

Top 10 Tipps

für Unified-Partner*innen

Hier sind 10 wichtige Hinweise, die Dir beim Sport mit Menschen mit geistiger Behinderung helfen können, Dich in einer inklusiven Sportgruppe einzubringen und Entwicklungsmöglichkeiten für alle sicherzustellen.

1 Zeige Respekt

Respekt ist die Grundlage im Umgang miteinander. Zeige den Athlet*innen Anerkennung und Wertschätzung, nicht nur für ihr sportliches Engagement!

2 Leiste Beziehungsarbeit

Eine positive Beziehung zu den Athlet*innen ist die Basis einer erfolgreichen Zusammenarbeit. Nimm Dir Zeit, die Sporttreibenden als Menschen kennenzulernen! Gegebenenfalls vorhandene Vorurteile bauen sich ab, indem man sich kennen lernt.

3 Zeige Gelassenheit

In vielen Trainingssituationen dauert es bei den Athlet*innen etwas länger. Gib ihnen diese Zeit und bleibe gelassen!

4 Sei flexibel

Es kann nicht immer alles nach einem genauen Plan laufen. Sei kreativ und reagiere offen auf Veränderungen.

5 Achte auf die Gesundheit

Sicherheit steht an erster Stelle. Passe Deine Bewegungsintensität in direktem Körperkontakt zu den Athlet*innen so an, dass niemand zu Schaden kommt!

6 Nutze einfache Sprache

Verwende in der Kommunikation mit den Athlet*innen leicht verständliche Formulierungen und einen einfachen Satzbau! Vermeide dabei Fremdwörter und Schachtelsätze!

7 Achte auf aktive Teilhabe

Gib den Athlet*innen den Raum, wertvolle Beiträge zu leisten! Ermutige sie dazu und halte Dich gegebenenfalls selbst etwas zurück!

8 Vermeide Spielerdominanz

Achte darauf, dass alle Mannschaftsmitglieder einen ebenbürtigen Beitrag zum Spielfluss leisten. Binde die Athlet*innen aktiv sportlich ein!

9 Lernt voneinander

Unterstützt Euch gegenseitig, auf und abseits des Sportplatzes. Jeder hat Stärken und Schwächen. Sei offen, nutze die Stärken der Athlet*innen und teile Deine eigenen Stärken mit ihnen.

10 Findet Eure Rollen

Teamverantwortungen sollten gemeinsam und gleichberechtigt in Kleingruppen übernommen werden. (z.B. Bälle aufpumpen, Aufbau bzw. Abbau des Materials etc.)

Ansprechpartnerin
Franziska Weidner

Email: franziska.weidner@specialolympics.de
Mobil: +49 (0)176 - 813 544 74

**Special
Olympics
Deutschland**

