

Bewegung und (Breiten-)Sport für Kinder und Jugendliche mit Beeinträchtigungen

Konzepte und Strategien

Anne Züll

DVfR-Kongress Berlin, 28.10.2025

Einführung: Relevanz von Sport und Bewegung

Bewegung, Spiel und Sport gehören zu den häufigsten und wichtigsten Aktivitäten für Kinder und Jugendliche (Langemeyer et al. 2020)

„Kinder, die regelmäßig sportlich aktiv sind, weisen (...) einen signifikant besseren allgemeinen Gesundheitszustand auf“ (Dreiskämper et al. 2023, S. 5)

Aus aktiven Kindern und Jugendlichen werden aktive Erwachsene –
Prävention von Erkrankungen (Rütten & Pfeiffer 2019)

Herausforderungen für Kinder und Jugendliche mit Behinderung

Lange Schultage und zusätzliche Therapien schränken das Freizeitbudget ein (Züll 2017; Austin-Cliff et al. 2022)

Fehlende wohnortnahe Angebote

Beförderung/Assistenz schwierig (Züll 2017)

Körperliche Beeinträchtigung und/oder Förderbedarf = häufiger nicht sportlich aktiv und seltener im Sportverein (Dreiskämper et al. 2023)

Übergeordnete Konzepte

Rehabilitationssport

"Ziel ist die Förderung der motorischen und geistigen Entwicklung, die Stärkung des Selbstwertgefühls sowie die Schaffung von bestmöglichen Voraussetzungen (...)."

<https://www.dein-rehasport.de/rehasport-fuer-alle/kinder-rehasport>

Universal Design (for learning)

- a) Inklusive Grundhaltung b) Barrierefreiheit/Zugänglichkeit c) Interaktionen
d) Vermittlungsmethoden e) Rückmeldung f) Beurteilung

→ Sport: Anpassung von Material, Regeln, Umwelt und Anleitung (vgl. Tiemann 2016)

Zwei-Sinne-Prinzip

Mindestens zwei der drei Sinne "Hören, Sehen und Tasten" müssen angesprochen werden

(z.B. <https://www.dbs-npc.de/barrierefreiheit.html>)

Tipps und Strategien aus der Praxis (Verein)

Teilhabe VEREINFacht (Deutscher Behindertensportverband e.V. 2020)

- Breitensport: Menschen zusammenbringen, für Sport begeistern
- Einstieg: Schulsport und Schnupperangebote (z.B. TalentTage der DBSJ)
- DBSJ auch zuständig für Leistungssport
- Praxistipps für den Umgang mit verschiedensten Beeinträchtigungen – große Sportartensammlung
- Überblick über Fach- und Landesverbände, sowie Qualifizierungs- und Fördermöglichkeiten

Tipps und Strategien aus der Praxis (Kinderturnen)

Inklusion im Kinderturnen (Schwäbischer Turnerbund (Hrsg.) 2024)

- Kinder über das Kinderturnen zu lebenslangem Sporttreiben motivieren
 - Zentral sind Erfahrungen im
 - „Bewegen“ – motorische Grundlagenausbildung
 - „Erleben“ – erlebnisorientierter Umgang mit Bewegung
 - „Mitmachen“ – Gemeinschaftsaspekt – Sozialkompetenz
 - „Spielen“ – Spaß an Bewegung, Lernen von Regeln
- Vielfältige Tipps für Vereine wie Kommunikation und Ehrenamtsgewinnung, Fördermöglichkeiten, Barrierefreiheit... Inkl. Spielesammlung

11 Schritte zur Inklusion

11 Schritten zur Inklusion

- 1** Eigenes Interesse an der Gestaltung von inklusiven Gruppen
- 2** Vereinsmitglieder und Vorstand begeistern
- 3** Willkommenshaltung formulieren
- 4** Barrierefreiheit bedenken (Halle, Webseite, Flyer)
- 5** Fördergelder beantragen

- 6** „Werbung“ über verschiedene Kanäle machen
- 7** Kooperationen schaffen
- 8** Netzwerken beitreten
- 9** Zusätzliche Übungsleitende finden
- 10** Übungsleiter fortbilden
- 11** Versicherungsfragen klären (z.B. Fahrt von Einrichtung zum Verein)

(Schwäbischer Turnerbund (Hrsg.) 2024, S.13)

Erfolgsfaktoren für „Inklusion vor Ort“

- Kooperation (Förder-)schule und Sportanbieter
- Schnuppertage „für Alle“
- Niedrigschwellige, spaßbetonte Angebote
- Ansprechperson für Inklusion im Verein
- Engagement Einzelner
- Austausch mit anderen (Netzwerk)
- Informationen teilen und weitertragen

Strukturelle Rahmenbedingungen (Raum, Zeit und Personal)

Stimmen aus dem Projekt „Inklusion vor Ort“

(Büscher & Züll 2023)

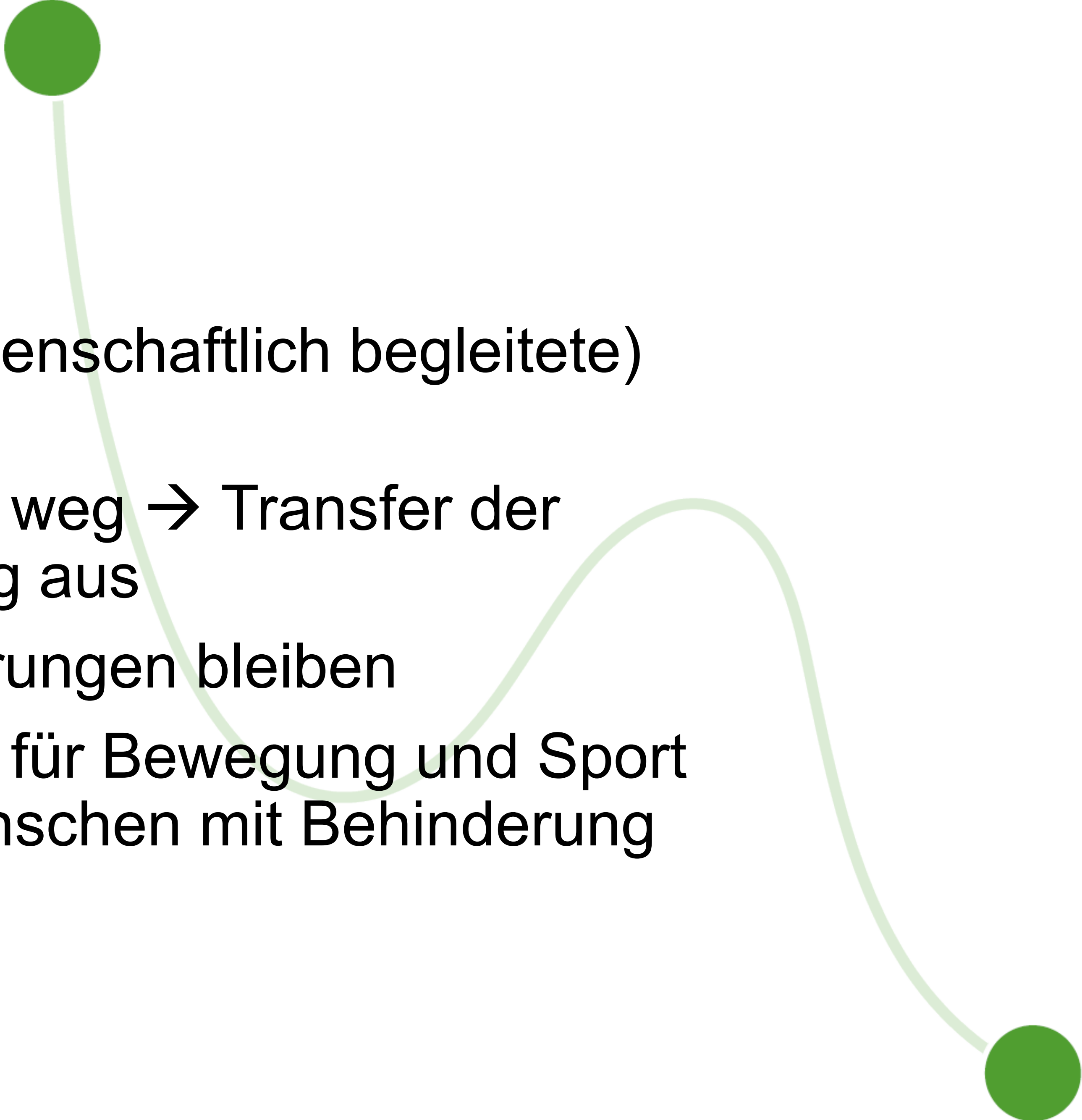
„Learning by doing - Man muss halt einfach anfangen und nicht vorher überlegen, woran könnte es denn jetzt haken, sondern einfach machen. Und dann die Leute selbst auch fragen 'was braucht ihr denn?'“

„Der Austausch hat sehr gut getan. Nachdenklich hat mich gemacht, dass mir so viele Angebote überhaupt nicht bekannt waren, obwohl ich mich mit dem Thema Inklusion im Sport ja schon länger beschäftige. So wird es vielen anderen Menschen auch gehen.“

Es ist eine totale Hilfe, wenn Kommunen mitmachen. Also, das ist, der Bürgermeister, die Gemeinde. Die muss mitziehen, die muss das mitwollen, dann ist das auch an vielen Stellen einfach ne Halle zu kriegen, oder, ja miteinander in Vereinen irgendwas zu tun.“

„Also, ich merk so, ja, es gibt Hürden, aber man muss drüber sprechen. Und dann gibt es auch Lösungen. Erstmal da sein und dann gucken.“

Fazit

- Erkenntnisse durch (wissenschaftlich begleitete) Projekte
 - Gelder und Personal fällt weg → Transfer der Erkenntnisse bleibt häufig aus
 - Strukturelle Herausforderungen bleiben
 - Wie kann man die Lobby für Bewegung und Sport und die Belange von Menschen mit Behinderung stärken?!
- 
- A decorative graphic element consisting of a light green wavy line that starts with a solid green circle at the top center, curves down and to the right, then up and to the right, and finally down and to the right, ending with another solid green circle at the bottom right.

Quellen

- Büscher, R. & Züll, A. (2023). Inklusion im Sport zur Realität werden lassen Eine Handlungsempfehlung und Erfolgsfaktoren zur Umsetzung vor Ort.
http://fibs.gold-kraemer-stiftung.de/wp-content/uploads/2024/09/Handlungsempfehlung_Final_Inklusion-vor-ORt.pdf
- Deutscher Behindertensportverband e.V. (2020). Teilhabe VEREINFacht So gelingt der Sport für Alle!
<https://www.dbs-media.de/handbuch-behindertensport/>
- Dreiskämper, D., Burrmann, U., Kehne, M., Neuber, N., Rulofs, B., Süßenbach, J., Voigts, G., & Henning, L. (2023). Sport und mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen – Ausgewählte Ergebnisse aus dem Move For Health Projekt. Agentur ONE8Y.
- Langmeyer, A., Guglhör-Rudan, A., Naab, T., Urlen, M., & Winklhofer, U. (2020). Kindsein in Zeiten von Corona. Ergebnisbericht zur Situation von Kindern während des Lockdowns im Frühjahr, 2020.
- Rütten, A. et al. (2019). Menschen in Bewegung bringen. <https://shop.bioeg.de/pdf/60640104.pdf>
- Schwäbischer Turnerbund (Hrsg.) (2024). Inklusion im Kinderturnen – Ein Leitfaden.
https://www.stb.de/fileadmin/STB.de/Kinder/Kinderturnen/Regionalliga_Inklusion/05b_STB_Inklusion_A5.pdf
- Tiemann, H. (2016). Konzepte, Modelle und Strategien für den inklusiven Sportunterricht – internationale und nationale Entwicklungen und Zusammenhänge. <https://www.inklusion-online.net/index.php/inklusion-online/article/view/382/303>
- Züll, A. (2017). Körperliche Aktivität und Sport von Kindern und Jugendlichen mit Beeinträchtigung. Handlungsempfehlungen für Kinder und Jugendliche, ihre Eltern, Schulen und Vereine.
<https://www.fi-bs.de/koerperliche-aktivitaet-und-sport-von-kindern-und-jugendlichen-mit-beeintraechtigung/>