderungen abzubauen, die mangelndes Bewusstsein, mangelnde Gelegenheiten, begrenzte Informationen und der Kampf gegen Stereotypen sind. Die Teilnahme sollte nicht mit der Inklusion verglichen werden.

Sportliche Aktivitäten tragen dazu bei, den Zugang zum Sport für alle zu fördern, das Engagement zu fördern, über Hindernisse und Einschränkungen zu sprechen und Lösungen für die am besten geeigneten Formen bereitzustellen, die von Lehrern, Ärzten und Jugendarbeitern während der Arbeit erforscht werden können. Eine wichtige Beobachtung ist, dass Jugendliche mit Behinderungen ab und zu nicht ohne Misserfolg zu Schulergebnissen gelangen können. Wenn aber die Sporterziehung im Kontext der Entwicklungschancen, **Aufbau von Selbstbewusstsein und individueller sozialer Identifikation** betrachtet wird, werden Jugendliche mit Behinderungen als Fortschritte in der Schule angesehen, Verbesserung ihrer akademischen Leistungen.<sup>71</sup>

Der Übergang in der Grundschule spielt eine sehr bedeutende Rolle. Das ist besonders wichtig wegen der Jugendjahre, die Schaffung von Selbstbild, sozialen Fähigkeiten und Bildungsleistungen. Dieses Zeitalter ist ebenso wichtig für die Schaffung eines zukünftigen Weges. Sport- und Zeitvertriebsaktivitäten könnten als positive Anregungen verwendet werden, die zu einer positiven Schulbildung und nicht formalen Erfahrungen führen. Das heißt, dass Sport als universelle/ gemeinsame Grundlage genutzt werden kann, um zu zeigen, dass sie die Aktivitäten nicht so deutlich ausführen können wie jeder andere typische Schüler.

---

<sup>71</sup> Watson A., Timperio A., Brown H., Hinkley T., Hesketh K.D. - „Assoziationen zwischen organisierter Sportbeteiligung und Verhaltensergebnissen im Klassenzimmer bei Kindern im Grundschulalter“; 2019. Verfügbar auf: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0209354>, Aufruf im April 2020

Sport schafft positive Anregungen und ein **positives Lernumfeld**, vor allem da sich die Lebensqualität im sozialen Kontext ändert. Motivation, Zeit mit Freiwilligen, Jugendarbeitern oder Trainern zu verbringen, kann sich positiv auf die Jugend auswirken, um für anspruchsvollere Herausforderungen dauerhaft zu sein. Positive Interaktionen durch sportliche Aktivitäten, Ermutigung durch Lehrer, Jugendarbeiter und Gleichaltrige sind Quellen der Selbstwirksamkeit. Das bezieht sich auch auf die Stärkung der Jugendlichen mit Behinderungen.

Die Arbeit an der Entwicklung sozialer Kompetenzen bringt manchmal mehr Wirkung als die Verbesserung des körperlichen Wohlbefindens.<sup>72</sup> Auch wenn die Teilnahme am Sport manchmal geändert wird, ist es sehr wichtig, dass regelmäßige körperliche Aktivität **die Unabhängigkeit, die Bewältigungsfähigkeiten** (im Zusammenhang mit dem Übergang zur Grundschule), **die Wettbewerbsfähigkeit und die Teamarbeit** fördert.

Die Arbeit an körperlicher Gesundheit sowie an emotionalem Engagement im Sport bereitet die Menschen auf verschiedene Lebenssituationen vor. Jugendliche mit Behinderungen arbeiten im Allgemeinen in einem kleinen Kreis der Menschen. Diese Menschen sind meistens ihre Eltern, Lehrer, Freiwilligen und einige Gleichaltrige. Dieser Kreis funktioniert wahrscheinlich täglich und hilft einem Kind, über die alltäglichen Aktivitäten hinwegzukommen. Mangelnde soziale Beziehungen können ab und zu zu Einsamkeit führen, was bei Jugendlichen mit Behinderungen häufig vorkommt. Manchmal können Einsamkeit und Depression als Folge negativer Erfahrungen im alltäglichen Funktionieren und bei verschiedenen täglichen Problemen auftreten. Infolge negativer Erfahrungen im täglichen Leben erscheint Einsamkeit als eine Vorstellung davon, dass bestimmte Beziehungen nicht so funktionierten, wie es die Jugendlichen mit Behinderungen erwartet hatten. Beispiele finden sich in wesentlichen Lebenssituationen wie dem Erreichen eines Parks oder Spielplatzes, Ausstellungen, usw. Das führt zu Isolation, Ablehnung und Motivationsverlust. Depressionen und Einsamkeit führen zu Unfähigkeit, verschiedene Beziehungen zu knüpfen, Mangel an Freunden, Frustration und

---

<sup>72</sup> Kızar O., Dalkılıç M., Uçan İ., Mamak H., Yiğit Ş. - „Die Wichtigkeit des Sports für behinderte Kinder“; 2015. Verfügbar auf [https://www.researchgate.net/publication/281086748\\_The\\_importance\\_of\\_sports\\_for\\_disabled\\_children](https://www.researchgate.net/publication/281086748_The_importance_of_sports_for_disabled_children), Aufruf im April 2020

Unzufriedenheit. Manchmal kann es zu Aggressionen, Verhaltensproblemen und dem Nichtvorhandensein der Konsequenzen des eigenen Handelns kommen.<sup>73</sup>

Emotionale Konsequenzen bei Jugendliche mit Behinderungen treten besonders in der Jugend auf. Das Jugendalter bringt Probleme mit dem Selbstbewusstsein, dem sozialen Druck und dem Mangel an positiven Erfahrungen mit sich, besonders für Jugendliche mit Behinderungen. In diesem Zusammenhang bringt der Sport für Jugendliche mit Behinderungen eine Vielzahl der Vorteile mit sich, zum Beispiel **Unterstützung und Motivation, Zeit mit Gleichaltrigen zu verbringen, an allen Aspekten der Planung und des Engagements teilzunehmen und sie auf das Leben in ihrer sozialen Gemeinschaft vorzubereiten.**

Erfolgreiche soziale Interaktion führt dazu, dass es nicht schwierig ist, soziale Fähigkeiten in einer anderen sozialen Situation anzuwenden. Die Teilnahme an sportlichen Aktivitäten mit gleichaltrigen Jugendlichen ist wichtig, weil das Feedback und das Gefühl, von verschiedenen Gruppen akzeptiert zu werden, vorhanden sind. Jugendliche mit Behinderungen sind sich eher der negativen Einstellung anderer gegenüber sich selbst bewusst. Sie sind schon bereit, Vorurteilen und Diskriminierung zu begegnen, obwohl viele Schritte unternommen werden, um die oben erwähnten zu bekämpfen.<sup>74</sup> „Obwohl große Anstrengungen unternommen werden, beruht diese Annahme auf sichtbaren niedrigeren kardiovaskulären Funktionen, Muskelausdauer, Flexibilität und Gewichtsproblemen“<sup>75</sup>. Das bedeutet immer noch nicht, dass Jugendliche mit Behinderung von Wachstum und Entwicklung abgehalten werden sollten. Sport als Sportunterricht sollte deswegen vorrangige Ziele haben. Einfache Bewegungen und Spiele können bessere körperliche Bedingungen verbessern.

**Ziel ist es, dass sich sportliche Aktivitäten wiederholen.** Wiederholte sportliche Aktivitäten und Spiele sind rücksichtsvoll, um positive Effekte zu bekommen. Diese Aktivitäten sollten im Einklang mit individuellen Behinderungen, angemessenen und

---

<sup>73</sup> Heiman T., Margalit M. - „Einsamkeit, Depression und soziale Fähigkeiten bei Schülern mit leichter geistiger Behinderung in verschiedenen Bildungseinrichtungen“; Die Zeitschrift für Sonderpädagogik Bd. 32/ Nr. 3/ 1998/ S. 154-163. Verfügbar auf: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.911.681&rep=rep1&type=pdf>, Aufruf im April 2020

<sup>74</sup> Murphy N.A., Carbone P.S., MD, und der Rat für Kinder mit Behinderungen – „Förderung der Teilnahme der Kinder mit Behinderungen an Sport, Freizeit und körperlichen Aktivitäten“; Amerikanische Akademie für Pädiatrie, 2008. Verfügbar auf: <https://pdfslide.net/documents/promoting-the-participation-of-children-with-disabilities-promoting-the.html>, Aufruf im April 2020

<sup>75</sup> Ebd.

ausgerüsteten Personen wie Lehrern, Trainern oder Jugendarbeitern, Konsultationen mit Ärzten sowie der Teilnahme der Freiwilligen oder Assistenten stehen. Aus diesem Grund sollte körperliche Aktivität als Punkt zur Steigerung des motorischen Verhaltens, der kognitiven Fähigkeiten, der Aufmerksamkeit, des Selbstbewusstseins und der sozialen Beziehungen eingesetzt werden.

Wenn es zu Ziele kommt, ist es wichtig ein Vorbild zu liefern. Vorbilder werden als Menschen gesehen, die bestimmte Eigenschaften besitzen, die Jugendliche gerne erwerben würden. Unter Berücksichtigung der Tatsache, dass sich Ziele und Interessen in Bezug auf Berufswahl und zukünftige Wege unterscheiden, zeigt die Bereitstellung der Vorbilder im Sport ein besser erreichbares Bild.<sup>76</sup> Das Vorhandensein eines positiven Vorbilds trägt dazu bei, Selbstbewusstsein, Selbstwertgefühl, Medienkampagnen und Unterschiede zu fördern. Ihre aktive Rolle zu sehen, arbeiten zu können und ein soziales Leben zu führen, ihr Leben zu verdienen und die Kontrolle über ihr Leben zu übernehmen, kann eine wichtige Determinante für die Normalisierung von Überzeugungen, Einstellungen und den Kampf gegen Stereotypen sein.

Sportliche Aktivitäten bieten auch Monitoring. Entweder ist es ein Gleichaltriger, ein Freiwilliger, ein Lehrer, ein Jugendarbeiter (Sportarbeiter) oder ein Trainer. Es/ Sie kann einen Jugendlichen mit Behinderung motivieren, eines Tages auch Mentor zu werden. Positive Bilder und Repräsentationen tragen auch zum Abbau sozialer Barrieren bei. Die Befürwortung der Veränderungen in der Gesellschaft setzt auch neue Maßstäbe, die die Teilnahme der Jugendlichen an Sport und körperliche Aktivitäten deutlich verändern können.

Sport kann die Einstellung gegenüber Jugendlichen mit Behinderungen ändern, indem er sich auf ihre Fähigkeiten und Talente konzentriert, indem er Stigmatisierung und Diskriminierung verringert. Auf diese Weise können sportliche Aktivitäten auch die Wahrnehmung des Sehens einer Person und nicht nur der Behinderung verändern. Durch Sport kann ein Jugendlicher ohne Behinderung Zeit mit einem Jugendlichen mit Behinderung verbringen und sehen, was er/ sie tun kann oder nicht. Zusammen mit dieser Interaktion können sie sehen, dass Jugendliche mit Behinderung eine aktive Rolle spielen können, Kapazität und Entschlossenheit haben.

---

<sup>76</sup> Zinkin P. & McConachie H. (1995). Behinderte Kinder und Entwicklungsländer. Cambridge University Press. 238 Seiten.

Manchmal wird die Teilnahme der Jugendlichen am Sport aus Angst vor Verletzungen vermieden. Hier hilft es, über Sport für Jugendliche mit Behinderungen zu sprechen, um neue Standards zu schaffen, während in der Vorbereitungsphase im Voraus Prävention und angemessene Ausstattung und Sicherheitsvorkehrungen getroffen werden.

Die Vorbereitungsphase sollte als wichtiges Ziel angesehen werden. In dieser Phase werden mehrere Punkte angesehen werden. Die Vorteile sportlicher Aktivitäten sollten allen sektorübergreifenden Aktivitäten klar sein, die einem behinderten Jugendlichen helfen, sich zu entwickeln, **sich der Ressourcen bewusst zu sein, die Bedürfnisse zu ermitteln und Aktivitäten zu planen, um Verletzungen zu minimieren, die Aktivität anzupassen und für Freizeitveranstaltungen zu motivieren.**

## 5.2 PSYCHOSOZIALE, PHYSISCHE UND PSYCHISCHE VORTEILE

Wenn es um die Ziele und Vorgaben der sportlichen Aktivität der Jugendlichen mit Behinderungen geht, sollten wir drei unterschiedliche Leistungen ansehen: psychosoziale, physische und psychische Vorteile.

Zu den psychosozialen Vorteile des Sports gehören Teilnahme, Lebensqualität, Gemeinschaft ohne Stigmatisierung, positive Erfahrungen, Identität und Selbstwirksamkeit.<sup>77</sup> Positive Erfahrungen ergeben sich aus unserem Verständnis der Umwelt. Wie die Erfüllung der Ereignisse, an denen wir teilnehmen, unseren Zielen oder Erwartungen entspricht oder näher kommt, ruft das besondere Gefühle der Unsicherheit hervor. Ziel ist es, eine aktive Teilnahme zu erreichen, die Freude bereitet und teilnimmt, ohne zu erwarten, ob sie erfolgreich sein wird oder nicht.

Sport kann echte soziale Interaktion ermöglichen, er kann ein Ersatz für andere soziale Interaktion sein, weil sie aus mehreren Gründen nicht angehen können. Soziale Interaktionen helfen uns, soziale Identität aufzubauen.

Der Aufbau der Identität unterscheidet sich von der Arbeit an Ihrer Körperform und -stärke über die Entdeckung einer Gruppe der Menschen, die ihre Interessen teilen, bis hin zur Schaffung neuer Freundschaften. Sport, Erholung und Aktivitäten in der Vergangenheit bieten ein breites Spektrum der Optionen.

---

<sup>77</sup> REPPSI, & Hanass-Hancock, Jill. (2014). „Psychosoziale Unterstützung für Kinder mit Behinderungen und ihre Betreuer“. Verfügbar auf: [https://www.researchgate.net/publication/307575395\\_Psychosocial\\_Support\\_for\\_Children\\_with\\_Disability\\_and\\_their\\_Carers](https://www.researchgate.net/publication/307575395_Psychosocial_Support_for_Children_with_Disability_and_their_Carers), Aufruf im April 2020

Wenn soziale Interaktion in anderen sozialen Kontexten nicht möglich wäre, bietet Sport entweder als Bildungsaktivität in den Schulen als Aktivität in der Vergangenheit eine Grundlage für soziale Interaktion und neue Beziehungen.

Was besonders hervorgehoben werden sollte, ist die Möglichkeit, dass bestimmte Interaktionen und Sportveranstaltungen keine breitere Beteiligung der Gemeinschaft bewirken.

Die Vorteile der physischen Aktivität spiegeln sich in einem Selbstwertgefühl, weniger Stress, Depressionen und Angstzuständen, besseren kognitiven Fähigkeiten und Hörfähigkeiten, Aufmerksamkeit, einem höheren Energieniveau und der Verhinderung der Entwicklung von Krankheiten wider.<sup>78</sup> Das sollte nicht entmutigen und die Tatsache ignorieren, dass eines der Hauptziele und -ziele der sportlichen Aktivitäten für Jugendliche mit Behinderungen darin besteht, am Selbstwertgefühl zu arbeiten. Wenn wir uns fragen, wie sportliche Aktivitäten zum Aufbau des Selbstwertgefühls beitragen können, sollten wir bedenken, Aktivitäten mit geeigneten Richtlinien zu planen.

Wenn das Ziel darin besteht, das Selbstwertgefühl der Jugendlichen mit Behinderungen durch Sport zu erreichen, ist das Hauptziel, ihnen beizubringen, dass mangelndes Vertrauen nicht mangelnde Fähigkeit bedeutet, etwas zu machen. Sportliche Aktivitäten sollten nicht auf unrealistischen Erwartungen, Vergleichen oder Wettkämpfen und Sportaktivitäten ihre Fähigkeiten testen, sondern ihre Motivation zu lernen und dabei Spaß zu haben. Sportliche Aktivitäten helfen bei der Bekämpfung der Verallgemeinerung. Durch den Aufbau des Selbstwertgefühls durch sportliche Aktivitäten bekommen Jugendliche mit Behinderungen neue Werkzeuge und Fähigkeiten, um mit verschiedenen sozialen Situationen umzugehen.

Ohne Zweifel sind die oben erwähnten Fähigkeiten ein Teil des Wissens, das für immer bei der Jugend bleiben wird; Wissen, das von einer Lebenssituation auf eine andere angewendet werden kann.

---

<sup>78</sup> KINDER MIT BESONDEREN BEDÜRFNISSEN: VORTEILE DER PHYSIKALISCHEN AKTIVITÄTEN UND ADAPTIVEN SPORTARTEN, verfügbar auf: <https://kidcompanions.com/children-with-special-needs-benefits-of-physical-activities-and-adaptive-sports/>

### 5.3 AUSWIRKUNGEN AUF DIE PSYCHISCHE GESUNDHEIT

---

Das emotionale Wohlbefinden als Folge mehrerer Faktoren hängt von psychischen Aspekten ab, wie Stress und Entspannung, Depressionen, Angstzuständen, Ausdruck der Emotionen und Stimmungsschwankungen.<sup>79</sup> In den Jugendjahren (12-19) spielt das emotionale Wohlbefinden eine wichtige Rolle, besonders da Kinder darauf vorbereitet sein müssen, eine neue Art zu funktionieren, sich anzupassen, zu verstehen und zu akzeptieren. Das bezieht sich nicht immer darauf, die Verantwortung zu übernehmen, ein Erwachsener zu sein, sondern sich selbst zu übernehmen.

Das emotionale Wohlbefinden entsteht auch durch Beziehungen zwischen anderen und uns selber.

Jugendliche mit Behinderungen haben Probleme, mit den veränderten Beziehungen umzugehen.

Wenn die Umgebung formeller ist und regelmäßig Aktivitäten wie Schulbesuch oder Rehabilitation angeboten werden, entwickeln Kinder eine gegenseitige Abhängigkeit. Auf diese Weise stoßen sie auf viele Schwierigkeiten, wenn sie sich auf ungewohnte Situationen einstellen müssen. Wenn sportliche Aktivitäten als lustige Spiele eingeführt werden, fördern diese Spiele die Kreativität und das Verständnis, dass der Umgang mit ungewohnten Situationen für Jugendliche mit Behinderungen leichter zu bewältigen ist.

Die Vorteile sportlicher Aktivitäten wären bei gleichzeitiger Schaffung fester Beziehungen: **Fähigkeit, soziale Probleme zu lösen, verschiedene Menschen anzupassen, verschiedene Meinungen zu äußern und zu akzeptieren, sich in kleineren oder größeren Gruppen nicht isoliert zu fühlen, Versagen zu akzeptieren, mehr Toleranz haben, usw.**

Das Hauptziel beim Aufbau eines emotionalen Wohlbefindens mit sportlichen Aktivitäten wäre eine angenehme Aktivität, die die Leistung verbessert. Ein selbstbewusster Jugendlicher, der Unterstützung bekommt, schafft **große interne Werte, die zu emotionaler Intelligenz und der Bereitschaft führen, sich anzupassen, teilzunehmen, Risiken einzugehen...** Die Arbeit mit diesen Zielen, besonders im Jugendalter, führt zu einem größeren Ziel, und das ist ein

---

<sup>79</sup> Behinderung im Sport, verfügbar auf: <http://psychology.iresearchnet.com/sports-psychology/disability-in-sport/>

Jugendlicher, der in der Lage ist, Ziele zu haben, ein positives Selbstgespräch zu führen, mit verschiedenen Situationen umgehen zu können und qualitativ hochwertige Beziehungen zu sich selbst und zu anderen aufzubauen.

Sportliche Aktivitäten können beim Erlernen wichtiger Lebenskompetenzen von Vorteil sein. Wenn wir über Lebenskompetenzen reden, können wir uns auf entwicklungspolitische, affektive und gesellschaftliche beziehen. Das Erlernen der Entwicklungsfähigkeiten, während wir sportlichen Aktivitäten ausgesetzt sind, heißt, dass wir lernen, zu verlieren, mit Enttäuschungen und unangenehmen Erfahrungen umzugehen und mit der Zeit reifer zu werden.<sup>80</sup> Bei der Teilnahme an Sport, Freizeit, Versammlungen oder Freizeitaktivitäten geht es immer um positive Eindrücke. Es ist sehr wichtig, positive Eindrücke ständig zu wiederholen. Diese Eindrücke können einfach sein, zum Beispiel „Sie können das tun“, „Ich glaube an Sie“, „Sie haben das“, usw. Positive Eindrücke bauen Vertrauen und festere Beziehungen auf. Das heißt, dass ein Jugendlicher seine Anliegen, Interessen und Bedürfnisse teilt und dass Sie als Lehrer, Trainer oder Jugendarbeiter in der Lage sind, das auf dem Weg zu beheben.

Positiv zu bleiben und positives Denken zu verbreiten bedeutet nicht, die Wahrheit zu verbergen oder zu maskieren, sondern sie zu stärken.<sup>81</sup> In der Entwicklungsphase ist es sehr wichtig zu wissen, wie man Emotionen kontrolliert und negative Emotionen kanalisiert. Da Sport einen Wettbewerbsgeist hat und viele Emotionen mit sich bringt, ist es bei der Produktion der Sportaktivitäten für Jugendliche mit Behinderungen sehr wichtig, über Regeln und Gelegenheiten des Verlierens und Gewinnens zu sprechen.

**Entwicklungsfähigkeiten** bedeuten auch zu verstehen, dass Sport viel Übung braucht und dass es nicht nur um ein Ziel geht.

**Affektive Fähigkeiten** beziehen sich auf die Verpflichtungen gegenüber Verpflichtungen wie Schule oder Sport, Vertrauen und Zugehörigkeit. Das Zugehörigkeitsgefühl durch Sport entsteht durch Engagement, Einladung, Begrüßung, Bekanntheit, Akzeptanz, Unterstützung und Fürsorge. Jugendarbeiter und Organisationen, die Aktivitäten für Jugendliche mit Behinderungen anbieten, spielen eine große Rolle bei der Entwicklung eines Zugehörigkeitsgefühls. Freiwillige, ausgerüstete Jugendarbeiter bieten eine Grundlage, um sich akzeptiert,

---

<sup>80</sup> Koenderink F. „Intellektuelle Behinderung bei Kindern überall“, Orphanage Projects (2018)

<sup>81</sup> Byers T. - „Zeitgenössische Themen im Sportmanagement: Eine kritische Einführung“; SAGE-Veröffentlichungen, 2015

verstanden und involviert zu fühlen und ein Multiplikator für andere Jugendliche mit Behinderungen zu werden. Zugehörigkeit bedeutet auch, die Regel zu akzeptieren, ein Teil des Teams zu sein und sich selbst als „Ich bin wichtig und ich trage dazu bei“ zu akzeptieren.

**Gesellschaftliche Entwicklung** durch Sport heißt, besser zuzuhören, zu organisieren, Entscheidungen zu treffen, Disziplin zu üben und Freunde außerhalb des Schulkreises zu finden.

Der Sport profitiert nicht nur im Sinne der Entwicklung, sondern stimuliert auch den intellektuellen Fortschritt. Dieser Fortschritt zeigt sich in der **Fähigkeit zur Problemlösung und Planung**. Die Teilnahme am Sport benötigt die Einbeziehung in die Planung und die Fähigkeit, allein zu planen. Zusammenarbeit mit dem Trainer/ Jugendarbeiter bei der Anpassung und Änderung der Aktivitäten, Vorschläge für neue Aktivitäten und Verbesserung der aktuellen.

Jugendliche werden auch zu Beobachtern und Richtern, ob die Aktivität gut für sie ist oder nicht. Sie lernen auch, dass Regeln wichtig sind, um das Spiel nicht als Bestrafung zu verstehen. Sie lernen auch, dass Sport ihre Fähigkeiten nicht auf die Probe stellt, sondern die Aktivität ist, die bestimmte Fähigkeiten braucht.

Gut geplante sportliche Aktivitäten für Jugendliche mit Behinderungen, entweder regelmäßig, parallel, inklusiv oder modifiziert in den Schulen außerhalb des Schulgeldes, sind verschiedene Bereiche: Motivation, Entwicklung neuer Freundschaften, Unterstützung der sozialen Integration, Anpassung und soziales Engagement, Stimulierung der körperlichen Verfassung und psychisches Wohlbefinden, trägt zur Problemlösung und Organisation bei, entwickelt ein positives Selbst- und Zugehörigkeitsgefühl, baut Identität und die Gelegenheit auf, individuelle und unabhängige Entscheidungen zu treffen, erfüllt individuelle Bedürfnisse, baut qualifizierte Personen auf, die selbst Trainer werden können. Wer reflektiert, hinterfragt normative Annahmen, bekämpft Stereotypen und arbeitet an langfristigen Objekten wie Inklusion, Teilnahme, Sonderpädagogik und nicht formaler Bildung.<sup>82</sup>

---

<sup>82</sup> Lakowski T., Long T. - „Körperliche Aktivität und Sport für Menschen mit Behinderungen“; Washington, DC: Georgetown University Center für kindliche und menschliche Entwicklung, 2011. Verfügbar auf: [https://ucedd.georgetown.edu/documents/athletic\\_equity/Physical\\_Activity\\_Proceedings.pdf](https://ucedd.georgetown.edu/documents/athletic_equity/Physical_Activity_Proceedings.pdf), Aufruf im April 2020

## 6 ENTWICKLUNG DER KOMPETENZEN FÜR MAINSTREAM UND JUGENDLICHE MIT BEHINDERUNG DURCH SPORT UND NFE

Der Begriff Kompetenz wird in verschiedenen Kontexten und Disziplinen benutzt, es gibt aber keine einzige gemeinsame Definition. Es gibt verschiedene Arten, die auch vom Kontext und der Kultur abhängen, auf die sich der Begriff bezieht.

In der Empfehlung des Europäischen Parlaments und des Rates vom 23. April 2008 wird der Europäische Qualifikationsrahmen (EQR) vorgestellt; ein System zur Zertifizierung der Kompetenzen der Bürger, unabhängig davon, ob sie formal, **nicht formal** oder informell erworben wurden. In der Empfehlung wird auch die Bedeutung der Begriffe „Wissen“, „Fähigkeiten“ und „Kompetenzen“ im europäischen Rahmen klargestellt.

- **„Wissen“**: bezeichnet das Ergebnis der Assimilation der Informationen durch Lernen. Wissen ist eine Reihe der Fakten, Prinzipien, Theorien und Praktiken, die sich auf ein Arbeits- und Studienfeld konzentriert. Wissen wird als theoretisch und/ oder praktisch beschrieben.
- **„Fähigkeiten“**: bezeichnet die Fähigkeit, das Wissen anzuwenden und das „Know-how“ zu verwenden, um die Aufgaben zu erledigen und die Probleme zu lösen. Fähigkeiten werden als kognitiv (einschließlich der Nutzung des logischen, intuitiven und kreativen Denkens) oder praktisch (einschließlich manueller Materialien, Werkzeugen) beschrieben
- **„Kompetenzen“**: bezeichnet die nachgewiesene Fähigkeit, persönliches, soziales und/ oder methodisches Wissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten in Arbeits- oder Lernsituationen sowie in der beruflichen und persönlichen Entwicklung einzusetzen. **Die Kompetenzen werden in Bezug auf Verantwortung und Autonomie beschrieben.**
- Um die Definition der Kompetenz zu vervollständigen, muss ein letzter Begriff eingefügt werden: „Eignung“. Die Eignung zeigt eine Neigung oder Veranlagung oder potenzielle Fähigkeit zur Ausführung einer bestimmten Aktivität an, die nur dann realisiert wird, wenn externe (kontextbezogene, d.h. Umwelt) und interne (motivationale) Bedingungen gefunden werden. Die Eignung wird als angeborene individuelle Veranlagung verstanden, die

entweder von der Umwelt beeinflusst oder durch Erfahrung oder Lernen erworben wird.

Nachdem wir diese Begriffe definiert haben, können wir sagen, dass jede Kompetenz aus Wissen, Fähigkeiten und Eignungen besteht.

### Die 8 Schlüsselkompetenzen der europäischen Bürgerschaft

Am 22. Mai 2018 hat der Europäische Rat auf Empfehlung des Vorschlags der Europäischen Kommission vom 17. Januar 2018 die Empfehlung zu Schlüsselkompetenzen für lebenslanges Lernen und den Anhang zum Europäischen Referenzrahmen veröffentlicht. Am 18. Dezember 2006 nahm auf der Grundlage eines weiteren Vorschlags der Kommission der Rat die Empfehlung zur Förderung gemeinsamer Werte, integrativer Bildung und der europäischen Dimension der Bildung an und ergänzte und stärkte die erste. Die Europäische Kommission hat außerdem eine Liste von acht Querschnittskompetenzen aktualisiert, die als Schlüsselkompetenzen der europäischen Bürgerschaft aufgeführt sind. Diese Kompetenzen wurden von der Europäischen Kommission als die Kernkompetenzen identifiziert, die benötigt sind, um ein aktiver europäischer Bürger zu sein.

Diese transversalen Fähigkeiten sind, wenn auch in begrenzter Form, bei der Gestaltung jeglicher Art der Aktivität, motorischer Aktivität oder anderer Arten zu berücksichtigen.

Die Kompetenzen sind:

- ❖ **Funktionale alphabetische Kompetenz** – das ist die volle Fähigkeit, sowohl in mündlicher als auch in schriftlicher Form in einer geeigneten Sprache zu kommunizieren und das eigene Register an Kontexte und Situationen anzupassen. Kritisches Denken und die Fähigkeit, die Realität zu bewerten, gehören ebenso zu dieser Kompetenz.
- ❖ **Mehrsprachige Kompetenz** – vermittelt die Kenntnisse des Wortschatzes anderer Sprache als der richtigen Sprache, sodass mündlich und schriftlich kommuniziert werden kann. Dazu gehört auch die Fähigkeit, sich in andere soziokulturelle Kontexte als den richtigen Kontext einzufügen.
- ❖ **Mathematische Kompetenz und Kompetenz in Naturwissenschaften, Technik und Ingenieurwesen** – Mathematische Kompetenzen, die als unverzichtbar angesehen werden, ermöglichen die Lösung alltäglicher

Probleme. Diejenigen in Wissenschaft und Technologie werden dagegen in der Fähigkeit dargestellt, die wesentlichen Naturgesetze zu verstehen, die das Leben auf der Erde regeln.

- ❖ **Digitale Kompetenz** – das ist die Kompetenz derjenigen, die wissen, wie sie die neuen Technologien mit Vertrautheit für Bildungs-, Schulungs- und Arbeitszwecke einsetzen können. Zum Beispiel sind Computerkenntnisse, Online-Sicherheit und die Erstellung digitaler Inhalte Teil dieser Kompetenz
- ❖ **Persönliche, soziale und Lernkompetenz** – es ist die Fähigkeit, Informationen und Zeit zu organisieren, den eigenen Trainings- und Karriereweg zu verwalten. Dazu gehört ebenso der Wille, den eigenen Beitrag in die Kontexte einzufügen, in denen man zum Eingreifen aufgerufen ist, sowie die Fähigkeit, über sich selbst nachzudenken und sich selbst zu regulieren.
- ❖ **Kompetenz in der Staatsbürgerschaft** – jeder muss die Fähigkeiten besitzen, die es ihm ermöglichen, als bewusste und verantwortungsbewusste Bürger zu agieren und uneingeschränkt am sozialen und politischen Leben seines Landes teilzunehmen.
- ❖ **Unternehmerische Kompetenz** – das ist die kreative Fähigkeit derer, die wissen, wie man die Wirklichkeit analysiert und Lösungen für komplexe Probleme findet, indem sie Vorstellungskraft, strategisches Denken und kritische Reflexion einsetzen.
- ❖ **Kompetenz im kulturellen Bewusstsein und Ausdruck** – diese besondere Kompetenz beinhaltet sowohl das Wissen über das kulturelle Erbe als auch die Fähigkeit, die einzelnen Elemente, die Teil des kulturellen Erbes sind, miteinander zu verbinden und gegenseitige Einflüsse zu verfolgen.

## 6.1 KOMPETENZEN IM INTEGRIERTEN SPORT

---

Dank der Internationalen Klassifikation der Funktionsweise, Behinderung und Gesundheit (ICF) und der Nutzung des individualisierten Zieltagebuchs (siehe vorherige Kapitel) können wir also die individuellen Ziele für jeden der jungen Menschen (mit und ohne Behinderung) definieren. In der Tat ist es wichtig, sich daran zu erinnern, sowohl die Ziele und die damit verbundenen Fähigkeiten des Einzelnen als auch die Ziele der Gruppe zu berücksichtigen, die dazu beitragen, dass das Üben des Sports Spaß macht und sich engagiert. In der integrierten Sport- und Jugendsportarbeit ist das Ziel des Einzelnen, das gemäß den Fähigkeiten erstellt wurde, genauso wichtig wie das Teamziel, das ebenso den Fähigkeiten der

Gruppe erstellt und festgelegt wurde, dass jeder Teilnehmer der Sportpraxis einen Beitrag dazu leisten kann.

Wir können die Kompetenzen, die durch die integrierte Sportpraxis erworben werden, in zwei Typen unterteilen: **motorische Kompetenzen** und **transversale Kompetenzen**.

**Motorische Kompetenz** ist die nachgewiesene Fähigkeit, persönliches, soziales und methodisches Wissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten in den Bereichen Spiel, Ausdruck, Sport, Wellness und Freizeit einzusetzen. Kompetenzen werden in Bezug auf Verantwortung, Autonomie und Bewusstsein ausgedrückt.

Die identifizierten Kompetenzen decken acht wesentlichen Makrofelder ab:

1. Kenntnis und Beherrschung Ihres Körpers
2. Sensorische Wahrnehmung
3. Koordination
4. Ausdruckskraft
5. Spiel, Spiel-Sport und Sport
6. Sicherheit und Gesundheit
7. Natürliche Umgebung
8. Wasser

Diese Kompetenzen werden einen starken Einfluss auf das Wachstum der Teilnehmer (sowohl normal ausgestattet als auch mit Behinderungen) sowie auf die Aktivitäten der Jugendsportarbeit haben. Aber Aufmerksamkeit, die im Bereich des integrierten Sports arbeitet und folglich individuelle Ziele setzt, wird jeder Teilnehmer eine andere Form und Ablehnung der Kompetenzen bekommen. Das ist nicht nur ein Problem, sondern auch eine Stärke des integrierten Sports, die es ermöglicht, bestimmte Ziele zu erreichen, die auf die Fähigkeiten jedes Einzelnen abgestimmt sind. Die jungen, normal Begabten werden Kompetenzen entwickelt haben, die sich eher auf die physische und motorische Sphäre, das Training motorischer Fähigkeiten und die körperliche Verfassung beziehen.

Der junge Mensch mit Behinderung wird auch Kompetenzen auf individueller und persönlicher Ebene entwickeln, die eng mit der physischen Sphäre verknüpft sind. In

diesem Fall können die Auswirkungen auf sein alltägliches Leben jedoch noch größer sein. In diesen Fällen spreche wir von Kompetenztransfer. Wir können eine Person im Rollstuhl als Beispiel nehmen. Die körperliche und propriozeptive Entwicklung, die es durch das Üben von „Baskin“ (der „integrierten“ Version des Basketballs) entwickeln könnte, weil dies ihm helfen wird, den Rollstuhl auch in städtischen Kontexten und in Kontexten, in denen es einige Hindernisse gibt, besser zu handhaben. Er/ sie wird also Fähigkeiten entwickeln, die ihn/ sie in Bezug auf Autonomie und Selbstbewusstsein befähigen. Diese Arten der Kompetenzen sind besonders wichtig für junge Menschen mit motorischen Behinderungen, die durch unterhaltsame Aktivitäten, die für ihre Möglichkeiten und Fähigkeiten durchgeführt und gestaltet werden, Fähigkeiten entwickeln, die für ihr alltägliches Leben von einer wichtigen Bedeutung sind und ihnen helfen können, Einschränkungen zu überwinden und ihnen neue Möglichkeiten zu geben.

Durch den integrativen Sport werden nicht nur die motorischen Kompetenzen erlernt, sondern auch die sozialen und die **transversalen Kompetenzen**. Wir haben gesehen, dass einige von ihnen als die acht Schlüsselkompetenzen der europäischen Bürgerschaft definiert wurden, aber die Kategorie der transversalen Kompetenzen ist weiter gefasst. Das sind all jene Kompetenzen, die persönliches Wissen, Fähigkeiten und Qualitäten repräsentieren, die die Art und Weise der Person charakterisieren: im Studium, bei der Arbeit und im alltäglichen Leben.

Gerade deswegen werden sie als „transversal“ genannt, da sie sich nicht auf technische Bereiche oder spezifisches Wissen eines Studienfachs beziehen, sondern alle Aspekte der Persönlichkeit und des Wissens in Frage stellen, die jeder jeden Tag in verschiedenen Kontexten verwendet.

Transversale Fähigkeiten entsehen, wenn wir Entscheidungen treffen müssen, wenn wir versuchen, aus einer schwierigen Situation herauszukommen, wenn wir versuchen, Sachen zu ändern, die wir nicht mögen, wenn wir mit anderen zusammen sind, jedes Mal, wenn wir etwas Neues lernen müssen. Die WHO identifiziert eine Liste von zehn Lebenskompetenzen<sup>83</sup>, für die sie auch eine kurze Beschreibung und einige Ideen zum Verständnis bereitstellt:

---

<sup>83</sup> Birrell Weisen R. at al. - „Bildung der Lebenskompetenzen für Kinder und Jugendliche in den Schulen – Einführung und Leitlinien zur Erleichterung der Entwicklung und Umsetzung der Programmen für Lebenskompetenzen“, Weltgesundheitsorganisation, Genf, 1997. Verfügbar auf [http://origin.searo.who.int/entity/mental\\_health/documents/who-mnh-psf-93.7Arev2/en/](http://origin.searo.who.int/entity/mental_health/documents/who-mnh-psf-93.7Arev2/en/), Aufruf im April 2020

1. Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen: in der Lage zu sein, konstruktiv mit Entscheidungen in unterschiedlichen Lebensabschnitten umzugehen, unterschiedliche Optionen und die Konsequenzen mit sich bringen können;
2. Fähigkeiten zur Problemlösung: Wissen, wie man konstruktiv mit den Lebensproblemen umgeht, die, wenn sie nicht gelöst werden, psychischen Stress und körperliche Störungen verursachen können;
3. Kreatives Denken: es trägt zu Entscheidungskompetenzen und zur Fähigkeit zur Problemlösung bei und ermöglicht es, vorhandene Alternativen und die verschiedenen Konsequenzen unserer Handlungen oder Nichthandlungen zu erkunden. Es hilft auch, über direkte Erfahrungen hinauszuschauen und mit Anpassungsfähigkeit und Flexibilität auf alltägliche Situationen zu reagieren;
4. Kritisches Denken: Informationen und Erfahrungen objektiv analysieren zu können; hilft dabei, Faktoren zu erkennen, die Einstellungen und Verhalten beeinflussen, wie Werte, Gruppenzwang und den Einfluss der Medien;
5. Erfolgreiche Kommunikation: Wissen, wie man sich verbal und nonverbal auf eine Weise äußern kann, die sein Kultur und den Situationen, in denen man sich befindet, angemessen ist; es bedeutet, Meinungen und Wünsche, aber auch Bedürfnisse und Ängste äußern zu können und im Bedarfsfall um Rat und Hilfe bitten zu können;
6. Zwischenmenschliche Fähigkeiten: in der Lage zu sein, positiv mit anderen zu interagieren; in der Lage zu sein, freundschaftliche Beziehungen aufzubauen und aufrechtzuerhalten; in der Lage zu sein, eine Beziehung konstruktiv zu beenden;
7. Selbstbewusstsein: umfasst die Fähigkeit, sich selbst, den Charakter, Stärken und Schwächen, Vorlieben und Abneigungen zu kennen. Es kann ebenso helfen zu erkennen, wenn man gestresst ist und unter Druck steht; es ist eine Voraussetzung für eine erfolgreiche Kommunikation, positive zwischenmenschliche Beziehungen und die Entwicklung der Empathie mit anderen;
8. Empathie: sich vorstellen zu können, was eine andere Person fühlen kann, auch in ungewohnten Situationen; hilft auch, andere zu verstehen und zu akzeptieren, auch wenn sie sich sehr von uns unterscheiden; kann in sozialen Interaktionen verbessern, besonders in Situationen ethnischer oder kultureller Unterschiede oder mit Menschen mit Schwierigkeiten;

9. Umgang mit Emotionen: Erkennung der Emotionen und Achtung wie Emotionen das Verhalten beeinflussen.
10. Stressbewältigung: Erkennung der Spannungsquellen im alltäglichen Leben, welche Auswirkungen sie auf uns haben, und Identifizierung der geeigneten Maßnahmen, um sie zu kontrollieren.

Diese Fähigkeiten können zum Teil durch die Ausübung des integrierten Sports sowohl von normal Begabten als auch von Teilnehmern mit Behinderungen erworben werden. Ein normal begabter Mensch kann zum Beispiel die Emotionen durch das Teamspiel verwalten, die Emotionen der Gruppe erkennen und die Beziehung zwischen den eigenen Handlungen und den Reaktionsemotionen eines Begleiters verstehen. Wenn er einer Person mit Down-Syndrom mit nachgewiesenen aggressiven Tendenzen als Reaktion auf bestimmte externe Anforderungen das gleiche Beispiel gibt, kann er lernen, mit dieser Emotion umzugehen, indem er den Ball in einem integrierten Fußballkontext an seine Teamkollegen weitergibt. Für einen Teilnehmer mit einer Behinderung ist die Bedeutung des Lernens dieser Fähigkeiten sogar noch größer, weil das einen echten Einfluss auf den Alltag hat. In einigen Fällen kann das auch heißen, dass Fähigkeiten erworben werden, die es ihm ermöglichen, in andere Kontexte versetzt zu werden, wie Arbeit.

## 6.2 FÄHIGKEIT ZUR ERKENNUNG DER KOMPETENZ

---

Der Erwerb der im obigen Kapitel genannten Kompetenzen ist sehr wichtig. In der Sportpraxis wird häufig ein Aspekt unterschätzt, der parallel dazu beiträgt, dass diese Kompetenz auch in anderen Kontexten als dem Sport erfolgreich angewendet werden kann. Wir sprechen davon, die richtige Kompetenz erkennen zu können. Das ermöglicht dem jungen Menschen, seine Nützlichkeit zu erkennen und in anderen Kontexten zu verwenden.

Ein Punkt, der sportliche Aktivitäten von sportlichem Training unterscheidet, ist der Prozess, der es dem jungen Teilnehmer ermöglicht, in allen Kontexten, in denen das benötigt ist, Bewusstsein und Kompetenz zu erlangen. Um dieses Ziel zu erreichen, ist es wichtig, die Paradigmen der nicht formalen Bildung angemessen anzuwenden.

Nehmen wir an einer Standarddsitzung der nicht formalen Bildung teil. Sobald sie Bildungsziele festgelegt wurden, plant der Jugendarbeiter die Sitzung, in der er alle

Elemente vorbereitet. Die erste Aktivität wird vermutlich ein Energizer oder Eisbrecher sein, der darauf abzielt, die Teilnehmergruppe zu aktivieren und das Thema der Aktivität vorzustellen. Danach wird es eine Hauptaktivität geben, die die Gruppe tief einbezieht und deren Hauptziel es ist, die Gruppe an den Lernzielen arbeiten zu lassen, auf die unmittelbar eine **Nachbesprechung** folgt, die das Ziel hat, die Teilnehmer zum Nachdenken zu machen die durchgeführten Aktivitäten und das Bewusstsein für die erworbenen Kompetenzen zu erreichen. Die Sitzung wird nährlich mit einer weniger intensiven Aktivität zur Stärkung des Konzepts und einer Abschlussaktivität enden, in der die Sitzung und die erreichten Ziele schnell zusammengefasst werden.

Beispiel eines Sitzungsplans:

- Einführung oder schneller Eisbrecher (5/ 10 Min.)
- Überblick über die Aktivitäten der Tage (2 Min.)
- Hauptaktivität (30/ 60 Min.)
- (Pause)
- Nachbesprechung der Hauptaktivität (25 Min.)
- 1 oder 2 Aktivitäten zur Festigung der Lernziele (30 Min.)
- Abschlussaktivität (2 Min.)

Als Jugendsportarbeiter ist es unser Ziel, integrierte Sportaktivitäten mit nicht formaler Bildung zu verknüpfen. Unter Nutzung des vorherigen Schemas kann sich aus der oben genannten Sitzung entwickeln:

- Einführung und Energizer (Aufwärmen) oder Eisbrecher (Vorrang der Bewegungsaktivitäten)
- Hauptaktivität des integrierten Sports
- Nachbesprechung einer Hauptaktivität
- 1 oder 2 Bewegungsaktivitäten zur Festigung des Lernens
- Zusammenfassung des Tages

Es ist wichtig, sich auf die Nachbesprechung zu konzentrieren, um die Teilnehmer auf die erworbenen Kompetenzen aufmerksam zu machen. Die Nachbesprechung ist der Moment, in dem der Jugendsportarbeiter eine Erfahrung mit den Teilnehmern analysiert, um sich auf das zu konzentrieren und es zusammzusetzen, was sie daraus gelernt haben. Es ist ein Moment, einen Schritt zurückzutreten, die Ziele der Aktivität zu überprüfen und die Zeit damit zu verbringen, Ideen, Schlussfolgerungen und Fragen aus der Erfahrungskomponente zu ziehen. Kurz erfasst, es ist, als würde

man jemanden bei der Hand nehmen und ihn durch die Erfahrung führen und anhalten, um das Gelernte zu sammeln.

Wie bei jeder anderen Jugendarbeitsaktivität ist es nach der integrierten Sportaktivität wichtig, eine angemessene Nachbesprechung der Erfahrung zu haben. In der Regel ist es leichter, die Teilnehmer ihre ganzen Eindrücke mitteilen zu lassen und danach spezifische Fragen zu fragen, um unterschiedliche Aspekte ihrer Erfahrungen zu untersuchen. Die meisten Teilnehmer werden selbstverständlich begeistert sein und über das Geschehene nachdenken. Es ist aber besser, diese offene Teilung auf 5/ 10 Minuten zu beschränken, damit der Jugendarbeiter die Gruppe auf ihre Lernziele konzentrieren kann. Während der Nachbesprechung ist es wichtig, jedem die Chance zu geben. Wenn ein Teilnehmer schneller als ein anderer ist und nicht jedem die Chance bietet, sollte der Jugendarbeiter/ Moderator einfach die ganze Gruppe darum bitten, die Antworten aufzuschreiben und sie dann zu teilen. So haben auch die ruhigen/ schüchternen Teilnehmer die Gelegenheit, ihre Gedanken mit den anderen zu teilen. Weil sich die Gruppe aus normal Begabten und Menschen mit Behinderungen zusammensetzt, ist es also wichtig, dass der Pädagoge im Voraus verschiedene Strategien vorbereitet, die es allen Teilnehmern ermöglichen, ihre Ideen und Überlegungen zu teilen, wenn sie es wünschen; zum Beispiel durch Bereitstellung der Kommunikation wie Zeichnen und Mimen, angemessene Zeit für die Kommunikation jedes Teilnehmers und Nutzung der Unterstützungswerkzeuge (ergänzende Kommunikation).

Um die Diskussion zu machen, listen wir hier ein paar mögliche Fragen auf:

- Wie fühlst du dich jetzt?
- Hat sich seit Anfang der Aktivität etwas geändert? Warum? Warum nicht?
- Was hast du gelernt?
- Was hast du nicht verstanden oder geschätzt?
- Bezieht sich das auf die Situation in...?
- Wenn du das erneut machen würdest, was würdest du anders machen?
- Hattest du/ dein Team einige Schwierigkeiten? Wer hat sie gelöst? Wie?
- Wie würde man mit dem Konflikt umgehen?
- Welche Muster hast du bei der Zusammenarbeit deines Teams bemerkt?
- Hattest du persönlich das Gefühl, einen Beitrag geleistet zu haben?
- Wer wurde ausgecheckt oder hat nicht so viel beigetragen und warum?

- Wie hast du mit den Spielern kommuniziert? Habt ihr neue Kommunikationsstrategien entwickelt? Wenn ja, wären sie auch außerhalb der sportlichen Aktivitäten nützlich?
- Könntest du für jede Person des Teams eine Rolle erkennen?
- Ist auf dem Gebiet etwas passiert, das mit der realen Welt zusammenhängt?

Es ist wichtig zu beachten, dass nicht jeder Moment in der Aktivität besprochen werden muss. Als Jugendsportarbeiter, der sich der Herausforderungen und Ziele des Einzelnen und des Teams bewusst ist, möchte man auf die Muster und Momente aufmerksam machen, die diese Ziele am besten erreichen. Weil die Zielgruppe eine integrierte Gruppe der Jugendlichen ist und das Hauptziel ist, durch Sport inklusiv zu werden, ist es wichtig, Momente effektiver gemeinsamer Anstrengungen und gemeinsamer Emotionen und Problemlösungsprozesses hervorzuheben, in denen der unterschiedliche Ansatz geholfen hat das Ziel zu erreichen. Es wird empfohlen, diese Momente während der integrierten Sportaktivität aufzuschreiben, um sie während der Nachbesprechung genau wiederzugeben.

Die Nachbesprechung ist der wichtigste Moment der Moderation. Bei einer angemessenen Nachbesprechung werden die Teilnehmer das Gefühl haben, ein lustiges Spiel genossen zu haben und sich inzwischen als Menschen zu stärken.

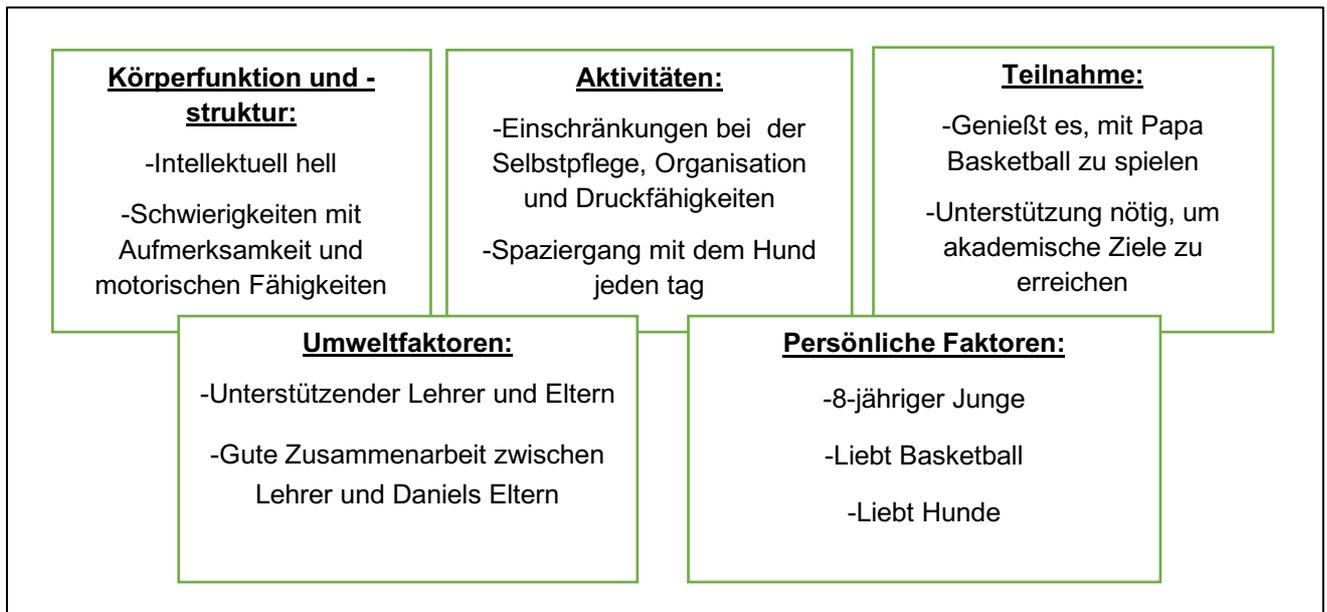
Zusammenfassend kann man sagen, dass eine integrierte sportliche Aktivität in Kombination mit den Grundsätzen und Methoden der nicht formalen Bildung eine Gruppe der normal Begabten und Menschen mit Behinderungen dazu führen kann, persönliche und Gruppenziele zu erreichen und Kompetenzen bewusst zu erwerben und sie danach in der EU anzuwenden.

## 7 INDIVIDUALISIERTER BILDUNGSPLAN (IEP)

Wenn man spricht, Jugendliche mit Behinderungen zu befähigen und neue Ergebnisse und Kompetenzen zu bekommen, ist es wichtig, das IEP-Modell zu berücksichtigen: wir als Jugendsportarbeiter sollten uns für die Entwicklung der Menschen gemäß ihren Lebensbedürfnissen und -zielen einsetzen. Der individualisierte Bildungsplan ist ein pädagogisches Dokument, das die Anpassung des pädagogischen Lernprozesses an die behinderten Jugendlichen an ihre Fähigkeiten und Bedürfnisse sicherzustellen. Der IEP definiert akademische/ Lebensziele, Methoden und pädagogische Interventionen (Aktivitäten, Unterstützungen und Dienstleistungen), um die definierten Ziele (auf lange/ mittlere/ kurze Ebene) zu erreichen, und ist das Ergebnis einer Zusammenarbeit, an der die Schule, das Sonderpädagogik-Team, die Lehrer, die Eltern und andere relevante pädagogische und medizinische Akteure beteiligt sind<sup>84</sup>. Der Ansatz, wie er von Ernesto Ciraci, Lehrer-Trainer-Experte für Schulintegration und Präsident der Vereinigung spezialisierter Unterstützungslehrer MiSoS, erläutert wurde, ist der bio-psycho-soziale Ansatz des ICFs, das die funktionalen Aspekte der Schüler mit Behinderungen untersucht. Bereitstellung der Methoden zur Beschreibung der Auswirkungen der Umwelt-/ Kontextfaktoren (Schulkontext) in Bezug auf Moderatoren oder Hindernisse in Bezug auf die Aktivitäten und die Teilnahme des Schülers sowie auf einen bestimmten „Gesundheitszustand“. Das IEP kann an die Bedürfnisse der jugendlichen (Sport-) Arbeitnehmer und Auszubildender angepasst werden, wenn Aktivitäten und Programme in gemischten Gruppen (mit und ohne Behinderung) durchgeführt werden, um die soziale und persönliche Entwicklung der Teilnehmer zu verfolgen.

---

<sup>84</sup> Ianes D, Cramerotti S (2009) Il Piano educativo individualizzato - Progetto di vita Vol.1-2-3 (Erickson, 2009).



Klassifikation von Daniels Fallstudie anhand des ICF-Rahmens. Adaptiert von der Weltgesundheitsorganisation (2013) (Kasten 1: Das ICF-Modell: Interaktion zwischen ICF-Komponenten, S. 7). Mit Genehmigung der Weltgesundheitsorganisation angepasst.<sup>85</sup>

### **Woraus sollte der personalisierte Plan bestehen:**

- Persönliche Daten über den Teilnehmer;
- Pädagogisches Profil des Teilnehmers;
- Körperfunktion und -struktur;
- Aktuelle Aktivitäten;
- Teilnahme;
- Umweltfaktoren;
- Persönliche Faktoren;
- Bewertung des Unterstützungsbedarfs – geplante Maßnahmen zur Beseitigung physischer und Kommunikationsbarrieren;
- Aktivitätsplan – mit definierten Bereichen, Zielen/ Ergebnissen, Schritten und deren Dauer und Häufigkeit sowie der Methode zur Messung der Erfolge.

### **Hauptmerkmale des personalisierten Plans:**

- Spezial;
- Individualisiert;
- Ziele und Vorgaben festlegen;
- Arbeitsmethoden und unterstützende Strategien festlegen;
- Regelmäßig überprüft werden;
- Mit dem Teilnehmer geteilt;
- Mit Eltern und Betreuern geteilt;

<sup>85</sup> Brücken zwischen Bildung und Gesundheitswesen in Kanada bauen: Wie die ICF und das universelle Design für Lernrahmen die gegenseitige Einbeziehung der Kinder mit besonderen Bedürfnissen in die Schule unterstützen;  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/feduc.2018.00018/full>

- Ein Arbeitsdokument – das regelmäßig aktualisiert wird, indem man einige der nächsten Fragen beantwortet:
  - Welche Fortschritte hat der Teilnehmer gemacht?
  - Welche Ziele wurden erreicht?
  - Wie effektiv waren die Strategien?
  - Was sind die weiteren Schritte?
  - Sollten alternative Strategien ausprobiert werden?
  - Ist eine detaillierte Bewertung nötig?

### Ein Beispiel einer IEP-Form

| INDIVIDUALISIERTER BILDUNGSPLAN  |  |   |  |                         |  |
|--|--|---|--|-------------------------|--|
| Name:  |  | Vorname:                                      |  | Geburtsdatum:           |  |
| Stadt:   |  | Kontaktnummer:                                |  | E-mail-Adresse:         |  |
| Pädagogisches Profil des Teilnehmers:  |  | Körperfunktion und -struktur:                 |  | Aktuelle Aktivitäten:   |  |
| ...  |  | ...   |  | ...                     |  |
| ..   |  | ..  |  | ..                      |  |
| .  |  | .   |  | .                       |  |
| Teilnahme:   |  | Umweltfaktoren:                               |  | Persönliche Faktoren:   |  |
| ...  |  | ...   |  | ...                     |  |
| ..   |  | ..  |  | ..                      |  |
| .  |  | .   |  | .                       |  |
| Bewertung des Unterstützungsbedarfs – geplante Maßnahmen zur Beseitigung physischer und Kommunikationsbarrieren: |  | Aktivitätsplan – BEREICHE:                    |  | Aktivitätsplan – ZIELE: |  |
| ...  |  | ...   |  | ...                     |  |
| ..   |  | ..  |  | ..                      |  |
| .  |  | .   |  | .                       |  |
| A Aktivitätsplan – SCHRITTE:   |  | Aktivitätsplan – METHODEN MESSUNG ERGEBNISSE: |  | Anmerkungen:            |  |
| ...  |  | ...   |  | ...                     |  |
| ..   |  | ..  |  | ..                      |  |
| .  |  | .   |  | .                       |  |





## 8 PRAKTISCHE RATSCHLÄGE FÜR ALLTÄGLICHE AKTIVITÄTEN MIT GEMISCHTEN FÄHIGKEITEN DER JUGENDLICHEN

Wir erreichten den letzten Abschnitt unserer Handbuchs, in dem wir versuchen werden, alle in den obigen Abschnitten zum Ausdruck gebrachten Konzepte zu verbinden, um zwei APA-Aktivitäten zusammenzubringen. Unser Ziel ist es, über das Argument nachzudenken, das uns zur formalen Konstruktion aller Komponenten des APA führen wird. Unsere Vorschläge beziehen sich auf 1 APA für einen sozialen Kontext und 1 APA für eine psychomotorische Perspektive, wobei jeder die Erforschung von APA im sportlichen Kontext überlässt. Dieser Vorschlag wird so motiviert, dass APAs im sportlichen Kontext schon kodifiziert und strukturiert sind und deshalb organisatorisch leicht zu gestalten sind.

Die APA, die wir unten vorschlagen werden, sind für unterschiedliche Behinderungen ausgedacht; das erste physische und das zweite kognitive. Das erste wurde in einem Projekt strukturiert und das zweite wurde isoliert. Nach dieser Prämisse sind wir bereit, unseren ersten APA zu planen. Während wir die APAs nennen, werden wir auf einige Begriffe aufmerksam machen, die uns helfen, unser Geschäft in der alltäglichen Praxis besser zu führen.

## 8.1 DIE ERSTE BEWERTUNG

---

Wenn wir über die Werkzeuge des Berufs des Sportbetreibers reden, reden wir über alle Werkzeuge, die es ermöglichen, eine Idee (ein Projekt) zu konkretisieren und alle Teile zu verknüpfen, aus denen sie besteht. Jeder Bediener, der das Fitnessstudio betrifft, muss sich ein bisschen wie der Mechaniker fühlen, der ein Auto bauen muss. Als erste Operation versucht der Mechaniker zu beurteilen, welche Art von Auto er bauen möchte. Er muss aber auf das Budget achten, das ihm für den Bau zur Verfügung steht, und er muss auch auf die Teile achten, die er besitzt. Bei der Konzeption des APA wird die erste Phase als **Bewertung** genannt und hat die Aufgabe, die zu erreichenden Ziele entsprechend den Fähigkeiten unseres Fachs zu bewerten. In Bezug auf die Person mit Behinderung beziehen wir uns auf das **IEP**, wo wir alle Informationen finden, die wir über die Behinderung, die verbleibenden Kapazitäten und die emotionalen/ relationalen Fähigkeiten sammeln. Wir ermittelten im IEP die **Kompetenzen**, an denen wir arbeiten möchten und welche **Ziele** unser Fach verfolgt.

### Die Programmierung

Nach dieser ersten Bewertung fährt der Mechaniker mit der Konstruktionszeichnung fort und definiert Schritt für Schritt die zu montierenden Teile und die genaue Reihenfolge, in der sie zusammengebaut werden sollen. Das ist der operative der programmtechnische Teil des Projekts, in dem wir alle Aktivitäten aufbauen, die Menschen mit Behinderungen helfen, ihre Fähigkeiten zu stärken und die im APA festgelegten Ziele zu erreichen. Wir müssen in dieser Phase nicht nur die einzelnen Aktivitäten aufbauen, sondern sie auch nach progressiven Kriterien in die richtige Reihenfolge bringen. Wir müssen uns die Programmierung als eine „Matryoshka-Nestpuppe“ vorstellen, die in der größeren Figur andere kleinere beinhaltet, die beim Zusammenstellen des ganzen Satzes helfen. Ohne eine Figur hat das Ganze keinen Wert. Wenn wir zum Beispiel einem querschnittsgelähmten Subjekt einen APA vorschlagen wollten, um zu lernen, wie man den Elektrorollstuhl in der Stadt verwendet (Kompetenz), müssten wir eine Reihe der Aktivitäten aufbauen, die das Subjekt dazu bringen, zu lernen, wie man es macht. Das Erreichen dieser spezifischen Kompetenz fällt in einen Kompetenzbereich, das heißt einen Bereich, in dem alle Kompetenzen zusammengeführt werden. Zu wissen, wie man den Rollstuhl

in der Stadt nutzt, könnte ein Teil des Wissens sein, wie man den Rollstuhl im Alltag verwendet. Das könnte andere Fähigkeiten beinhalten, die es ermöglichen, die Fähigkeiten des Subjekts zu verbessern, wie in der Tabelle gezeigt wird.

| KOMPETENZBEREICH   | NUTZUNG DES ZUSATZGERÄTS FÜR DAS ALLTÄGLICHE LEBEN   |
|--------------------|--|
| <i>KOMPETENZ 1</i> | Nutzung eines Rollstuhls für einen spastischen Querschnittsgelähmten in einer städtischen Umgebung |
| <i>KOMPETENZ 2</i> | Nutzung eines Rollstuhls in einer häuslichen Umgebung  |
| <i>KOMPETENZ 3</i> | Nutzung eines Rollstuhls im Sport  |
| <i>KOMPETENZ 4</i> | Nutzung eines Rollstuhls in einer Schule/ Arbeitsumgebung  |

Die Ziele, die zur Bildung der Kompetenz beitragen, werden als **Zwischenziele** definiert und müssen alle mit einem angemessenen Leistungsniveau erreicht werden, um das gewünschte Kompetenzniveau zu erreichen. Das muss alles in einem Schema enthalten sein, das es uns ermöglicht, einen Überblick über das ganze Projekt zu bekommen. Es ist auch nützlich zu schauen, wie die Programmierung einem **taxonomischen** Trend folgt, das heißt einer Reihe der Fähigkeiten und Kenntnissen, die von unten nach oben, von leicht bis schwierig, von einfach bis komplex reichen.<sup>86</sup> Dieser Prozess ist eine spezielle Lehrmethode, die als „**Mastery Learning**“ genannt wird (Carrol, 1963, Bloom 1971; Block 1978)<sup>87</sup> und die Fähigkeiten und Kenntnisse erfordert, die auch teilweise erlernt wurden, um andere höhere Ebenen zu erreichen. Beim Planen ist es wichtig, nicht nur die Ziele zu planen, sondern auch die dafür nötige Zeit zu quantifizieren. Die Zeit wird in „**Didaktische Lerneinheiten**“ (D.L.U.) quantifiziert.

---

<sup>86</sup> Tosi R., Ceciliani A., Manferrari M.R., Ricci G. - Scienze e motricita - Soc. Editrice Esculapio, 1995, Bologna, Seite 143.

<sup>87</sup> Bloom B. S. – Tassonomia degli obiettivi educativi (area cognitiva) – Vol I, Ed. Giunti & Lisciani, Firenze-Teramo, 1983

**KOMPETENZBEREICH: NUTZUNG DES ZUSATZGERÄTE FÜR DAS ALLTÄGLICHE LEBEN**

**APA – NUTZUNG EINES ROLLSTUHLS FÜR EINE SPASTISCHE PARAPFLEGIE IN EINER STADTUMGEBUNG**

| <b>Ziele</b>     | <b>Ziel 1 –<br/>Erkennung der<br/>Bedienerelemen<br/>te und deren<br/>Nutzung</b>   | <b>Ziel 2 –<br/>Fähigkeit, einen<br/>Rollstuhl in<br/>einer<br/>erleichterten<br/>Umgebung zu<br/>bewegen</b>   | <b>Ziel 3 –<br/>Fähigkeit,<br/>einen<br/>Rollstuhl in<br/>einer<br/>statisch<br/>schwierigere<br/>n Umgebung<br/>zu bewegen</b>   | <b>Ziel 4 –<br/>Fähigkeit,<br/>einen<br/>Rollstuhl in<br/>einer<br/>dynamisch<br/>schwierigere<br/>n Umgebung<br/>zu bewegen</b>   | <b>Ziel 5 –<br/>Fähigkeit,<br/>einen<br/>Rollstuhl in<br/>einer<br/>städtischen<br/>Umgebung<br/>zu bewegen</b>  |
|------------------|---|---|---|--|--|
| <b>Fähigkeit</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl einschaltet</li> <li>- Wissen, wie man die visuellen und akustischen Signale nutzt</li> <li>Wissen, wie man den Joystick nutzt</li> <li>Wissen, wie man den Sicherheitsgurt bindet.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl mit verschiedenen Geschwindigkeiten fährt</li> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl in Kurven fährt</li> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl rückwärts fährt</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl im engen Raum fährt</li> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl im engen Raum abstellt</li> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl auf und ab fährt</li> <li>- Wissen, wie man die Rückspiegel benutzt</li> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl auf kleinem Raum verlangsamt.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- - Wissen, wie man den Rollstuhl in einer einfachen Umgebung fährt, in der sich Menschen bewegen (z.B. Fitnessstudio)</li> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl entlang der sich bewegenden Referenzpunkte fährt (z.B. Begleiter)</li> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl in dynamischen Situationen fährt.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- - Wissen, wie man mit einem Tutor den Rollstuhl in einer städtischen Umgebung fährt</li> <li>- Wissen, wie man mit einem Fernlehrer den Rollstuhl in einer städtischen Umgebung fährt</li> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl unabhängig fährt.</li> </ul> |
| <b>Wissen</b>    | Wissen, wie man die Bedienelemente nutzt.   | Wissen, wie man die Bedienelemente verwendet, also mit geschlossenen Augen.   | Wissen der Größe des Rollstuhls und möglichen Ausfällen.  | Wissen des subjektiven und objektiven Rhythmus.  | Wissen der Verkehrsregeln.   |

## 8.2 DIDAKTISCHE LERNEINHEITEN

Zurück zu „unserem“ Mechaniker, nachdem er die Montage des Autos gemacht hat, muss er sich die Hände schmutzig machen, damit er das Auto zusammenbaut. Er muss auch dem Montageprogramm folgen, indem er zuerst den Rahmen, dann den Motor und alle anderen Teile montiert. Um die Kompetenzen zu erreichen, müssen wir die didaktischen Lerneinheiten (D.L.U.) bauen. Das sind die Teile des Autos. In unserem Fall sind D.L.U. (Training/ motorische Aktivitäten) jene praktischen Aktivitäten, die die Aufgabe haben, die Person mit Behinderung dazu zu bringen, die geplanten Fähigkeiten und Kenntnisse zu haben. Wie wir bereits sahen, braucht das Erlernen neuer Fähigkeiten/ Kenntnisse Zeit, die wir planen sollten. Wir glauben, dass die D.L.U. verwendet werden sollte, um jedes Ziel durch Quantifizierung der Arbeitszeit zu erreichen (in der Regel geht es um die Schulungen im Bereich von einer Stunde bis 2 und 2,5 Stunden).

### KOMPETENZBEREICH: NUTZUNG DES ZUSATZGERÄTS FÜR DAS ALLTÄGLICHE LEBEN

#### APA – NUTZUNG EINES ROLLSTUHLS FÜR EINE SPASTISCHE PARAPLEGIE IN EINER STADTUMGEBUNG

| <b>Ziele</b>     | <b>Ziel 1 –<br/>Erkennung der<br/>Bedienerelemente<br/>und deren<br/>Nutzung</b>   | <b>Ziel 2 –<br/>Fähigkeit, einen<br/>Rollstuhl in<br/>einer<br/>erleichterten<br/>Umgebung zu<br/>bewegen</b>   | <b>Ziel 3 –<br/>Fähigkeit,<br/>einen<br/>Rollstuhl in<br/>einer<br/>statisch<br/>schwierigen<br/>Umgebung<br/>zu<br/>bewegen</b>  | <b>Ziel 4 –<br/>Fähigkeit,<br/>einen<br/>Rollstuhl in<br/>einer<br/>dynamisch<br/>schwierigen<br/>Umgebung zu<br/>bewegen</b>   | <b>Ziel 5 –<br/>Fähigkeit,<br/>einen<br/>Rollstuhl in<br/>einer<br/>städtischen<br/>Umgebung<br/>zu bewegen</b>  |
|------------------|--|---|---|---|--|
| <b>Fähigkeit</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl einschaltet</li> <li>- Wissen, wie man die visuellen und akustischen Signale benutzt</li> <li>- Wissen, wie man den Joystick benutzt</li> <li>- Wissen, wie man den Sicherheitsgurt bindet</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl mit verschiedenen Geschwindigkeiten fährt</li> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl in Kurven fährt</li> <li>- Wissen, die man den Rollstuhl rückwärts fährt</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl im engen Raum fährt</li> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl auf engstem Raum abstellt</li> <li>- Wissen,</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl in einer einfachen Umgebung fährt, in der sich Menschen bewegen (z.B. Fitnessstudio)</li> <li>- Wissen, wie man den Rollstuhl entlang der</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wissen, wie man mit einem Tutor den Rollstuhl in einer städtischen Umgebung fährt</li> <li>- Wissen, wie man mit einem Fernlehrer den Rollstuhl in einer</li> </ul> |

|               |  |  |   |   |  |
|---------------|--|--|---|---|--|
|               |  |  | wie man den Rollstuhl auf und ab fährt<br>- Wissen, wie man die Rückspiegel benutzt<br>- Wissen, wie man den Rollstuhl auf kleinem Raum verlangsamt | sich bewegenden Referenzpunkte fährt (z.B. Begleiter)<br>- Wissen, wie man den Rollstuhl in dynamischen Situationen fährt | städtischen Umgebung fährt<br>- Wissen, die man den Rollstuhl unabhängig fährt |
| <b>Wissen</b> | Wissen, wie man die Bedienelemente benutzt | Wissen, wie man die Bedienelemente verwendet, also mit geschlossenen Augen | Wissen der Größe des Rollstuhls und die möglichen Ausfälle  | Wissen des subjektiven und objektiven Rhythmus  | Wissen der Verkehrsregel   |
| <b>D.L.U.</b> | 2 D.L.U. (3 Stunden)                       | 3 D.L.U. (4,5 Stunden)   | 2 D.L.U. (3 Stunden)  | 4 D.L.U. (6 Stunden)  | 3 D.L.U. (4,5 Stunden)   |

### 8.3 BEWERTUNG UND NEUPROGRAMMIERUNG

Der Mechaniker muss berücksichtigen, dass er während der Montage des Autos mögliche Probleme wegen der Programmierfehler oder der Teilen haben kann, die an den Rest der Maschine angepasst werden müssen. Er muss also jedes Mal überprüfen, wenn er ein neues Teil zusammenbaut, ob es richtig ist. Auf die gleiche Weise muss der physische Bediener jedes Mal sicher sein, dass die D.L.U. die Zwischenziele erfolgreich erreicht und sich für die Person mit Behinderung gelohnt hat. Diese Phase der **Überprüfung** wird meistens durchgeführt, indem versucht wird, die trainierte Motoraufgabe in schwierigeren Situationen auszuführen. Wenn das Erlernen der motorischen Aufgabe erwartungsgemäß nicht zufriedenstellend war, kann der Arzt aus den drei verschiedenen Lösungen indikativ auswählen. Die erste Gelegenheit ist, dass die Aktivität **neuprogrammiert** werden soll, da er/ sie feststellte, dass die vorgeschlagene Aktivität für die Person mit Behinderung nicht erfolgreich oder geeignet war. Der zweite Weg ist, mehr Zeit zu investieren (zusätzliche D.L.U.), da das Erlernen der motorischen Aufgabe mehr Zeit benötigt. Der dritte Weg ist, wieder in die Programmierung einzusteigen, weil eine Fertigkeit noch nicht ganz vollständig erworben wurde. Um das besser zu verstehen,

versuchen wir, einige praktische Beispiele für die Situationen zu benennen, denen wir uns während der Planungsphase gegenübersehen müssen.

In unserer APA stellen wir uns vor, dass unser Ziel in Ziel 2 – Wissen, einen Rollstuhl in einer erleichterten Umgebung zu bewegen, Schwierigkeiten hatte, den Rollstuhl in eine Ecke zu führen. Stellen wir vor, die Person hat die Lateralisierung<sup>88</sup> nicht ganz erworben. In diesem Fall sollten wir einen Teil des Projekts durch Einfügen einer D.L.U. oder ein Teil davon bei Aufgaben, die die Lateralisierung trainieren.

Stellen wir uns zum Beispiel vor, dass wir bei der Arbeit an Ziel 4 (Verwalten von Auf- und Abfahrten) feststellen, dass unser Subjekt Schwierigkeiten hat, den Abstieg zu verwalten. Bei der Programmierung müssen wir zurückgehen und einige Zeit damit verbringen, den Rollstuhl im Ziel 3 bergauf zu fahren.

Schließlich nehmen wir an, dass im Ziel 5 die Person mit Behinderung eine stärkere Unterstützung des Lehrers in der städtischen Umgebung braucht, damit das Subjekt mehr Sicherheit erlangen kann. In diesem Fall reicht es aus, mehr Zeit für das Erreichen des Ziels aufzuwenden.

| <b>KOMPETENZBEREICH: NUTZUNG DES ZUSATZGERÄTS FÜR DAS ALLTÄGLICHE LEBEN</b>                  |  |   |  |   |   |
|--|--|---|--|---|---|
| <b>APA – NUTZUNG EINES ROLLSTUHLS FÜR EINE SPASTISCHE PARAPFLEGIE IN EINER STADTUMGEBUNG</b> |  |   |  |   |   |
| <b>Ziele</b>   | <b>Ziel 1 –<br/>Erkennung der<br/>Bedienelemente<br/>und deren<br/>Nutzung</b>                                 | <b>Ziel 2 – Fähigkeit,<br/>einen Rollstuhl in<br/>einer<br/>erleichterten<br/>Umgebung zu<br/>bewegen</b>       | <b>Ziel 3 –<br/>Fähigkeit,<br/>einen<br/>Rollstuhl in<br/>einer<br/>statisch<br/>schwierigen<br/>Umgebung<br/>zu bewegen</b> | <b>Ziel 4 –<br/>Fähigkeit,<br/>einen<br/>Rollstuhl in<br/>einer<br/>dynamisch<br/>schwierigen<br/>Umgebung zu<br/>bewegen</b> | <b>Ziel 5 –<br/>Fähigkeit,<br/>einen<br/>Rollstuhl in<br/>einer<br/>städtischen<br/>Umgebung<br/>zu bewegen</b> |
| <b>Fähigkeit</b>   | - Wissen, wie man den Rollstuhl einschaltet<br>- Wissen, wie man die visuellen und akustischen Signale benutzt | - Wissen, wie man den Rollstuhl mit verschiedenen Geschwindigkeiten fährt<br>- Wissen, wie man den Rollstuhl in | - Wissen, wie man den Rollstuhl im engen Raum fährt<br>- Wissen, wie man den   | - Wissen, wie man den Rollstuhl in einer einfachen Umgebung fährt, in der sich Menschen                                       | - Wissen, wie man mit einem Tutor den Rollstuhl in einer städtischen Umgebung                                   |

<sup>88</sup> Lateralisierung ist Fähigkeit eines Subjekts, das Recht und das Links auf dem anderen Körper zu identifizieren und diese Berichte in Bezug auf Objekte und Raum im Allgemeinen zu projizieren.

|                          |  |  |  |   |   |
|--------------------------|--|--|--|---|---|
|                          | - Wissen, wie man den Joystick benutzt<br>- Wissen, wie man den Sicherheitsgurt bindet | Kurven fährt<br>- Wissen, die man den Rollstuhl rückwärts fährt  | Rollstuhl auf engstem Raum abstellt<br>- Wissen, wie man den Rollstuhl auf und ab fährt<br>- Wissen, wie man die Rückspiegel benutzt<br>- Wissen, wie man den Rollstuhl auf kleinem Raum verlangsamt | bewegen (z.B. Fitnessstudio)<br>- Wissen, wie man den Rollstuhl entlang der sich bewegenden Referenzpunkte fährt (z.B. Begleiter)<br>- Wissen, wie man den Rollstuhl in dynamischen Situationen fährt | fährt<br>- Wissen, wie man mit einem Fernlehrer den Rollstuhl in einer städtischen Umgebung fährt<br>- Wissen, die man den Rollstuhl unabhängig fährt |
| <b>Wissen</b>            | Wissen, wie man die Bedienelemente benutzt   | Wissen, wie man die Bedienelemente verwendet, also mit geschlossenen Augen                                 | Wissen der Größe des Rollstuhls und die möglichen Ausfälle   | Wissen des subjektiven und objektiven Rhythmus  | Wissen der Verkehrsregel  |
| <b>D.L.U.</b>            | 2 D.L.U.<br>(3 Stunden)  | 3 D.L.U.<br>(4,5 Stunden)  | 2 D.L.U.<br>(3 Stunden)  | 4 D.L.U.<br>(6 Stunden)   | 3 D.L.U.<br>(4,5 Stunden)   |
| <b>Bewertung</b>         |  | Lateralisierung fehlt  |  | Er/ sie kann den Rollstuhl nicht bergauf fahren   | Er/ sie benötigt mehr Unterstützung vom Tutor   |
| <b>Neuprogrammierung</b> |  | Wissen, wie man im Raum das Links/ Rechts im Vergleich zu meinem Körper erkennt<br>2 D.L.U.<br>(3 Stunden) |  | Wir arbeiten wieder an der Fähigkeit vom Ziel 3 –<br>Wissen, wie man den Rollstuhl bergauf und bergab fährt<br>1 D.L.U.<br>(1,5 Stunden)  | Wissen, wie man mit einem Tutor den Rollstuhl in einer städtischen Umgebung fährt<br>+ 1 D.L.U.<br>(1,5 Stunden)                                      |

#### 8.4 DIE PARALLELE PROGRAMMIERUNG MEHRERER FÄHIGKEITEN

Wir hatten unseren Mechaniker verlassen, um die korrekte Montage des Autos zu überprüfen, abgesehen von der Tatsache, dass sich der Mechaniker bei der Montage des Autos nicht darauf konzentrieren kann, jeweils ein Stück zusammenzubauen. Der Mechaniker kann ab und zu verschiedene Teile gleichzeitig machen, wodurch ein komplexer Teil seines Autos fertiggestellt wird. Auch in der

Trainingsmethodik werden wir beim Planen der Aktivitäten vor Ort feststellen, dass das Erlernen der Fähigkeiten und Wissen, ein Kontinuum ist, ein Prozess, der „den Ausdruck einer eher dauerhaften Änderung der Leistung oder des potenziellen Verhaltens darstellt, die sich daraus ergibt.“<sup>89</sup> Dieser kontinuierliche Prozess, der mit der Geburt des Individuums anfängt und mit seinem Tod endet, würde hypothetisch den Erwerb einer praktisch unendlichen motorischen Fähigkeit ermöglichen. Die motorischen Fähigkeiten des Individuums hängen mit den motorischen Erfahrungen zusammen, die das Subjekt in seinem eigenen Leben machte und es lernte.<sup>90</sup> Beim Training üben wir meistens für körperliche Aktivität nicht eine einzige Fertigkeit, sondern mehrere gleichzeitig. Wenn wir über Programmierung sprechen, wäre es einschränkend, die Aktivitäten zu programmieren, die ihre Aufmerksamkeit auf ein einziges Ziel richten. Wir sprechen daher von der **parallelen Programmierung**, die auf den Erwerb anderer Kompetenzen mit D.L.U. abzielt und **primäre und sekundäre Ziele** beinhaltet.<sup>91</sup> Dieser Prozess des parallelen motorischen Trainings zielt auf die globale und harmonische Verbesserung der motorischen Fähigkeiten unseres Einzelnen ab, der bei des Erreichens der mit ihm vereinbarten Ziele die Befriedigung seiner persönlichen Bedürfnisse nach Selbstverwirklichung und Selbstwirksamkeit findet. Zurück zu unserem spastischen querschnittsgelähmten Thema könnte unsere Programmierung auf andere transversale und spezifische Fähigkeiten ausgedehnt werden, die mit der Ausübung eines Rollstuhlsports verknüpft sein könnten, zum Beispiel *Rollstuhlhockey*. Unser Programm könnte als um den Erwerb zusätzlicher Fähigkeiten erweitert werden, zum Beispiel in Spielsituationen zu verwalten. Wie bereits zuvor sollte Kompetenz in die Ziele des Erlernens neuer Fähigkeiten und des Wissens durch die Bildung eingebunden werden. Wir könnten die spezifischen Ziele identifizieren, wie zum Beispiel:

- Fähigkeit, den Ball im Spiel mit dem Hockeyschläger zu führen; in einem Raum, der ziemlich breit ist;
- Fähigkeit, die Kurzstreckenpässe auszuführen;
- Fähigkeit, die Pässe aus einer mittleren Entfernung auszuführen.

Diese Ziele sollten abgelehnt werden, indem die zum Erreichen des Kompetenzziels nötigen Fähigkeiten und Kenntnissen anerkannt werden. Sobald alle diese Inhalte

---

<sup>89</sup> Singer R, Robert N., - *L'apprendimento delle capacità motorie* - Società Stampa Sportiva, Roma, 1984, Seite 16

<sup>90</sup> Schmidt R.A., - *Motorisches Lernen und Leistung: Vom Prinzip zur Praxis* – Human Kinetics, Kampagne (IL), 1991

<sup>91</sup> Weineck J. - *Das optimale Training* - Calzetti Marietti Editore, Perugia, 2009

erklärt wurden, würde der Programmierkurs den im APA gesagten Schritten zur Nutzung des Rollstuhls in einer städtischen Umgebung folgen.

### BEISPIEL FÜR DIE PARALLELPROGRAMMIERUNG

| <b>NUTZUNG DES ZUSATZGERÄTS FÜR DAS ALLTÄGLICHE LEBEN DER SPASTISCHEN PARAPLEGIE</b> |   |   |  |   |
|--|---|---|--|---|
| <b>KOMPETENZ</b>   | <b>Nutzung eines Rollstuhls in einer städtischen Umgebung</b>   | <b>Nutzung eines Rollstuhls in einer häuslichen Umgebung</b>  | <b>Nutzung eines Rollstuhls in einem Rollstuhlhockey</b>   | <b>Nutzung eines Rollstuhls in der Schule/ Arbeitsumgebung</b>  |
| <b>ZIELE</b>   | 1 – Erkennung der Bedienelemente und ihrer Nutzung<br>2 – Fähigkeit, den Rollstuhl in einer erleichterten Umgebung zu bewegen<br>3 – Fähigkeit, den Rollstuhl in einer statisch schwierigen Umgebung zu bewegen<br>4 – Fähigkeit, den Rollstuhl in einer dynamisch schwierigen Umgebung zu bewegen<br>5 – Fähigkeit, den Rollstuhl in einer städtischen Umgebung zu bewegen | 1 – Erkennung des Manövrierraums<br>2 – Fähigkeit, autonom in das Fahrzeug ein- und aussteigen<br>3 – Fähigkeit, mit dem Treppenlift Treppen zu steigen | 1 – Fähigkeit, den Ball mit dem Hockeyschläger in den Situationen mit großem Weltraum zu führen<br>2 – Fähigkeit, Kurzstreckenpässe auszuführen<br>3 – Fähigkeit, Pässe aus einer mittleren Entfernung auszuführen | 1 – Erkennung der Manövrierräume<br>2 – Fähigkeit, autonom in das Fahrzeug ein- und aussteigen<br>3 – Möglichkeit zur Eingabe der Arbeitsstelle emplacement<br>4 – Fähigkeit, sich in allen Bereichen der Umgebung zu bewegen |

## Zusammenfassung

Die Programmierung umfasst:

1. Auswahl des Kompetenzbereiches;
2. Auswahl der allgemeinen und spezifischen Kompetenzen, die verbessert werden müssen;
3. Definition der primären und sekundären Ziele;
4. Organisation der Ziele taxonomisch;
5. Fähigkeiten und Kenntnisse auszuwählen, um sie zu erlangen;
6. Programmierung der individuellen D.L.U.;
7. Überprüfung der Ergebnisse;
8. Neuprogrammierung bei Bedarf.

### Von Makro zu Mikro: Wie erstelle ich eine D.L.U.

Wir sahen im obigen Abschnitt die Mechanismen für die Programmierung. In diesem Teil werden wir versuchen, eine D.L.U. eines APA, um alle Begriffe zu konkretisieren, die wir in den vorherigen Abschnitten zu NFE und zur Trainingsmethodik gegeben haben. Wir haben schon beschrieben, wie die D.L.U. im Sportbereich durch Training oder Sportunterricht vertreten wird; Beide Vorschläge haben gemeinsame Arbeitsmomente, in denen klar angesagte Inhalte eingeführt werden können. Wir beschreiben noch eine motorische Erfahrung im Zusammenhang mit geistiger Behinderung am Beispiel einer Person mit Behinderung (seine Initialen sind G.P.), die an einer Form von Autismus leidet. Es ist hoch funktionierend, aber mit reduzierten sozialen Fähigkeiten, die die Beziehung zu Gleichaltrigen in der Schule beeinträchtigen. Die APAs, in denen dieser D.L.U. eingefügt wird, beabsichtigt, verbale und emotionale Kommunikation durch Integration mit schul- und sportpsychomotorischen Aktivitäten zu entwickeln. Wir fügen einige Details hinzu, die wir in diesen letzten Abschnitt aufnehmen wollten.

## 8.5 FELDSTRATEGIEN: DER TRAININGSPLAN

Wenn wir auf dem Feld sind, müssen wir mit unserem Aktivitätsplan dorthin gelangen. In diesem Plan müssen wir alle Informationen bezüglich der D.L.U. sammeln. Wir müssen die Gruppe und die Arten der Behinderungen berücksichtigen, mit denen wir arbeiten werden. Danach müssen wir bei der Gestaltung des Trainings wie immer vom Hauptziel der D.L.U. und mögliche sekundären Zielen eingehen. Bei der Auswahl des Hauptziels können wir weiter zwischen einem motorischen Hauptziel und einem psychosozialen Ziel unterscheiden. In unserem Fall richtet sich der Vorschlag an eine Schulgruppe im Rahmen eines Integrationsprojekts zwischen normal dotierten Kindern und einem Kind mit Autismus.

| <b>D.L.U. INTEGRATION DES AUTISTISCHEN KINDES IN DER GRUPPE</b> |   |
|---|---|
| <b><i>MERKMALE DER GRUPPE UND ZIELE DER D.L.U.</i></b>          |   |
| <b>Zahl der Teilnehmer</b>                                      | 12 – Gruppe von 7 Jahren  |
| <b>Anwesenheit der Schüler mit Behinderung</b>                  | G.P., 1 Kind mit hochfunktionierendem Autismus  |
| <b>Motorische Lernziele</b>                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stärkung der motorischen Grundmuster</li> <li>- Entwicklung subjektiver und objektiver Rhythmusfähigkeiten</li> <li>- Entwicklung der Wahrnehmung von Raum und Zeit</li> </ul> |
| <b>Psycho/relationale Lernziele</b>                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Entwicklung der Stimmkommunikationsinstrumente</li> <li>- Entwicklung des Vertrauens im Team</li> </ul>  |

Sobald wir es definiert haben, müssen wir den organisatorischen Teil der D.L.U. des Materials, die Trainingszeit, den Raum in Sicht nehmen. Bei diesem Schritt müssen wir bei der Vorbereitung des Raums und der Ausstattung den Raum sichern und die Zeit gut verwalten, damit wir die richtigen Pausen zwischen einem Vorschlag und einem anderen haben können.

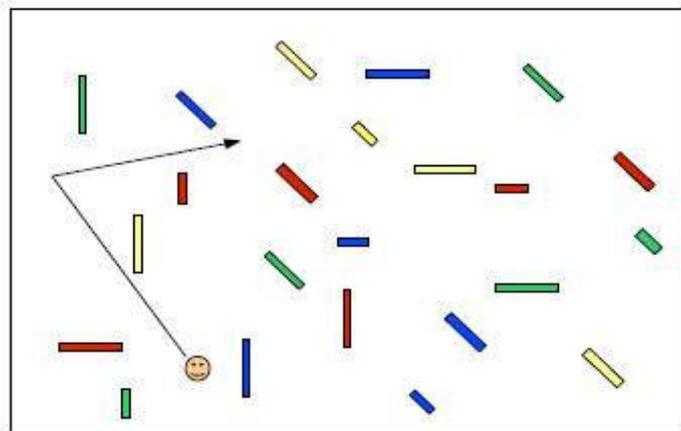
| <b><i>ORGANISATION VON D.L.U.</i></b>          |   |
|--|---|
| <b>Nutzung der Räume</b>                       | Schulgarten   |
| <b>Dauer der D.L.U.</b>                        | 1 Stunde, 30 Minuten  |
| <b>Nutzung der Ausstattung und Materialien</b> | 20 lange und kurze Rohre und Schwammverbinder (in alternativen farbigen Schnüren können verwendet werden) |

Nach allen diesen Überlegungen schlagen wir vor, die Lektion in unterschiedlichen Momenten zu unterteilen. Auf diese Weise können wir die Lektion in drei Teile unterteilen und Zeichnungen, kurze Erklärungen und Hinweise zur Methodik nutzen, um die benötigten Aufgaben zu erläutern.

## ***ARTIKULATION VON D.L.U.***

In dieser Lektion werden wir die Röhren nutzen, um an den wesentlichen motorischen Schemen zu arbeiten. Die Röhren werden auf verschiedene Weise genutzt, um Hindernisse oder Verlängerungen des Körpers aufzubauen. Die Übungen werden progressiv sein, von leicht bis schwer.

### **AKTIVIERUNGSPHASE** **LAUFEN IM RAUM MIT DEN WÄNDEN**



In der ersten Phase der Übung läuft jedes Kind frei im Weltraum und versucht, keinen anderen Begleiter zu berühren. Wir bitten dann die Kinder, denen wir eine Röhre des Kits gegeben haben, sie an der gewünschten Stelle in den Raum zu stellen, wobei darauf zu achten ist, dass die Röhre so weit wie möglich von den anderen entfernt ist. Sobald das Feld vorbereitet ist, kann die zweite Phase anfangen, in der jedes Kind frei laufen kann, ohne einen Begleiter zu berühren und ohne die Wände zu überqueren (Röhren des Motor Literacy Kit)

### **ZENTRALE PHASE**

#### **1. LAUFEN UND SPRINGEN**

Ausgehend vom vorherigen Spiel, aber mit Wänden, die zu Hindernissen werden, um frei zu springen. Nach einem ersten Ansatz des Freispringens können wir, inspiriert von Kindern, andere Arten von Springen vorschlagen, wie zum Beispiel:

- Mit einer Unterstützung springen

- Mit zwei Stützenspringen
- Auf ein Bein springen
- Rückwärtsspringen
- Mit Rotation springen

## 2. DAS ZUGSPIEL

Wir machen die Gruppen von drei Kindern, wir geben jeder Gruppe eine röhrenförmige, lange Röhre (1,60 m). Zu Beginn werden die Kinder durch die Röhre vereint. Auf dem Schild „Start“ fährt der Fahrer (der erste Wagen) mit dem Zug herum und versucht, den anderen Zügen auszuweichen. Auf dem Schild „Ändern“ wechseln wir den Fahrer. Variante: Der Zug hat keine Fahrer; die Kinder haben die Augen geschlossen.

## 3. TRAINING DER TIERE

Wir bilden Gruppen von drei Kindern, wir geben ihnen einen Schlauch. Das Spiel ist, einen Begleiter zu trainieren, um das Hindernis (Rohr) zu überwinden, das von den beiden Trainern (Gefährten) unterstützt wird. Das Hindernis kann entweder hoch oder niedrig, schräg oder in Bewegung gesetzt werden.

## 4. DER SPIEGEL

Wir spielen immer in dreiergruppen mit den Röhren das Spiegelspiel. Die Spiegel versuchen, das Hauptkind nachzuahmen, das über die Röhre hin und her springen kann. Auf dem Schild „Ändern“ ändern die Kinder die Regeln.

## **SCHLUSSPHASE**

### 5. NEMO GEGEN DEN TINTENFISCH

In diesem letzten Spiel verteilen wir die Kreise, die mit langen Rohren gebaut und mit den Abschlüssen des Motor Literacy Kits (oder der Kreise) auf dem Feld geschlossen wurden. Innerhalb der Kreise setzen wir die Tintenfische mit einem Fuß innen und einem Fuß außen mit jeweils einem Tentakel (1,6 m lang). Auf dem Schild „Start“ muss Nemo (die Kinder außerhalb der Kreise) versuchen, in Meer (Lager) zu fliehen, ohne von den Tentakeln berührt zu werden. Wer erwischt wird, wird elimiert. Variante: Wer erwischt wird, spielt mit dem Tintenfisch und wird zu einem Mini-Tentakel (kurzes Rohr 0,5 m).

Der letzte Teil der Lektion ist eine Phase der Überprüfung der vorgeschlagenen Aktivität, um zu bewerten, ob die von uns festgelegten Ziele erreicht wurden und ob G.P. seine persönlichen Ziele erreicht hat

|  |  |
|--|--|
| <p>Alle anderen Überlegungen zum Unterricht (oder zur Unterrichtsgruppe)</p> | <p>In dieser Lektion benutzte G.P., der an Autismus leidet, die Röhre als Kommunikationsinstrument und ein anderes Spielwerkzeug als gewöhnlich, um sich mit seinen Klassenkameraden zu befassen. Um ihn noch mehr einzubeziehen, haben wir oft seine Spielkameraden gewechselt. In komplexeren Spielphasen haben wir einige Gefährten gebeten, ihm bei der Einhaltung der Regeln und Aufgaben zu helfen.</p>  |
| <p>Beobachtungen zur Wirksamkeit der Aktivität</p>                           | <p>Die Lektion ist einfach für den Inhalt und für die Ziele. Es ist sicher eine Lektion, die zu Beginn des Kurses genutzt werden soll, um die Vorschläge zu vereinfachen und die allgemeinen Übungen durchzuführen. Ein interessanter Aspekt ist die Unterteilung der Klasse in Gruppen von drei Kindern, eine Arbeitsweise, die es dem Lehrer oder Experten ermöglicht, Freundschaften und Leiter der Gruppe zu bewerten. Diese Bewertung könnte bei der Strukturierung nachfolgender Lektionen hilfreich sein, weil sie die Sozialisation unter Kindern oder das Verantwortungsbewusstsein fördern könnte.</p> <p>In der Tiertrainingsübung (Übung 6) geben wir Hilfe, wie Gefährten springen oder mobile Hindernisse schaffen können. Wir achten auch darauf, Gruppen hervorzuheben und zu belohnen, die in der Lage sind, besser zu spielen und Rollenwechsel zu organisieren, um so eine größere Bereitschaft zum Vergleichen und zur Zusammenarbeit zu zeigen.</p> |

**Jetzt sind Sie dran!**

Um zu lernen, wie Sie Ihre D.L.U. organisieren, können Sie versuchen, eine mit diesem Formular zu erstellen.

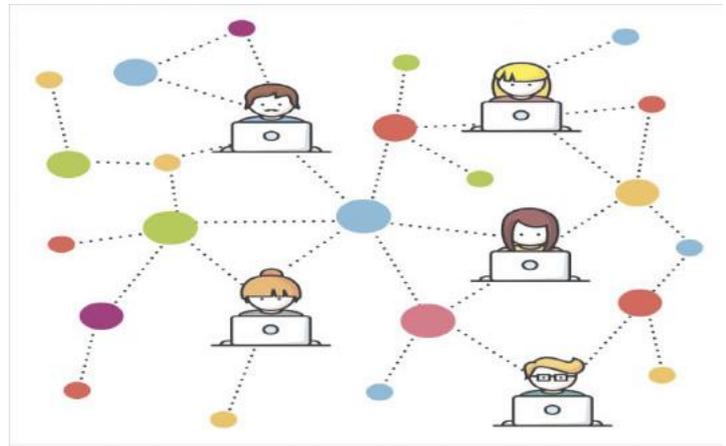
|  |  |
|--|--|
| <p align="center"><b>D.L.U. INTEGRATION VON AUTISTISCHEN KINDERN/ SCHÜLERN IN DER GRUPPE</b></p> |  |
| <p align="center"><b><i>MERKMALE DER GRUPPE UND ZIELE DER D.L.U.</i></b></p>                     |  |
| <p><b>Zahl der Teilnehmer</b></p>  |  |
| <p><b>Anwesenheit der Schüler mit Behinderung</b></p>  |  |

|   |  |
|---|--|
| <b>Motorische Lernziele</b>   |  |
| <b>Psycho/relationale Lernziele</b>                                   |  |
| <b>ORGANISATION VON D.L.U.</b>  |  |
| <b>Verwendete Räume</b>   |  |
| <b>Dauer der D.L.U.</b>   |  |
| <b>Verwendete Ausstattung und Materialien</b>                         |  |
| <b>ARTIKULATION VON D.L.U.</b>  |  |
| <b>AKTIVIERUNGSPHASE</b>  |  |
| <b>ZENTRALE PHASE</b>   |  |
| <b>SCHLUSSPHASE</b>   |  |
| Alle anderen Überlegungen zum Unterricht (oder zur Unterrichtsgruppe) |  |
| Beobachtungen zur Wirksamkeit der Aktivität                           |  |
|   |  |



It's Your Turn!

## BIBLIOGRAFIE



- Eshach H. (2007) – „Brücke zwischen schulischem und außerschulischem Lernen: formale, nicht formale und informelle Bildung“; von Journal of Science Education and Technology, 16 (2), 171-190; S. 174
- Weltgesundheitsorganisation (2015): „Fakten zu gesundheitsfördernder körperlicher Aktivität in den 28 Mitgliedstaaten der Europäischen Union der Europäischen Region der WHO“; <https://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/factsheets/eu-wide-overview-methods.pdf>, Aufruf im April 2020
- WHO-Aktionsplan für globale Behinderungen 2014 – 2021 <https://www.who.int/publications-detail/who-global-disability-action-plan-2014-2021>, Aufruf im April 2020
- „Arbeit mit jungen Menschen: der Wert der Jugendarbeit in der Europäischen Union“; Europäische Kommission, 2014; [http://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/study/youth-work-report\\_en.pdf](http://ec.europa.eu/assets/eac/youth/library/study/youth-work-report_en.pdf); Aufruf im April 2020
- Kiuppis, F.: „Sport und Behinderung: Vom Integrationskontinuum zum Inklusionsspektrum“; Routledge; 2018
- Kiuppis F. (2018) - Inklusion im Sport: Behinderung und Teilhabe, Sport in der Gesellschaft, 21:1, 4-21, Verfügbar auf: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/17430437.2016.1225882>, Aufruf im April 2020
- Schroeder K., Geudens T. - „Fit fürs Leben“; SALTO Inclusion Resource Centre, 2011. Verfügbar auf <https://www.salto-youth.net/downloads/4-17-628/FitForLife.pdf>, Aufruf im April 2020
- Kloosterman P., Brown C. - „Nichts für Ungut“; Salto Youth Inclusion Resource centre, 2010. Verfügbar auf <https://www.salto-youth.net/rc/inclusion/archive/archive-resources/inclusiongroups/inclusionoffenders/InclusionOffendersWho/>, Aufruf im April 2020

- Matuit D. - „L'intégration sociale et professionnelle des personnes en situation de handicap: des concepts à l'évaluation des actions“; Revue Européenne du Handicap Mental, 1995
- Dunn D. - Die Sozialpsychologie der Behinderung; Oxford University Press, 2014; Verfügbar auf <https://books.google.hr/books?id=1oMjBQAAQBAJ>, Aufruf im April 2020
- Petasis A. - „Diskrepanzen der medizinischen, sozialen und biopsychosozialen Modelle der Behinderungen; Ein umfassender theoretischer Rahmen“; Das Internationale Journal für Unternehmensführung und Technologie, Ausgabe 3 Band 4 Juli-August 2019; Verfügbar auf <http://www.theijbmt.com/archive/0928/1686534688.pdf> , Aufruf im April 2020
- Brown C.H. - “Medizinisches Handbuch/ IAAF Kommission für Medizin und Anti-Doping“; Internationaler Verband der Leichtathletikverbände, 2006; Verfügbar auf: <https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/health-science>, <https://www.worldathletics.org/download/download?filename=f9fa48c2-2a0c-46f3-88b9-149f4d561326.pdf&urlslug=Chapter%203A%20Training> , Aufruf im April 2020
- Milanović D.V., Theorie und Methodik des Trainings (2009)
- Cieślicka M., Szark-Eckardt M. - “Methodik der körperlichen Erholung: Probleme, Erfahrungen, Empfehlungen“; Tagebuch... des körperlichen Trainings..., 2013. Verfügbar auf: [https://www.researchgate.net/publication/313882248\\_Methodology\\_of\\_physical\\_recreation\\_problems\\_experience\\_recommendations](https://www.researchgate.net/publication/313882248_Methodology_of_physical_recreation_problems_experience_recommendations), Aufruf im April 2020
- Zahradník D., Jorvas P. - “Die Einführung in das Sporttraining“; Masaryk University, 2012. Verfügbar auf <http://www.fsps.muni.cz/emuni/data/reader/book-6/02.html>, Aufruf im April 2020
- Hartmann D., Kwauk C. - “Sport und Entwicklung Ein Überblick, Kritik und Rekonstruktion“; Zeitschrift für Sport- und Sozialfragen, 2011. Verfügbar auf: [https://www.researchgate.net/publication/258158933\\_Sport\\_and\\_Development\\_An\\_Overview\\_Critique\\_and\\_Reconstruction](https://www.researchgate.net/publication/258158933_Sport_and_Development_An_Overview_Critique_and_Reconstruction), Aufruf im April 2020.
- Matorčević, D., “Jugendsportarbeit für interkulturelles Lernen und Akzeptanz der Vielfalt“; Aktive Jugend im glücklichen Europa, 2018
- Foldi L. - “Trainingshandbuch für NFE durch Sport und körperliche Aktivitäten mit jungen Menschen“; Internationale Vereinigung für Sport und Kultur, 2013; <https://www.moveandlearn.org/files/Move&Learn.pdf>; Aufruf im May 2020

- T-STEY, Bildungskurs für Trainer in der europäischen Jugendarbeit, November 2010, Prag, Tschechische Republik
- Kasser S.L., Lytle R.K. – Inklusive körperliche Aktivität, ein Leben voller Möglichkeiten (2013)
- Kelly F., Southwell K., Teow K. - “Die Jugend kann durch Sport Türen zu allen Fähigkeiten öffnen“; ENGSO Jugend mit dem Europäischen Paralympischen Komitee, 2011. Verfügbar auf [https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/ugd/6fa9e5\\_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf](https://b2edbaa4-f3ed-4569-9d16-de917ed9777c.filesusr.com/ugd/6fa9e5_676d81cb60c74581896b10a841b82b87.pdf), Aufruf im May 2020.
- Europarat – CDDS (Ausschuss für die Entwicklung des Sports) – “Europäische Sportcharta” – 7. Konferenz der für Sport zuständigen europäischen Minister, Rhodos, 13.-15. Mai 1992. Kommission der Europäischen Gemeinschaften – “Das weiße Buch” – Brüssel, 11.07.2007, 391 final. T für alle
- Orwell G. – ‘The Sporting Spirit’, Tribune, London (GB), 14 December 1945.
- Piccioni V., Bondini G., Maiorella I., Sbeti N. - “Auf die Plätze. Sport, die Olympischen Spiele, die Sieger und diejenigen, die es nicht geschafft haben“; Verlag Booklab, 2016. Verfügbar auf <http://www.uisp.it/nazionale/pagina/ai-vostri-posti> Aufruf im Juni 2020
- Ryan J., Katsiyannis A., Cadorette D., Hodge J., Markham M. (2013). Einrichtung adaptiver Sportprogramme für Jugendliche mit mittelschweren bis schweren Behinderungen. Schulversagen vorbeugen: Alternative Bildung für Kinder und Jugendliche. Verfügbar auf: [https://www.researchgate.net/publication/271929792\\_Establishing\\_Adaptive\\_Sports\\_Programs\\_for\\_Youth\\_with\\_Moderate\\_to\\_Severe\\_Disabilities](https://www.researchgate.net/publication/271929792_Establishing_Adaptive_Sports_Programs_for_Youth_with_Moderate_to_Severe_Disabilities), Aufruf im April 2020.
- Konferenz der zuständigen europäischen Ministerien – Europäische Charta für Sport für alle Menschen mit Behinderungen - Straßburg, 1987, S.-10.
- Bianco A., Tasso E., Bilard J., Ninot G., Varray A. - “Unterrichten angepasster körperlicher Aktivitäten“; Der Otter, Genua, 2004, S.365.
- Konferenz der zuständigen europäischen Ministerien – Europäische Charta für Sport für alle Menschen mit Behinderungen - Straßburg, 1987, S-9.
- ADAPT – Europäisches Programm für angepasste körperliche Aktivität – Dokument von Prof.Herman Van Copenolle herausgegeben
- Pioletti A.M., Porro N. – Der Sport der Europäer. Staatsbürgerschaft, Aktivitäten, Motivation - Franco Angeli, Mailand 2013

- Reid G. - "Definition der angepassten körperlichen Aktivität", Kapitel 2 der „Angepassten körperlichen Aktivität“ von Steadward D., Wheeler G.D., Watkinson E.J.; (eds.); The University of Alberta Press and The Steadward Centre, 2003; Seiten 11-26
- Bandura A. - "Selbstwirksamkeit: Theorie und Anwendungen"; Edizioni Erikson, Trento, 2000
- Sherrill C. – "Angepasste körperliche Aktivität, Erholung und Sport: Disziplinübergreifend und Lebensdauer" – (Bd. 5.), Wm. C. Brown Publishers, Dubuque IA 1997, S. 60.
- Janney R., Snell M. – "Änderung der Schularbeiten"; Paul H. Brooker, Baltimora, 2000.
- De Potter C. – "Angepasste körperliche Aktivitäten und Sport für sensorisch beeinträchtigte Personen: Hindernisse für die uneingeschränkte Teilnahme"; Erste europäische Konferenz in APA und Sport: ein Weißbuch über Forschung und Praxis, Acco, Leuven, 2003.
- CSEN (Centro Sportivo Educativo Nazionale) – Integrierter Sport: das Regulationsbuch - November 2015
- Magnanini A., Moliterni P., Ferraro A., Cioni L. - "Integrierter Sport: Schlüsselwörter eines integrativen Modells"; 2018. Verfügbar auf [https://www.researchgate.net/publication/329775201\\_INTEGRATED\\_SPORT\\_KEYWORDS\\_OF\\_AN\\_INCLUSIVE\\_MODEL](https://www.researchgate.net/publication/329775201_INTEGRATED_SPORT_KEYWORDS_OF_AN_INCLUSIVE_MODEL), Aufruf im April 2020
- Watson A., Timperio A., Brown H., Hinkley T., Hesketh K.D. - "Assoziationen zwischen organisierter Sportbeteiligung und Verhaltensergebnissen im Klassenzimmer bei Kindern im Grundschulalter"; 2019. Verfügbar auf: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0209354>, Aufruf im April 2020
- Kızar O., Dalkılıç M., Uçan İ., Mamak H., Yiğit Ş. - "Die Wichtigkeit des Sports für behinderte Kinder"; 2015. Verfügbar auf [https://www.researchgate.net/publication/281086748\\_The\\_importance\\_of\\_sports\\_for\\_disabled\\_children](https://www.researchgate.net/publication/281086748_The_importance_of_sports_for_disabled_children) , Aufruf im April 2020
- Heiman T., Margalit M. - "Einsamkeit, Depression und soziale Fähigkeiten bei Schülern mit leichter geistiger Behinderung in unterschiedlichen Bildungseinrichtungen"; Die Zeitschrift für Sonderpädagogik Bd. 32/ Nr. 3/ 1998/ S. 154-163. Verfügbar auf <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.911.681&rep=rep1&type=pdf>, Aufruf im April 2020

- Murphy N.A., Carbone P.S., MD, und der Rat für Kinder mit Behinderungen – „Förderung der Teilnahme der Kinder mit Behinderungen an Sport, Freizeit und körperlichen Aktivitäten“; Amerikanische Akademie für Pädiatrie, 2008. Verfügbar auf: <https://pdfslide.net/documents/promoting-the-participation-of-children-with-disabilities-promoting-the.html>, Aufruf im April 2020
- Zinkin P. & McConachie H. (1995). Behinderte Kinder und Entwicklungsländer. Cambridge University Press. 238 Seiten
- REPPSI, & Hanass-Hancock, Jill. (2014). „Psychosoziale Unterstützung für Kinder mit Behinderungen und ihre Betreuer“. Verfügbar auf: [https://www.researchgate.net/publication/307575395\\_Psychosocial\\_Support\\_for\\_Children\\_with\\_Disability\\_and\\_their\\_Carers](https://www.researchgate.net/publication/307575395_Psychosocial_Support_for_Children_with_Disability_and_their_Carers), Aufruf im April 2020
- Koenderink F. „Intellektuelle Behinderung bei Kindern überall“, Orphanage Projects (2018)
- Byers T. - „Zeitgenössische Themen im Sportmanagement: Eine kritische Einführung“; SAGE-Veröffentlichungen, 2015
- Lakowski T., Long T. - „Körperliche Aktivität und Sport für Menschen mit Behinderungen“; Washington, DC: Georgetown University Center für kindliche und menschliche Entwicklung, 2011. Verfügbar auf: [https://ucedd.georgetown.edu/documents/athletic\\_equity/Physical\\_Activity\\_Proceedings.pdf](https://ucedd.georgetown.edu/documents/athletic_equity/Physical_Activity_Proceedings.pdf), Aufruf im April 2020
- Birrell Weisen R. et al. - „Bildung der Lebenskompetenzen für Kinder und Jugendliche in den Schulen – Einführung und Leitlinien zur Erleichterung der Entwicklung und Umsetzung der Programme für Lebenskompetenzen“, Weltgesundheitsorganisation, Geneva, 1997. Verfügbar auf [http://origin.searo.who.int/entity/mental\\_health/documents/who-mnh-psf-93.7Arev2/en/](http://origin.searo.who.int/entity/mental_health/documents/who-mnh-psf-93.7Arev2/en/), Aufruf im April 2020
- Ianes D, Cramerotti S (2009) Il Piano educativo individualizzato - Progetto di vita Vol.1-2-3 (Erickson, 2009).
- Tosi R., Ceciliani A., Manfredi M.R., Ricci G. - Scienze e motricità - Soc. Editrice Esculapio, 1995, Bologna, Seite 143.
- Bloom B. S. – Tassonomia degli obiettivi educativi (area cognitiva) – Vol I, Ed. Giunti & Lisciani, Firenze-Teramo, 1983
- Singer R, Robert N., - *L'apprendimento delle capacità motorie* - Società Stampa Sportiva, Roma, 1984, Seite 16
- Schmidt R.A., – *Motorisches Lernen und Leistung: Vom Prinzip zur Praxis – Menschliche Kinetik, Kampagne* (IL), 1991

- Weineck J. – Das optimale Training - Calzetti Marietti Editore, Perugia, 2009

## SITOGRAFIE

- Europarat, <https://www.coe.int/en/web/youth/youth-work>, Aufruf im April 2020
- Konvention über die Rechte der Menschen mit Behinderungen <https://www.globalhealthrights.org/wp-content/uploads/2013/10/Convention-on-the-Rights-of-Persons-with-Disabilities-CRPD.pdf>
- Grundlagen der Jugendarbeit, <https://www.coe.int/en/web/youth-portfolio/youth-work-essentials>
- Internationale Klassifikation von Funktionen, Behinderungen und Gesundheit <https://www.who.int/classifications/icf/en/>
- Internationale Klassifikation von Beeinträchtigungen und Behinderungen <https://apps.who.int/iris/handle/10665/41003>
- Das soziale und medizinische Modell der Behinderung, <https://www2.le.ac.uk/offices/accessability/staff/accessabilitytutors/information-for-accessability-tutors/the-social-and-medical-model-of-disability>
- MedHassan, EL HAOUAT. “Grundlagen des Sporttrainings.” nataswim.info. <https://www.nataswim.info/blog/item/14-basis-of-sports-training>, Aufruf im April, 2020
- Zusammenarbeit und Wettbewerb im Sport, <https://academy.sportlyzer.com/wiki/cooperation-and-competition-in-sport/>, Aufruf im April 2020.
- “Wettbewerb-vs-Zusammenarbeit.” educatedsportparent.com. <http://educatedsportparent.com/competition-vs-cooperation/>, Aufruf im April 2020.
- McCoshan A. - “Sport: ein wichtiges subversives Lernwerkzeug”; 2018. Verfügbar auf: <https://epale.ec.europa.eu/sl/blog/sport-key-subversive-learning-tool>, Aufruf im April 2020
- “WAS IST BILDUNG DURCH SPORT?”, mvngosportbranch.com. <http://www.mvngosportbranch.com/ets-methodology/>, Aufruf im May 2020.

- <http://www.treccani.it> – digitale Enzyklopädie; Enzyklopädie des Sports
- <https://www.abilitychannel.tv/classificazioni-funzionali-le-categorie-paralimpiche/>; Aufruf im April 2020
- <https://www.paralympic.org/classification> Aufruf im April 2020
- KINDER MIT BESONDEREN BEDÜRFNISSEN: VORTEILE DER PHYSIKALISCHEN AKTIVITÄTEN UND ADAPTIVEN SPORTARTEN, Verfügbar auf: <https://kidcompanions.com/children-with-special-needs-benefits-of-physical-activities-and-adaptive-sports/>
- Behinderung im Sport, Verfügbar auf: <http://psychology.iresearchnet.com/sports-psychology/disability-in-sport/>
- Bauen der Brücken zwischen Bildung und Gesundheitswesen in Kanada: Wie die ICF und das universelle Design für Lernrahmen die gegenseitige Einbeziehung der Kinder mit besonderen Bedürfnissen in die Schule unterstützen; <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/feduc.2018.00018/full>
- [www.deaflympics.com](http://www.deaflympics.com)