

## Bewegung verbindet

Bei dem Schulprojekt ›Rollstuhlbasketball macht Schule‹ in Schleswig-Holstein handelt es sich um eine Initiative der Unfallkasse (UK) Nord in Kooperation mit dem Deutschen Rollstuhl-Sportverband e. V. (DRS) und dem BG Klinikum Hamburg (BGKH).

»Sich bewegen bewegt etwas« lautet das Motto des DRS, dessen Aufgabe es u. a. ist, Sport und Mobilität von Menschen mit Behinderungen zu fördern und zu entwickeln. Die UK Nord kümmert sich darum, dass Schleswig-Holsteins Schülerinnen und Schüler sicher und gesund lernen. Unsere Kooperation sichert die Qualität und Kompetenz des Unterrichts für Ihre Schülerinnen und Schüler.

## Ziele des Projektes

- Inklusion im Schulsport erleben
- Abbauen von Hemmschwellen und Berührungängsten durch gemeinsames Sporttreiben
- Schülerinnen und Schüler aller Schulformen ansprechen
- sich aktiv mit dem Thema ›Behinderung‹ auseinandersetzen
- Schülerinnen und Schüler mit und ohne Handicap an den Rollstuhlsport heranführen und in Vereine ihrer Region integrieren

Im Rahmen dieses Projektes werden im Rollstuhlbasketball geschulte Referenten an Ihre Schule kommen, die mit Hilfe von Rollstühlen, Basketbällen und Unterrichtsmaterialien für Lehrkräfte einen aktiven Sportunterricht gestalten und Rollstuhlsport für junge Menschen erlebbar machen.



Für die aktive Auseinandersetzung mit dem Thema ›Menschen und Sportler mit Behinderung‹ stehen die beiden folgenden Angebote zur Auswahl:

### 1. Probetraining

Das Probetraining umfasst je nach Wunsch eine oder zwei Unterrichtsstunde(n) und eignet sich ideal zur Einbindung in den doppelstündigen Schulsport-Unterricht. Bei diesem Angebot können die Schülerinnen und Schüler den Umgang mit dem Rollstuhl und die damit verbundenen Herausforderungen erleben und sich im Rollstuhlbasketball versuchen.

#### Exemplarischer Stundenverlauf

Nach einer kurzen Einführung beginnt die Praxis. In den unterschiedlichen Einheiten werden die ersten Voraussetzungen wie die Fahrttechniken im Rollstuhl, das Ball-Dribbling am Ort und in der Bewegung, die dazugehörigen Rollstuhlbasketball-Regeln, unterschiedliche Passvariationen im Rollstuhlbasketball, Übungsformen zum Passen und Fangen, erste Übungen zur Wurf-schulung sowie Übungsformen zum Korbleger vermittelt. Auf jede Praxiseinheit folgt immer ein kurzes Teammeeting, in dem die gewonnenen Eindrücke und entstandenen Fragen mit den anwesenden Fachleuten besprochen werden.

Höhepunkt des Trainings ist das Abschluss-spiel, bei dem Ihre Schülerinnen und Schüler die gelernten Techniken und gewonnenen Fähigkeiten beweisen können.

## 2. Praxistag

Der Praxistag bietet Ihren Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit, umfangreiche Erfahrungen mit dem Rollstuhl als Fortbewegungsmittel und Sportgerät zu sammeln und Rollstuhlbasketball hautnah zu erleben.

### Auf die Rollstühle, fertig, los!

In einem Theorieteil lernen Ihre Schülerinnen und Schüler, warum körperliche Fitness für ein aktives Leben im Rollstuhl wichtig ist und auf welchen Grundlagen die Sportart ›Rollstuhlbasketball‹ beruht (Historie und Regelwerk). Darauf folgt die Technikerklärung und Rollstuhlgewöhnung, bei der Ihre Schülerinnen und Schüler die Grundtechniken wie Anfahren, Bremsen, Drehen usw. üben.

Sind die Grundtechniken soweit gefestigt, geht es weiter mit der Ballbehandlung beim Rollstuhlbasketball wie Ball aufheben, Dribbeln, Ballpass oder Korbwurf. Abschließend können Ihre Schülerinnen und Schüler das Gelernte in einem Spiel anwenden und weiter ausbauen.

Durch dieses Angebot wollen wir Kinder und Jugendliche für die Vielfalt der Probleme, die durch die Nutzung eines Rollstuhls entstehen, sensibilisieren und die unterschiedlichen Facetten des Sports mit Betroffenen bewusst machen:

- Sport als Lebenshilfe
- Sport als Motivationshilfe
- Sport als Reintegrationshilfe

Für den Praxistag sollten Sie drei bis vier Stunden einplanen (nach Absprache und Verfügbarkeit ggf. auch länger) zu denen die Sporthalle Ihrer Schule zur Verfügung steht.

Den Abschluss bildet das Entdecken der Schule per Rollstuhl (Hindernisse, Barrieren ...) und eine offene Diskussion über die gewonnenen Eindrücke und Erkenntnisse.

### Unser Spielplan

	Probetraining	Praxistag
<b>Ort</b>	Ihre Schule	Ihre Schule
<b>Dauer</b>	45 – 90 Minuten	ab 3 – 4 Stunden
<b>Teilnahmegebühren</b>	Keine	Keine
<b>Teilnehmerzahl</b>	Grundsätzlich eine Schulklasse	Mehrere Schulklassen möglich
<b>Durchführung</b>	Praxis	Theorie und Praxis
<b>Referenten</b>	speziell im Rollstuhlsport ausgebildet	speziell im Rollstuhlsport ausgebildet
<b>Räumlichkeiten</b>	Ihre Sporthalle	Ihre Sporthalle, ggf. Klassenraum mit Beamer

Unsere Fachleute bringen Rollstühle und Basketballbälle mit. Sie kümmern sich lediglich um eine Sporthalle.

**Wir setzen uns umgehend mit Ihnen in Verbindung.**

### Kontakt

Projektleitung  
Tatjana Sieck  
Fon 0 40 / 73 06-1991 (vormittags)  
Fax 0 40 / 73 06-1390  
t.sieck@bgk-hamburg.de

Der Deutsche Rollstuhl-Sportverband e.V. (DRS) ist Partner und Unterstützer des Schulprojekts in Schleswig-Holstein.



[www.rollstuhlsport.de](http://www.rollstuhlsport.de)

Die UK Nord unterstützt das Projekt als gesetzliche Schüler-Unfallversicherung für Schleswig-Holstein.



[www.uk-nord.de](http://www.uk-nord.de)

Kooperationspartner



Projekt

»Rollstuhlsport macht Schule« in Schleswig-Holstein

Vor-Ort-Seminar