Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift

Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz

Band: 89 (2018)

Heft: 4: Sport : wie Bewegung und Training Körper und Seele guttun

Artikel: Special Olympics : Wettkämpfe für Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung : das Training in regional verankerten Vereinen fördert die Teilhabe

Autor: Seifert, Elisabeth

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-834365

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Special Olympics: Wettkämpfe für Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung

Das Training in regional verankerten Vereinen fördert die Teilhabe

Schweizweit besuchen rund 300 Kinder und Jugendliche mit einer geistigen Beeinträchtigung innerhalb eines bestehenden Sportvereins ein für sie angepasstes Training. Zu ihnen gehören die Tennisjunioren Ruwen und Nicolas. Koordiniert werden die Trainings von Special Olympics.

Von Elisabeth Seifert, Text und Fotos

Als Erster betritt Nicolas das Tenniscenter in Bolligen. Er trägt blaue, sorgfältig aufeinander abgestimmte Trainingskleider und einen ebenfalls blauen Rucksack. Das brünette Haar fällt locker auf die Schulter, ein lässig am Hinterkopf verknotetes Stirnband verhindert, dass ihm die Strähnen ins Gesicht fallen. Dem jungen Mann, er ist 14, ist sein Outfit ganz offensichtlich nicht egal.

Es ist Dienstagabend, im Foyer des Centers der Michel Kratochvil Tennis Academy herrscht reges Treiben und sämtliche Hallenplätze sind besetzt. Ausser Platz 1, den man von der Cafeteria im Foyer aus bestens im Blick hat. Hier beginnt gleich das wöchentliche Tennistraining für Kinder und Jugendliche mit unterschiedlichen kognitiven Beeinträchtigungen. Nicolas sitzt ruhig und erwartungsvoll zusammen mit seiner Mutter an einem der Tische und beobachtet das Treiben in der Halle.

Dann stürmt Ruwen durch die Eingangstür. Sofort fläzt sich der quirlige Bub auf ein Sofa. Man spürt dem 9-Jährigen die Nervosität und gleichzeitig die Vorfreude auf das bevorstehende Training an. Abgesagt hat für die heutige Tennisstunde der Dritte im Bunde, der 13-jährige Mark.

Seit rund einem Jahr besuchen die drei Jungs Woche für Woche den Tennisunterricht bei Trainer Markus Heiniger. Koordiniert werden die Trainings und Wettkämpfe im Tennis sowie in vielen weiteren Sportarten von Special Olympics, der weltweit

Trainer Markus Heiniger mit Nicolas: Bald kann der 14-Jährige vielleicht an einem Wettkampf teilnehmen.

grössten Sportbewegung für Menschen mit einer geistigen Beeinträchtigung.

Konzentration, während einer ganzen Stunde

Markus Heiniger, langjähriger Tennistrainer bei der Michel Kratochvil Tennis Academy mit Zusatzausbildung für die speziellen Bedürfnisse seiner jungen Klientel, begrüsst Nicolas und Ruwen. Sie kennen sich seit der ersten Tennisstunde. Über die letzten Wochen und Monate hat sich eine freundschaftliche

Der 9-jährige Ruwen beherrscht bereits den Volley.

Beziehung zwischen ihnen entwickelt. «Eine Bezugsperson zu haben, ist für diese jungen Leute ganz besonders wichtig», weiss Markus Heiniger. Eine persönliche Bindung sei entscheidend dafür, dass sich die jungen Sportler wohlfühlen und Fortschritte machen können.

Und diese dürfen sich sehen lassen. Über eine ganze Stunde hinweg folgen Nicolas und Ruwen konzentriert den Anweisungen des Trainers. «Das war nicht immer so», erinnert sich Heiniger an die ersten Lektionen. Das konsequente wöchentliche Training, das einem ganz bestimmten Ablauf folgt, habe diese Entwicklung ermöglicht, freut er sich. Heiniger: «Rituale spielen für diese jungen Menschen eine zentrale Rolle.» Der Trainingsaufbau ist dabei genau gleich wie bei den anderen Tenniskursen für Kinder und Jugendliche. So wie andere Kids haben die drei auf der «Stufe Rot» begonnen, bei der nur auf einer Platzhälfte gespielt wird, und zwar mit besonders langsamen Bällen und angepassten Schlägern. Mittlerweile sind sie auf der «Stufe Orange» angelangt. Die Bälle sind bereits etwas schneller und werden übers Netz geschlagen, das Spielfeld beschränkt sich einfach noch auf die vordere Hälfte. Und bald schon ist «Stufe Grün» an der Reihe, wo die Kids auf dem ganzen Platz spielen wie die Grossen.

«Eine persönliche Bindung ist entscheidend, damit die jungen Sportler sich wohlfühlen.»

Nach einer kleinen Einlaufrunde und einigen Geschicklichkeitsübungen mit Schläger und Ball gehts für Nicolas und Ruwen so richtig los. Abwechselnd werden sie von Markus Heiniger gefordert. Vorhand, Rückhand, dann rasch nach vorne ans Netz, ein oder zwei Volleys und zum Schluss ein kraftvoller Smash. Immer wieder gelingen den beiden tolle Schläge, wofür Heiniger sie ausgiebig lobt. «Loben und Rühmen ist ein wichtiger Motivationsfaktor für alle Kinder, ganz besonders aber für die mit einer Behinderung.» Bei den Serviceübungen lässt, für kurze Zeit, die Konzentration von Ruwen etwas nach, der ältere Nicolas ist dafür umso eifriger dabei und hat bereits seinen ganz persönlichen Servicestil entwickelt. Er nimmt drei Bälle in die Hand, einen davon schlägt er nach hinten weg und mit den anderen beiden schlägt er auf. «Das hat er einem Tennisspieler im Fernsehen abgeschaut», sagt Heiniger schmunzelnd.

Sich an Wettkämpfen mit anderen messen

Das Highlight der wöchentlichen Tennislektion ist jeweils, wenn die Jungs ein kleines Match gegen ihren Trainer spielen. Sie freuen sich über jeden Punkt, den sie erzielen. Trainer Heiniger muss ihren Übermut manchmal dämpfen und sie mit klaren Anweisungen («schaut den Ball an, bevor ihr draufhaut») wieder an die technischen Herausforderungen ihres Sports erinnern. Anweisungen, die Ruwen jeweils mit einem lachenden «Ja, Chef» quittiert. Die beiden haben Spass, ganz offensichtlich, und Markus Heiniger drückt bei Regelverstössen auch ab und zu ein Auge zu.

«Der Spassfaktor ist sicher wichtiger als das Leistungsdenken», sagt Heiniger, gerade auch im Vergleich mit anderen Kindern und Jugendlichen. «Aber auch Kinder mit einer kognitiven Beeinträchtigung sind ehrgeizig und wollen gewinnen.» Ganz besonders Nicolas, von dessen spielerischen Fähigkeiten Trainer Heiniger überzeugt ist. Er plant deshalb eine Teilnahme an einem der regionalen Wettkämpfe, die von Special Olympics Schweiz organisiert werden. «Für einen regulären Wettkampf muss Nicolas einfach noch etwas besser die Regeln lernen, wozu auch das Zählen der Games gehört.» Eine Herausforderung, die sich meistern lasse. Für später nimmt Heiniger bereits nationale oder auch internationale Wettkämpfe ins Visier. Nicolas, der die Karriere von Tennis-Weltstar Roger Federer verfolgt, kann sich damit einverstanden erklären und ist natürlich stolz über das Vertrauen seines Trainers.

Ein Teil der Tennisgemeinschaft

Der Kurs für Kinder und Jugendliche mit einer kognitiven Einschränkung ist eines von vielen Engagements der Michel Kratochvil Tennis Academy, die den Breitensport in allen Alterskategorien fördert und sich zudem der Ausbildung von Spitzensportlern verschrieben hat. «Wenn Nicolas, Ruwen und Mark bei uns trainieren, sind sie ein Teil der Tennisgemeinschaft, sie sind in erster Linie Tennisspieler und nicht Kinder mit einer Behinderung», sagt Inhaber Michel Kratochvil, der neben Bolligen noch ein weiteres Center in Ostermundigen unterhält. Am Dienstagabend trainieren die drei Jungs oft neben einer Gruppe gleichaltriger Jugendlicher. «Sie haben ein kollegiales Verhältnis untereinander», beobachtet Kratochvil und fügt bei: «Gerade Nicolas könnte möglicher- >>

HF Diplom 3-jährige Vollzeitausbildung
Dipl. Aktivierungsfachfrau HF
Dipl. Aktivierungsfachmann HF

> Mehr zum Aufnahmeverfahren unter medi.ch

Zertifikate FAB/FAA Weiterbildung
Fachperson in aktivierender Betreuung
Fachverantwortliche/r in Alltagsgestaltung und Aktivierung

> Mehr zu den Weiterbildungsangeboten unter medi.ch

;medi

medi | Zentrum für medizinische Bildung | Aktivierung HF
Max-Daetwyler-Platz 2 | 3014 Bern | Tel. 031 537 31 10
at@medi.ch | medi.ch

PERSONALBERATUNG
WEIL GUTES PERSONAL ZÄHLT

Wir bieten Experten auf Abruf. Flexibel. Professionell.

Die Personalberatung von CURAVIVA Schweiz bietet Ihnen kurzfristig abrufbare und massgeschneiderte Unterstützung für schwierige Personal- und Fachfragen. Dies kann Management auf Zeit, Ausbildungsverantwortung oder Sicherung der Qualität umfassen. Setzen Sie sich mit uns in Verbindung, wir informieren Sie gerne (e.tel@curaviva.ch / Tel. 031 385 33 63).

www.curaviva.ch/personalberatung

careCoach

für Heime und Spitex

DAS ORIGINAL (seit über 17 Jahren)

Fragen Sie unsere Kunden

20 Jahre topCare Management AG

Mobilität = Zeitgewinn & Arbeitsfreude

- **Gesamte Pflege-Doku mobil und stationär**
- **Umfassende Schnittstellen**
- **Mobile Wund-Doku** (Puppe/Fotos)
- **Support in Wartungspauschale inbegriffen!**

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne!

Tel. 044 360 44 24
topCare Management AG
Stampfenbachstrasse 68, 8006 Zürich
www.topcare.ch

weise sogar an den regulären Jugendkursen der Tennis Academy teilnehmen.» Das Thema Integration ist für ihn und die Sportbewegung Special Olympics ein wichtiges Anliegen.
Im Jahr 2014 waren die Hallen der Michel Kratochvil Tennis Academy Austragungsort der Tenniswettkämpfe anlässlich der nationalen Sommerspiele von Special Olympics in Bern. Das Engagement für Menschen mit einer Behinderung hat den langjährigen Tennisprofi, der es 2002 auf Platz 35 der ATP-Weltrangliste geschafft hatte, nicht mehr losgelassen.
Mit der Durchführung von Schnuppertagen plant Michel Kratochvil, das Tennisangebot für Kinder und Jugendliche mit einer geistigen Beeinträchtigung auszubauen. Parallel zum regulären Schulsport, den Kratochvil im Bereich Tennis für den Raum Bern organisiert, könnte er sich zudem einen Schulsport für Heilpädagogische Sonderschulen vorstellen. Und zwar gemeinsam mit Organisatoren weiterer (Ball-)Sportarten. «Denkbar wäre zum Beispiel die Durchführung von Projektwochen, wo die jungen Leute mit einer Behinderung bevorzugt in den Sporthallen der Vereine trainieren. Vielleicht sogar in gemischten Trainings.»

Für die Wettkämpfe von Special Olympics Schweiz sind gut 2700 Menschen registriert.

Zugang zu möglichst vielen Sportarten

Nicolas, Ruwen und Mark gehören zu schweizweit insgesamt rund 300 Kindern und Jugendlichen mit einer geistigen Beeinträchtigung, die innerhalb eines bestehenden Sportvereins ein auf ihre Bedürfnisse angepasstes Training besuchen. In Zusammenarbeit mit regional verankerten Clubs sowie mehreren Sport-Dachverbänden hat Special Olympics innerhalb der letzten zwei Jahre gegen 60 solcher Trainingseinrichtungen aufgebaut, 25 davon wurden unter dem Label «Special Training» zertifiziert. Das Angebot besteht für etwa 15 Sportarten, darunter Fussball, Judo, Tennis, Skifahren oder Curling, aber auch Golf, Reiten oder Segeln.
«Unser Ziel besteht darin, dass junge Menschen mit einer Beeinträchtigung genauso wie alle anderen Jugendlichen in ihrer Wohnregion einen Sport ihrer Wahl betreiben können», sagt Irene Nanculaf, die Kommunikationsverantwortliche von Special Olympics. «Sport soll für alle zugänglich sein», fordert sie in Übereinstimmung mit der Uno-Behindertenrechtskonvention. Bis es so weit sein wird, dürfte es noch eine Weile dauern. Jugendliche und auch erwachsene Menschen mit unterschiedlichsten Behinderungen nützen derzeit das Sportangebot innerhalb der sie betreuenden Institutionen sowie der rund 90 Sportclubs von Plusport, dem Dachverband für den Behindertensport in der Schweiz. Sportangebote werden auch von Procap oder Insieme organisiert.
Neben der regionalen Zugänglichkeit zu einem breiten Sportangebot will Special Olympics mit der Gründung von «Special Trainings» innerhalb bestehender Vereine die Integration fördern. In der Schweiz werde immer noch stark separiert, sagt Irene Nanculaf. «Menschen mit einer geistigen Beeinträchtigung werden sehr gut und professionell betreut, aber alles innerhalb der Institutionen.» Trainings in den regulären Sportvereine sollen längerfristig nicht nur für Kinder und Jugendliche angeboten werden, sondern auch für Erwachsene.
Auch wenn Integration ein wichtiges Postulat ist, bei Wettkämpfen sind die Athletinnen und Athleten meist unter sich. Special Olympics Schweiz organisiert Jahr für Jahr die Durchführung von rund 50 regionalen Wettkämpfen. Dazu kommen auf nationaler Ebene einmal alle zwei Jahre Sommer- oder Winterspiele. Nach den «National Summer Games» im Jahr 2014 in Bern findet die Sommer-Olympiade dieses Jahr in Genf statt. 1600 Athletinnen und Athleten mit einer geistigen Beeinträchtigung aus der ganzen Schweiz und einige Delegationen aus dem umliegenden Ausland werden dabei sein, vertreten sind 13 Sportarten. Im Hinblick auf die alle vier Jahre durchgeführten «World Games», das nächste Mal 2019 in Abu Dhabi, bereitet Special Olympics Schweiz eine Delegation vor.

Wettkämpfe mit speziellen Abläufen

Für die regionalen, nationalen und internationalen Wettkämpfe sind bei Special Olympics Schweiz gut 2700 Personen registriert. Zurzeit sind es vor allem Erwachsene. Irene Nanculaf: «Mit dem Aufbau der Special Trainings wollen wir vermehrt Jugendliche für die Teilnahme an Wettkämpfen motivieren.» Die Wettkämpfe stehen allen Menschen mit einer geistigen Beeinträchtigung offen, ohne dass es zuvor ein Qualifikationsverfahren gibt. Am ersten Wettkampftag bestreiten die Sportlerinnen und Sportler eine Art Probewettkampf. Aufgrund der erzielten Resultate werden sie in Leistungsgruppen eingeteilt. Es wird nicht nach Geschlecht oder Alter unterschieden.
«Innerhalb einer Leistungsgruppe beträgt der Leistungsunterschied lediglich um die 15 Prozent», erläutert Nanculaf die Sportphilosophie von Special Olympics. «Damit sind alle in der Gruppe ungefähr gleich stark und haben am eigentlichen Wettkampf eine faire Chance zu gewinnen.» Es gibt also nie den oder die Beste. «Auf diese Weise können wir viele Medaillen vergeben, was für die Athleten von grossem Wert ist.» Für jede einzelne Medaille gibt es eine Zeremonie, wie an olympischen Spielen üblich. «Das gibt enorm viel Selbstvertrauen für den Alltag. Wir hören häufig von Eltern und Coaches, dass die Athleten neu gestärkt, selbstständiger und selbstbewusster von den Wettkämpfen zurückkommen.» ●

Nicht die Paralympics

Special Olympics, die weltweit grösste Sportbewegung für Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung, wird leicht mit Paralympics verwechselt. Die Winter- und Sommer-Paralympics sind das wichtigste sportliche Grossereignis für Menschen mit einer körperlichen Behinderung. Swiss Paralympic selektioniert die Schweizer Behindertenspitzensportlerinnen und -sportler für die Paralympics Welt- und Europameisterschaften. Zudem fördert Swiss Paralympic den Schweizer Behindertenspitzensport. An den 12. Winter-Paralympics vom 9. bis 18. März im südkoreanischen Pyeongchang hat die Schweiz mit 13 Athletinnen und Athleten in drei Sportarten teilgenommen. Skifahrer Théo Gmür hat drei Goldmedaillen für die Schweiz geholt (Riesenslalom, Super-G und Abfahrt).