

## Maßnahmenkatalog Inklusion

Tipps und Tricks für gelungene Inklusion in eurem Verein oder Betrieb.

### In der Organisation

- \* Als Verein könnt ihr euch klar zu Inklusion positionieren.  
Nehmt das Thema in eure Statuten auf.  
Beispieltext:  
*„Unser Verein setzt sich für die Inklusion von Menschen mit Behinderungen ein. Wir wollen Teilhabe am Vereinsleben für alle ermöglichen. Dafür schulen wir unsere Mitarbeitenden und ermöglichen Austausch unter unseren Mitgliedern.“*
- \* Bestimmt eine Person als Ansprechperson für das Thema Inklusion.
- \* Sucht den Austausch mit sozialen und pädagogischen Organisationen die euch unterstützen können. Wir vernetzen euch gern, schreibt uns an [sportfinder@lebensgross.at](mailto:sportfinder@lebensgross.at)
- \* Ermöglicht die Mitbestimmung für Menschen mit Behinderungen
  - \* als Übungsleiter:innen oder Co-Übungsleiter:innen
  - \* oder bei der Entwicklung von Sportangeboten.
- \* Versucht ein Bewusstsein in der Organisation zu stärken für Bewegungsorientierung statt Leistungsorientierung.
  - ➔ Was meinen wir damit? Der Leistungsgedanke kann eine Hürde sein.  
Hauptsächlich geht's doch darum sich zu bewegen, egal wie schnell, hoch oder weit und Spaß dabei zu haben.

### Schulungen der Trainer:innen

- \* Zu leichter Sprache – Ihr könnt dazu unsere [Checkliste zu Leichter Sprache](#) verwenden.
- \* Fortbildungen für Trainer:innen speziell zum Thema Inklusionssport gibt es von z.B. Special Olympics oder dem Österreichischen Behindertensportverband (ÖBSV).

### Inklusive Sportdidaktik

- \* Formuliert Anweisungen in Leichter Sprache (einfache Wörter und kurze Sätze).
- \* Schreibt Anweisungen auf. Verwendet möglichst Druckschrift in Großbuchstaben.
- \* Verwendet visuelle Hilfsmittel (Fotos, Zeichnungen oder ähnliches) zum Erklären von Übungen oder Spielabläufen.
- \* Ermöglicht häufigere Unterbrechungen und Ruhepausen.



- \* Vereinfacht Trainingsübungen
  - \* Formuliert offene Aufgaben, die einen gewissen Spielraum lassen und mehrere Lösungswege ermöglichen.
  - \* Gebt mehrere Vorschläge für Übungen mit verschiedenen Schwierigkeitsstufen zur Auswahl.
- \* Trainer:innen haben eine wichtige Vermittlerrolle. Besprecht Ängste und Sorgen, unterschiedliche Bedürfnisse und ermutigt so zum Austausch untereinander.
- \* Nützliche Sportgeräte können sein
  - \* Klangbälle
  - \* Haptik Elemente (Stachelbälle etc.)
  - \* Bälle in grellen Farben

## Unterstützung der Sportler:innen

- \* Fragt den Unterstützungsbedarf einer Person aktiv nach:
  - \* Wobei brauchst oder möchtest du Unterstützung?
  - \* Wie können wir dich unterstützen?
  - \* Gibt es medizinische Faktoren, die wir wissen sollten?
- \* Sucht Kontakt zum Unterstützungsnetzwerk der Sportler:innen (Eltern, Betreuer:innen, Assistent:innen).
- \* Ermöglicht ein Kennenlernen um Ängste abzubauen.

## Wegeassistenz

Die Begleitung durch Freizeitassistenz – wenn einer Person ein Anspruch bewilligt wird – ist in der Steiermark bis zu maximal 200 Stunden im Jahr möglich. Ihr könnt Sportler:innen durch informelle Mobilitätslösungen unterstützen, wie zum Beispiel:

- \* Fahrgemeinschaften im Team organisieren
- \* Fahrdienste in einem Rotationssystem organisieren
- \* Eltern vernetzen zur Bildung von Fahrgemeinschaften
- \* Organisation eines Sammeltaxis

## In der Kommunikation

- \* Stellt auf eurer Website einen Übersichtsplan mit Wegbeschreibungen zur Verfügung.

Hier gibt es außerdem eine [Checkliste zu Baulicher Barrierefreiheit](#)

Haben wir etwas vergessen oder habt ihr Interesse an einem Workshop?

Schreibt uns gerne an [sportfinder@lebensgross.at](mailto:sportfinder@lebensgross.at)

