

Dossier 5/23: Einfach inklusiv

Die wichtigste Voraussetzung vorweg: In Sachen «Inklusion» ist die Haltung matchentscheidend. Wer Lösungen statt Probleme sieht, ist klar im Vorteil. Wer gerne ausprobiert und seine Schülerinnen und Sportler beim Finden von Lösungsansätzen mitdenken lässt, wird Erfolgserlebnisse aneinanderreihen. Der Inhalt dieses Dossiers ist das Gewürz für die Hauptzutaten, die Lehrpersonen oder Sportleitende bereits mitbringen.

Sportspiele und Bewegungsformen für Menschen mit Behinderungen sinnvoll anzupassen und sie damit teilhaben zu lassen: Darum geht es in diesem Dossier. Wie schön wäre es, wenn Sportler/-innen und Leitende ohne zu überlegen sagen würden: «Wer möchte, darf selbstverständlich mitspielen». Ziel ist es, dass alle ihre Stärken einbringen können. Die Unterschiedlichkeit macht den Sport(-Unterricht) erst so richtig spannend und Inklusion zur Chance für alle.

Inklusion als Prozess

Der Weg zu einer inklusiven Gesellschaft ist keine geteerte Autobahn, vielmehr eine Landstrasse. Man ist langsamer unterwegs, pausiert zwischendurch und schaut zurück, um dann mit geschärftem Blick weiterzufahren. Diese Metapher soll dazu ermutigen, die Thematik aufzugreifen und im Sport(unterricht) Erfahrungen zu sammeln.

100% Inklusion ist nicht zwingend das Ziel. Es geht um die selbstbestimmte, freie Wahl, dort Sport treiben zu können, wo man gerne möchte. Schritt für Schritt soll der inklusive Anteil der Sportstunden erhöht werden. Im persönlichen Gespräch mit Menschen mit Beeinträchtigung und durch das Einbeziehen der ganzen Gruppe finden sich sinnvolle Anpassungen für Sportspiele und Bewegungsformen.

Fokus: Mitten unter uns, und das ist gut so

Wo beginnt eigentlich das Spektrum der Beeinträchtigungen? Einige sind sichtbar, andere nicht. Im **Fokus-Thema** beleuchten die Autoren «unsichtbare» Beeinträchtigungen und geben Tipps, wie Sie diese besser erkennen und Ihre Sportstunde mit einfachen Anpassungen proaktiv darauf ausrichten. Für die intensivere Auseinandersetzung mit der Thematik dienen die Lernbausteine von Jugend und Sport «**Inklusive J+S-Aktivitäten**» und «**Vielfalt leben**»

Dieses Dossier führt Sie in die «Welt der Inklusion im Sport» ein und damit auch in die Thematik des Sports für Menschen mit Behinderungen. Neben Fachwissen und weiterführenden Informationen finden Sie im Kapitel «**Methodische Tipps und Praxis-Tools**» Inputs zur Unterrichtsgestaltung mit heterogenen Gruppen.

Im Good-Practice-Teil erwartet Sie eine Auswahl an Übungen, die Sie direkt anwenden können. Neben einzelnen Übungsformen werden auch Aktivitäten aus dem Behindertensport vorgestellt. Diese können im Regelsport zur Sensibilisierung für die Thematik Behinderung eingesetzt werden. Lassen Sie sich überraschen und tauchen Sie tiefer ein in die Thematik – einfach inklusiv im Sport.

Dossier als pdf

- [Einfach inklusiv](#) (pdf)

Berichte

- [Immer politisch korrekt?](#)
- [Fokus: Mitten unter uns](#)
- [Methodische Tipps und Praxistools](#)
- [Partner und Projekte](#)

Good Practice

- [Miteinander](#)
- [Leistung](#)
- [Spielformen](#)
- [Sportarten](#)

Quelle: Daniela Loosli, Reto Planzer; Fachbereich Inklusion PluSport Behindertensport Schweiz



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO