

Sport & Mitmach-Angebote

Gemeinsam aktiv – nicht nur im Sport!

Fitness-Einheit: „Wir werden fit mit Special Olympics“

Die Teilnehmenden erleben eine Grundlagen-Trainingseinheit mit vielfältigen Übungen und aktivierenden Spielformen. Die Einheit wird an das Leistungsniveau der Teilnehmenden angepasst.

Wettbewerbsfreie Angebot: „SO Bewegungs-Olympiade“

Die erfolgreiche Umsetzung von Bewegungsaufgaben an Stationen des Wettbewerbsfreien Angebotes (siehe <https://bit.ly/3avFZwC>) wird mit einer Laufkarte dokumentiert und mit einer individuellen Ehrung abgeschlossen.

Gesundheitsprogramm: „Wir werden gesunde Athlet:innen“

Auf dem Weg zu einer gesünderen Lebensweise lernen die Teilnehmenden das Special Olympics Gesundheitsprogramm „Gesunde Athleten“ anhand eines kontaktlosen Stationsangebotes kennen u.a.:

- Kontaktlose Fiebermessung & Handhygiene mit UV-Lampe
- „Zucker-Quiz“ / Nahrungsmittel-Kunde mit der „Ernährungspyramide“
- Zahnhygiene (Demonstration am Modell)
- Übungen für „Fitte Füße“ und Fitness-Übungen „Bewegung mit Spaß“

„Wir gehören dazu“: Die inklusive Sporteinheit

Wie kann Inklusion in der Praxis gelingen? In einer aktiven Einheit werden die Grundlagen des inklusiven Sports erlebt: Veränderungsmöglichkeiten von „kleinen & großen Spielen“ und deren Differenzierung bilden den Grundstein. Gemeinsam werden wir praktische Erfahrungen sammeln und besprechen.

Unser Tipp für
Sportvereine!

„Floorball für alle!“, Erste Schritte in der SO-Wintersportart

Einfacher Einstieg in die Hockey-ähnliche SO-Wintersportart. Wir sammeln gemeinsam erste Erfahrungen, lernen die Sportart kleinschrittig kennen und erleben kleine Spielformen.

„Deine Schnupper-Sportart“

Im Rahmen einer Schnupper-Einheit lernt ihr eure Wunsch-Sportart bei Special Olympics RLP kennen. Neben ersten Schritten in der neuen Sportart steht eine kleine SO-Regelkunde auf dem Programm.

Information & Austausch

Lassen Sie uns ins Gespräch kommen!

„Die Welt von Special Olympics“

Übersicht über die Alltagsbewegung Special Olympics mit ihrem besonderen Sportkonzept und ganzheitlichen Angeboten (u.a. inklusiver Unified Sports®, Gesundheitsprogramm, Familiennetzwerk sowie Aktivitäten zur Selbstvertretung & Teilhabe). Die Schwerpunkte sind frei wählbar.

Wir gehören dazu: „Gemeinsam inklusiv im Sport“

Wie kann Inklusion im Sport gelingen? Vorstellung der Grundlagen des inklusiven Sports und den Möglichkeiten im SO-Projekt „Wir gehören dazu“. Wir zeigen die Vorteile von Inklusion mit besonderen Beispielen auf und regen zum Austausch über Erfahrungen, Herausforderungen und Erfolgsfaktoren an.

Unser Tipp für
Sportvereine!

„Leichte Sprache – bitte auch im Sport!“

Teilhabe und Selbstbestimmung sind eng mit einem freien Zugang zu Informationen verbunden: Wir stellen das Konzept der Leichten Sprache vor und zeigen wie Athlet:innen bei Special Olympics von der Vielzahl an Materialien und Angeboten in Leichter Sprache profitieren.

„Wir bilden Athlet:innen fort“

Vorstellung der Bildungsangebote der SOD-Akademie für Menschen mit geistiger Behinderung (in Leichter Sprache). Wir geben Einblick in die Fortbildungen „Athlet:innen als Übungsleiter-Assistent:in“, „Athlet:innen in der Öffentlichkeitsarbeit“ und „Athlet:innen als Helfende bei Veranstaltungen“.

„Selbstvertretung im Sport - Na klar!“

Teilhabe und Mitbestimmung sind ein wichtiger Teil von Special Olympics. Es gibt vielfältige Möglichkeiten sich als Athlet:in aktiv einzubringen. Als Botschafter:innen des Verbandes vertreten sie nicht nur im Athletenrat ihre Belange aktiv. Die Veranstaltung gibt einen Einblick & regt zum Austausch an.

Weltspiele Berlin: Das inklusive Sommermärchen stellt sich vor

Sie sind DAS Veranstaltungs-Highlight in 2023: Die Weltspiele in Berlin! Wir stellen die Veranstaltung und das begleitende Projekt „170 Nationen – 170 inklusive Kommunen / Host Town Program“ vor und zeigen, wie jede:r dabei sein kann.