

INKLUSION IM TENNIS

Impulse für
Training
und Verein



Zur Erleichterung der Lesbarkeit wurde in dieser Broschüre das generische Maskulinum verwendet. Dies bezieht selbstverständlich alle Arten von Geschlechteridentitäten ein.

IMPRESSUM

Herausgeber:
Deutscher Tennis Bund e.V., Referat für Sportentwicklung
Hallerstraße 89, 20149 Hamburg

Gold-Kraemer-Stiftung
Paul -R.-Kraemer-Allee 100, 50226 Frechen
Bildnachweise: Deutscher Tennis Bund (Titel, Seite 3, 4), shutterstock (Seite 2)
Gold-Kraemer-Stiftung (Seite 6, 8, 11, 12), Claudio Gärtner (Seite 9), Aktion Mensch (Seite 10)
Layout: ON Grafik Hamburg
2. überarbeitete Auflage: 5.000 Stück, Januar 2018

Interessiert Sie das Thema oder wünschen Sie weitere Informationen, sprechen Sie uns an!

Autor und Kontakt:
Niklas Höfken
TENNIS FÜR ALLE - Inklusives Sportprojekt der Gold-Kraemer-Stiftung
Zentrum für Bewegung und Sport gGmbH
Paul-R.-Kraemer-Allee 100, 50226 Frechen
Telefon 0157.85965424
Email niklas.hoefken@gold-kraemer-stiftung.de

Inhalt

1	Vorwort.....	2
2	Einleitung.....	3
3	Was bedeutet Inklusion?.....	4
4	Chancen und Potenziale von Inklusion im Tennis.....	5
5	Checkliste für den Start.....	7
6	Good-Practice-Beispiele.....	8
7	Rollstuhltennis.....	9
	→ Hintergrund	
	→ Trainingsimpuls	
8	Blindentennis.....	10
	→ Hintergrund	
	→ Trainingsimpuls	
9	Tennis von Menschen mit geistiger Behinderung.....	11
	→ Hintergrund	
	→ Trainingsimpuls	
10	Gehörlosentennis.....	12
	→ Hintergrund	
	→ Trainingsimpuls	
	Literaturempfehlung.....	

1 Vorwort

Inklusion bedeutet, dass sich die Vielfalt unserer Gesellschaft in allen Teilbereichen widerspiegelt. Sport ist eine ideale Plattform für ein respektvolles Miteinander, wo Verschiedenheit als Gleichwertigkeit und individuelle Stärken und Schwächen als Chance gesehen werden. Dafür muss Tennis nicht neu erfunden werden.

Unsere Strukturen und unser Fachwissen bieten die besten Voraussetzungen, unseren Sport für Menschen mit Behinderung zu öffnen: Beim Rollstuhltennis, Blindentennis, Gehörlosentennis oder Tennis von Menschen mit geistiger Behinderung.

Egal wie verschieden wir sind – unsere große Gemeinsamkeit ist die Leidenschaft für unseren Sport! Darauf kommt es an.

Der Deutsche Tennis Bund setzt sich als drittgrößter Sportverband Deutschlands ausdrücklich dafür ein, sich gemeinsam mit seinen Mitgliedern auf den Weg der Inklusion zu machen. Dafür steht ihm ein erfahrener Partner fachlich zur Seite: Das „Tennis für Alle“-Projekt der Gold-Kraemer-Stiftung.



Einleitung

Seit einigen Jahren ist das Wort Inklusion – die gleichberechtigte Teilhabe von Menschen mit und ohne Beeinträchtigung – auch im Sport ein wichtiges Thema.

Das selbstverständliche Einbezogensein von Menschen mit Behinderung in alle Bereiche der Gesellschaft ist hier in den Mittelpunkt gerückt. In vielen Staaten wird Tennis bereits von Menschen mit unterschiedlichsten Voraussetzungen gespielt: in der Rollstuhl- oder Quad-Klasse (vgl. S. 9), mit einer Einschränkung der Seh- und Hörfähigkeit (vgl. S. 10, 12) oder mit einer geistigen Behinderung (vgl. S. 11).

Zu Beginn zeigt diese Broschüre, welche Perspektiven, Chancen und Potenziale sich einem Tennisverein eröffnen können, wenn er sich inklusiv strukturiert und führt Good-Practice-Beispiele an, wie sich das Thema konkret umsetzen lässt. Anschließend werden erste kompakte, kreative Impulse für das Training in unterschiedlichen Tennisdisziplinen mit Menschen mit Behinderung gegeben. Somit richtet sich der erste Teil vor allem an Ehrenamtliche und Vereinsvorstände, der zweite Teil an interessierte Tennistrainer und Übungsleiter.

Für alle Bereiche gilt es, Berührungspunkte abzubauen und aktiv Experten oder Sportler mit Behinderung in Gestaltungsprozesse einzubeziehen. Die Akteure der Tenniswelt und die des Behindertensports haben das Fachwissen in ihrem jeweiligen Gebiet – beides gilt es zu „VEREINEN“.

WILLKOMMENSKULTUR

Der organisierte Sport hat die große Chance, mehr Teilhabemöglichkeiten zu schaffen, für das Thema Inklusion zu sensibilisieren und inklusive Prozesse zu initiieren. Offenheit für Neues und Mut zur Veränderung sind die Basis für einen Verein, in dem Verschiedenheit normal ist. Wo jeder willkommen ist, kann jeder lernen und jeder sich für den Verein und den Sport engagieren.



3 Was bedeutet Inklusion?

Sport kann identitätsstiftend, persönlichkeitsbildend und Teil eines Lebensgefühls sein. Neben seiner präventiven oder rehabilitativen Funktion, wirkt sich Sporttreiben positiv auf die Lebensqualität, die physische und mentale Fitness, sensorische Funktionen und psychosoziale Aspekte aus – ein großes Potenzial, das für jeden Menschen zugänglich sein sollte. Genau diese Teilhabe an allen Bereichen der Gesellschaft zu erreichen, etwa an Freizeit und Sport, meint Inklusion. Die Wertschätzung der Vielfalt ist dabei ein Kerngedanke von Inklusion. Sie bezeichnet eine Neuorientierung in der Beurteilung von Mitmenschen und im Umgang mit Verschiedenheit. Persönliche, soziale, kulturelle oder andere individuelle Eigenschaften und Fähigkeiten bestimmen die Einzigartigkeit jedes Menschen. Vielfalt bezieht alle Dimensionen wie Alter, Geschlecht, Sexualität, Religion oder Ethnizität mit ein und wird dabei als Gewinn für die Gemeinschaft betrachtet.

Durch die in Deutschland 2008 ratifizierte UN-Behindertenrechtskonvention ist besonders die Lebenssituation von Menschen mit Behinderung in den Fokus gerückt. Laut Angaben des Statistischen Bundesamtes leben in Deutschland ca. 10,2 Millionen Menschen mit einer Behinderung, was jedem achten Einwohner, also 13 % der Bevölkerung entspricht. Dabei wird ein Großteil der Behinderungen erst im Laufe des Lebens, etwa durch Krankheit oder Unfälle, erworben. Behinderung sollte jedoch nicht mehr als defizitärer Zustand einer Person verstanden werden, sondern als wechselseitiger Prozess unterschiedlichster Komponenten: zum Beispiel Sozialisation und Motivation einer Person, medizinisch-biologischen Phänomenen oder Umweltbedingungen wie Barrierefreiheit – materiell-baulich bei Einrichtungen, kommunikativ bei Nachrichten oder Formularen sowie einstellungsbezogen bei Mitmenschen.

Die deutsche Tennislandschaft mit all ihren Verbänden und Vereinen als bedeutender Akteur des organisierten Sports birgt viele Chancen und Möglichkeiten, innerhalb seiner Strukturen für das Thema Inklusion zu sensibilisieren und die Teilhabe von Menschen, die bislang nicht zur klassischen

Tennis-Klientel gehörten, zu fördern. Jeder soll seinen individuellen Wünschen und Voraussetzungen entsprechend ein Zuhause auf dem Tennisplatz und im Club finden, sodass sich die Vielfalt unserer Gesellschaft in jedem Teilsystem widerspiegelt. Durch ein respektvolles und interessiertes Miteinander im Sport kann das Bewusstsein für ein inklusives Leben im Alltag entstehen. Denn unabhängig davon, wie verschieden die Voraussetzungen aller Beteiligten sind, führt alle eine große Gemeinsamkeit zusammen: Die Leidenschaft für Tennis!



Chancen und Potenziale von Inklusion im Tennis



DIE SPORTLICHE PERSPEKTIVE

- Tennis ist spannend, dynamisch, mitreißend – egal, wer spielt.
- Von den sportlichen Leistungen von Menschen mit Behinderung geht eine besondere Faszination aus.
- Dass Menschen mit Sinnes Einschränkungen, etwa Blinde, Tennis spielen können, scheint fast unvorstellbar, bis man es erlebt.
- Rollstuhltennis ist neben Breitensportlichen Effekten als Paralympische Disziplin auch bedeutsam für den Leistungssport. Die ITF (International Tennis Federation) organisiert zusammen mit den Nationalen Tennisverbänden die International Wheelchair Tennis Tour. Im Rahmen dieser finden jährlich ca. 170 Turniere in über 100 Ländern der Welt für Damen, Herren und Junioren im Einzel und Doppel statt.
- Attraktive Wettkämpfe gibt es auch für Athleten mit geistiger Behinderung: Sie können an den Special Olympics teilnehmen. Für Menschen mit Einschränkung der Hörfähigkeit gibt es die Deaflympics. In diesen Bereichen existieren deutsche Kader und Nationalteams.

DIE SOZIALE PERSPEKTIVE

- Tennis schafft Freude und Freunde.
- Tennisvereine, Funktionäre, Ehrenamtler und Trainer sind wichtige Multiplikatoren für einen gesellschaftlichen Veränderungsprozess innerhalb der Tennisvereine. Sie tragen Verantwortung und haben Vorbildfunktion.
- Viele Menschen mit Behinderung stecken in einem Teufelskreis der Inaktivität. Dies kann unterschiedliche Gründe haben. In einem Verein Tennis zu spielen, kann ihnen dabei helfen, einen aktiven Lebensweg zu gehen. Tennis ist für alle da. Jeder kann Tennis spielen und an den positiven Effekten dieses Sports teilhaben.
- Kinder sind die Zukunft unserer Gesellschaft. In Situationen, die Erwachsenen etwas schwerfallen mögen, sind Kinder offen, neugierig und herzlich. Gemeinsames Tennisspielen von Kindern mit und ohne Behinderung ist für sie etwas Selbstverständliches und mit ihnen wächst diese Einstellung in die Gesellschaft hinein.

DIE BILDUNGS- UND QUALIFIZIERUNGS-PERSPEKTIVE

- Sportverbände und Vereine haben auch einen Bildungsauftrag.
- Sie bilden Menschen zum Sporttreiben aus: Konditionelle und koordinative Fähigkeiten, Regeln, Techniken und Taktiken werden geschult.
- Sie bilden Menschen durch Sporttreiben aus: Gemeinschaftsgeist, Fairness, Frustrationstoleranz, Motivation und Ehrgeiz sind nur einige der Kompetenzen, die Sporttreibenden im Verein vermittelt werden.
- Durch das für Trainer neue Betätigungsfeld von Sport mit Menschen mit Behinderung entsteht eine attraktive Chance, das eigene didaktische und methodische Repertoire zu reflektieren und qualitativ zu erweitern.
- Besonders für pädagogisch und sozial ambitionierte Jugendliche im Verein bietet sich die Möglichkeit der Partizipation als Trainerassistenten oder Tandempartner/ Buddys für Sporttreibende mit Behinderung.
- Alle Beteiligten erhalten hochwertige, geprüfte Weiterbildungsmöglichkeiten.

DIE MEDIALE PERSPEKTIVE

- Inklusion ist eines der aktuellsten gesellschaftlichen und bildungspolitischen Themen. Der Sport bietet hierfür eine ideale Plattform.
- Medien, Werbepartner und die Politik zeigen sich äußerst kooperationsfreudig und interessiert, wenn Sportvereine den Weg der Inklusion einschlagen und als Good-Practice-Beispiele heraustreten.

DIE NETZWERK-PERSPEKTIVE

- In Sportvereinen, der kommunalen Politik, den Dachverbänden und externen Organisationen finden sich viele Menschen mit großer Expertise und nachhaltigem Interesse zum Thema Inklusion und Sport mit Menschen mit Behinderung. Die Initiierung eines Inklusionsprojektes kann als Anlass der Vernetzung mit diesen Experten dienen.

- Viele Initiativen und Einrichtungen haben ein großes Interesse daran, Inklusionsprozesse zu begleiten und voranzutreiben. Kontakte zu den unterschiedlichsten Institutionen der Sportwelt zu haben, ist für einen Tennisverein unerlässlich.

DIE QUALITATIVE PERSPEKTIVE

- Tennisvereine sowie Trainer, die durch entsprechende Qualifikation, Engagement und Mittel, Inklusionsprozesse anstoßen, gelten als hochqualifiziert. Dadurch entstehen neue Zukunftsperspektiven.
- Inklusiv zu arbeiten ist ein großes Qualitätsmerkmal sportlicher Institutionen. Es wirkt sich auf die Vereinsarbeit positiv aus, denn es bindet Privatpersonen sowie öffentliche Stellen an den Verein.
- Ebenso kann inklusives Arbeiten in Zukunft ein qualitatives Unterscheidungsmerkmal sein, welches Trainer und Vereine von Mitbewerbern ohne inklusive Angebote abhebt.

- Wenn sich die gesellschaftliche Vielfalt im Tennisclub widerspiegelt, kann diese Vielfalt als Chance genutzt werden, das Trainings-, Wettkampf- und Vereinsleben zu erweitern und zu bereichern. So wird Tennis wichtiger Bestandteil eines positiven Lebensstils. Für alle!

DIE FINANZIELLE PERSPEKTIVE

- Inklusion voranzutreiben und vielversprechende, nachhaltige Initiativen zu fördern, ist das Ziel aller Landesregierungen, Kommunen und vieler Fördereinrichtungen.
- Die Landessportbünde, Bezirksregierungen, Stiftungen, Firmen und Privatpersonen stellen zahlreiche Fördermöglichkeiten bereit, um engagierten Sportvereinen inklusive Prozesse zu ermöglichen. Diese können von Anschubfinanzierungen über die Förderung zeitlich begrenzter Projekte und Events bis zu festen Kooperationen reichen.



5

Checkliste für den Start

Blick nach außen

Stellen Sie sich die Frage, in welchem Sozialraum Ihr Tennisverein oder die Sparte angesiedelt ist. Weiten Sie Ihren Blick für Zielgruppen, die Sie bisher wenig oder gar nicht beachtet haben:

- Welche Förderschulen, inklusiven Schulen und Kindergärten, Behindertensportgruppen oder Einrichtungen der Behindertenhilfe gibt es in Ihrem Umkreis, in Ihrer Stadt?

Blick nach innen

Machen Sie Inklusion zum Thema in Ihrem Verein. Analysieren Sie Ihr Vereinsgelände und Ihr Angebot in Hinblick auf Partizipationsmöglichkeiten von Menschen mit Behinderung. Stellen Sie sich folgende Fragen selbstkritisch:

- Bilden die Vereinsmitglieder einen Querschnitt unserer Gesellschaft?
- Vermittelt der Verein aktiv ein Gefühl des Willkommen-Seins für Alle und der Offenheit für alle Zielgruppen? Gibt es kommunikative, einstellungsbezogene, finanzielle oder bauliche Barrieren? Können diese behoben werden?
- Nehmen der Verein, Vorstand und die Trainer eine inklusive Kultur als Bereicherung wahr?
- Gibt es vielleicht Mitglieder, die bereits in Kontakt mit Menschen mit Behinderung stehen? Findet sich ein „Inklusionsbeauftragter“?
- Wie kann das Sportangebot für Menschen mit Behinderung geöffnet werden?

Informieren und vernetzen

Es gibt kostenfreie, qualitativ hochwertige Arbeitshilfen zur Umsetzung des Inklusionsgedankens im Verein, z.B. den „Index für Inklusion im und durch Sport“. Recherchieren Sie die Inklusionskonzepte Ihres Landessportbundes oder des Behindertensportverbandes. Vernetzen Sie sich mit den Experten der Verbände und sprechen Sie auch die Lokalpolitik an.

Einfach loslegen

Nutzen Sie ein Vereinsevent, das ohnehin stattfindet, als Initialzündung für Ihren Weg zu mehr Inklusion. Das kann ein Aktionstag wie Deutschland spielt Tennis, eine Vereinsfeier, ein Tag der offenen Tür, ein Jux-Turnier oder ein Schnuppertraining sein. Kommunizieren Sie die Wichtigkeit und Besonderheit Ihrer Ideen mit allen Vereinsmitgliedern und laden sie Ihre neue Zielgruppe ein.

6 Good-Practice-Beispiele

MARIENBURGER SPORT-CLUB

Der Verein mit Tennis- und Hockeysparte begreift sich selbst als wichtiger Akteur im sozialen Leben des Kölner Südens. Er zählt 1.400 Mitglieder, davon 450 Kinder und Jugendliche. Das Thema Inklusion ist auf der Homepage und in allen weiteren Medien des Vereins prominent platziert. 2011 begann alles mit einer vom Verein und privaten Partnern geförderten Tennis-AG mit einer benachbarten inklusiven Schule.

Mittlerweile finden ein wöchentliches Trainingsangebot für Rollstuhltennis und Spieler mit geistiger Behinderung sowie inklusive Wochenend-Camps statt. Es gibt einen vergünstigten Mitgliedstarif für Menschen mit Behinderung und sogar die Grünanlagen werden von einer inklusiven Firma gepflegt. Besonders hohe mediale Aufmerksamkeit bekommt der Verein jährlich als Partner bei der Ausrichtung der „Offenen Kölner Rollstuhltennis Meisterschaften“ – einem der wenigen Breitensport-Turniere in der deutschen Rollstuhltennisszene.

LÖHNER TENNISCLUB

Der Tennisverein mit rund 360 Mitgliedern liegt relativ ländlich in Westfalen. Zu Beginn des Jahres 2017 wurde ein erster Schnuppertag für Blindentennis organisiert, zu dem alle Interessierten aus der Umgebung eingeladen wurden: Angesprochen wurden vor allem Schulen mit dem Förderschwerpunkt Sehen, Blindensportgruppen und Augenärzte.

Daraus konnten sich eine Jugend- sowie eine Erwachsenen-Gruppe mit Blinden und Sehbehinderten entwickeln, die mittlerweile Blindentennis-spezifisch oder in inklusiven Settings trainieren. Für diese Zielgruppe wurde ein vergünstigter Mitgliedstarif festgelegt und für einen Teil der Übernahme der Hallenkosten oder der Bestellung der speziellen Blindentennis-Rasselbälle konnten schnell Sponsoren gefunden werden. Das Trainerteam hat sich zum Thema Inklusion weitergebildet und gemeinsam mit dem Vorstand ein nachhaltiges Inklusionskonzept für den Verein entwickelt. Gemeinsam ist die Mannschaft sogar schon auf ein internationales Blindentennis-Turnier gefahren.



7 Rollstuhltennis

HINTERGRUND

Erfunden wurde Rollstuhltennis 1976 vom Amerikaner Brad Parks. Seit 1992 ist es paralympisch und seit 1998 offizieller Teil der ITF. 2009 wurde die Sportart offiziell als Referat in den Deutschen Tennis Bund integriert.

Regeln und Material

Rollstuhltennis wird nach den offiziellen ITF-Regeln gespielt. Die einzige Modifikation ist, dass der Ball zwei Mal aufspringen darf, wobei der erste Kontakt im regulären Feld sein muss. Zum Tennisspielen wird ein Sportrollstuhl benötigt, der entgegen gängiger Vorurteile den gut gepflegten Sandplatz nicht beschädigt.

Vermittlungsweg

verbal/akustisch - visuell/optisch - taktil/kinästhetisch

TRAININGSIMPULS

Koordination

Das permanente Fahren mit dem Schläger in der Hand, eine hohe Mobilität und rasante Beschleunigung sind wesentlich für Rollstuhltennis. Fahrt- und Koordinationstraining muss daher zu jeder Einheit gehören.

- Der Sportler startet an einem Hütchen, ca. einen Meter mittig hinter der Grundlinie.
- Von der anderen Seite bringt der Trainer Bälle ins Spiel und ruft jeweils deutlich, wie oft der Ball auf dem Boden auftippen darf, bis der Spieler ihn erreicht haben soll.
- Die Aufgabe viermal wiederholen und dabei immer zurück zum Hütchen. Der Spieler sollte nie gänzlich zum Stehen kommen.

Grundschläge

Technisch finden sich zwischen Rollstuhl- und „Fußgänger“-Tennis viele Gemeinsamkeiten, z.B. in den Hauptaktionen der Grundschläge. Ein signifikanter Unterschied ist die Arbeit der unteren Extremitäten und des Rumpfes, die entsprechend durch Rotation des Sportrollstuhls vollzogen wird. Jede gängige Übung kann für Rollstuhltennis adaptiert werden.

- Der Trainer bringt mit einem Aufschlag von der T-Linie den Ball cross ins Spiel.

- Der Rollstuhlfahrer startet einen Meter hinter der Grundlinie. Sobald der Ball angeworfen wird, macht er die ersten Schübe ins Feld und orientiert sich zu Vorhand bzw. Rückhand.
- Mit dem Schlag rotiert er Richtung Grundlinie, sodass sich ein Ballwechsel entwickeln kann.

ZIELGRUPPE UND KLASSIFIZIERUNG

- Allgemeine Kategorien: Damen, Herren, Quads
- Aktive werden nach ihrer Fähigkeit, Tennis zu spielen eingestuft, nicht nach Art ihrer Behinderung
- Häufig Spieler mit Querschnittlähmung, Amputationen, Spina Bifida
- Offiziell darf teilnehmen, wer eine attestierte Gehbehinderung hat, sich nur mittels Rollstuhl fortbewegen kann oder einen irreparablen Schaden an Hüft-, Knie- oder Fußgelenk vorweist.
- In der Quad-Klasse starten Sportler mit Einschränkungen von drei oder mehr Extremitäten



8 Blindentennis

HINTERGRUND

Blindentennis wurde 1984 vom blinden japanischen Studenten Miyoshi Takei erfunden und fand von dort seinen Weg in viele weitere Länder. Seit 2014 gibt es als Dachverband die „International Blind Tennis Association“ und darin auch eine deutsche Spielervertretung. In Deutschland wird Blindentennis seit Anfang 2016 gespielt.

Regeln und Material

Es gelten modifizierte ITF-Regeln. Je nach Grad der Erblindung wird im T-Feld oder Mid-Court gespielt, wobei der Ball zwei- oder dreimal aufspringen darf. Die Linien werden fühlbar gemacht, z.B. durch eine mit Tape überklebte Schnur und die Bälle sind etwas größer, weicher und rasseln.

Vermittlungswege

verbal/akustisch - taktil/kinästhetisch - visuell/optisch (sehrestabhängig)

TRAININGSIMPULS

Koordination

Der Spieler muss die Fähigkeit trainieren, mittels akustischer Orientierung durch das Rasseln des Balls und mittels taktiler

Orientierung an den Linien zunehmend dynamisch zwischen Netz, Außen- und Grundlinie zu agieren.

- Bewegen von Außenlinie zu Außenlinie, Grundlinie zu Netz usw. Zuerst mit Handführung durch den Trainer, später selbstständig. Schritte zählen und Intensität steigern von langsam Tasten, zu Gehen, zu Laufen und zu Rennen (vorwärts, rückwärts, Sidestep, Kreuzschritt).
- Der Spieler führt auf Kommando oder an bestimmten Positionen konkrete Bewegungsaufgaben aus.

Grundschräge

Die Hauptaktionen aller Schläge im Blindentennis sind identisch mit dem regulären Tennis. Einen wichtigen Fokus muss die Rhythmisierung des Auftippens und Schlagens zur akustischen Antizipation des Balles einnehmen.

- Der Trainer wirft den Ball an, der Spieler fängt bzw. schlägt ihn nach einem genau vorgegebenen Rhythmus, z.B. zwei Bodenkontakte, dann fangen oder schlagen des Balles.
- Zunächst mit und später ohne Ankündigung des Trainers, ob der Ball auf Vor- oder Rückhand kommt. Distanz und Schwierigkeitsgrad sollten geduldig gesteigert werden.



9 Tennis von Menschen mit geistiger Behinderung

HINTERGRUND

Seit mehreren Jahrzehnten gibt es für diese Klientel in Deutschland immer wieder vereinzelte Tennis-Angebote, die vor allem auf Privatinitiative ins Leben gerufen wurden. Die größte Organisation für Sport von Menschen mit geistiger Behinderung ist Special Olympics, die seit 1991 auch in Deutschland vertreten ist.

Regeln und Material

Es gelten die gängigen ITF-Regeln. Nach Grad der Lernschwäche der Sportler kann hier jedoch kreativ modifiziert werden, etwa bei der Zählweise. Die Idee von Play+Stay kommt Sportlern mit geistiger Behinderung besonders entgegen. Weitere Informationen zu Play+Stay finden Sie in den DTB-Broschüren „Zukunft Tennisverein“ und „Aufschlag Verein – Return Schule“.

Vermittlungswege

verbal/akustisch - visuell/optisch - taktil/kinästhetisch

Generell gilt, dass Sportler mit geistiger Behinderung uneingeschränkt konditionell und motorisch trainierbar sind. Das Training sollte gut strukturiert und von wiederkehrenden Abläufen geprägt sein. Geduld bei der Vermittlung von Technik, Taktik, Regelwerk und weiteren Kompetenzen sowie hohe Wiederholungszahlen spielen eine wichtige Rolle.

TRAININGSIMPULS

Koordination

Die Sensibilisierung für den eigenen Körper, Gesundheitsaufklärung und das Training von Koordination sind essentiell. Jede Übung des allgemeinen oder tennisspezifischen Athletiktrainings kann angewandt und angepasst werden.

- Der Spieler muss einen Luftballon permanent in der Luft halten (mit Schläger oder Körperteilen) und parallel kleine Aufgaben bewältigen, z.B. ein Strichmännchen malen, mit dem Fuß Tore schießen oder andere Bälle zwischen Hütchen transportieren.

Grundschläge

Hier ist ein spielgemäßes Training und ganzheitliches Lernen technischer Methoden vorzuziehen.

- Hinter dem T-Feld wird mit Hütchen ein großes Tor aufgebaut, in dem ein „Torwart“ mit Schläger steht. Die anderen Spieler versuchen, mittels einer Vorhand, ein Tor zu erzielen (Abstände und Torgröße anpassen, Torwart muss den Ball halten oder retournieren usw.).
- Wer ein Tor erzielt, wird selbst zum Torwart.



10

Gehörlosentennis

HINTERGRUND

„Deaf-Tennis“ ist eine Sparte im bereits 1919 gegründeten Deutschen Gehörlosen-Sportverband. Es existieren ein Nationalteam sowie Turniere auf nationaler und internationaler Ebene, etwa die Deaflympics. Zusätzlich nimmt ein Großteil der Tennisspieler mit Hörminderung am regulären Tennisbetrieb teil.

Regeln und Material

Es wird nach ITF Regeln gespielt. Allerdings ist bei offiziellen Gehörlosen-Wettkämpfen das Tragen von Hörgeräten oder Hörhilfen verboten.

Vermittlungswege

visuell/optisch - taktil/kinästhetisch - verbal/akustisch

Die Wahl der Vermittlungswege ist unter anderem abhängig vom Hörrest oder der Fähigkeit zum Lippenlesen. Während des Trainings sollte nie komplett auf Sprache verzichtet werden. Sichtkontakt, wenig Störgeräusche und die Unterstützung durch visuelle Hilfen, vereinbarte Signale oder Gebärden tragen zur gelingenden Kommunikation bei.

TRAININGSIMPULS

Koordination

Die Ursachen von Hörschädigungen sind vielfältig. In manchen Fällen kann es zu einer eingeschränkten Gleichgewichtsfähigkeit kommen. Immer ist jedoch die Reaktion auf visuelle Reize von entscheidender Bedeutung.

- Der Trainer hält Tennisbälle aller vier Play+Stay-Farben in seinen Händen. Auf dem Platz stehen außerdem ein rotes, oranges, grünes und gelbes Hütchen.
- Wird ein Ball angeworfen, muss der Spieler zunächst das farblich entsprechende Hütchen berühren und anschließend den Ball fangen/schlagen.

Grundschnläge

Technisch unterscheidet sich Gehörlosentennis nicht vom Tennis der Hörenden. So kann jede Übung angewandt und angepasst werden.

- Das gegnerische Feld ist aufgeteilt in die Zonen 1 bis 4 (z.B. Aufschlagkorridore rechts und links [1+2], durch verlängerte Mittellinie Großfeld [3+4]).
- Der Trainer spielt den Ball ein und zeigt kurz darauf mit seinen Fingern eine Zahl - in dieses Feld muss der Spieler schlagen.
- Zeigt der Trainer eine 5, gibt es eine Zusatzaufgabe oder der Punkt wird gegen ihn ausgespielt.
- Maximal vier Wiederholungen. Jeder korrekte Treffer gibt einen Punkt.



LITERATUREMPFEHLUNGEN

Arbeitshilfe für Vereine auf dem Weg zur Inklusion:

Deutscher Behindertensportverband, Index für Inklusion im und durch Sport,

Zugriff unter

<http://www.dbs-npc.de/sport-index-fuer-inklusion.html>

(geprüft November 2017).

Informationen zu Behindertensport und Disability-Tennis:

British Lawn Tennis Association, Tennis Foundation, Disability Tennis Coaching

Resource, Zugriff unter

[http://www.tennisfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2016/04/](http://www.tennisfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2016/04/Disability-Tennis-Coaching-Resource.pdf)

[Disability-Tennis-Coaching-Resource.pdf](http://www.tennisfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2016/04/Disability-Tennis-Coaching-Resource.pdf)

(geprüft November 2017).

Höfken, N. (2015). Inklusion im Tennis umsetzen, S. 40–43 - In: TennisSport.

Fachzeitschrift für Training und Wettkampf, Ausgabe 4/2015, Sindelfingen:

Sportverlag Schmidt & Dreisilker.

Höfken, N. & Anneken, V., Trainingspraxis Inklusion – Vierteilige Artikelserie in allen

Ausgaben der TennisSport. Fachzeitschrift für Training und Wettkampf, 2017,

Sindelfingen: Sportverlag Schmidt & Dreisilker.

Schliermann, R. & Anneken, V. & Abel, T. & Bungter, T. & Froböse, I. (2004). Sport

von Menschen mit Behinderungen. Grundlagen, Zielgruppen, Anwendungsfelder.

München: Elsevier.

Zahlen und Fakten zu Menschen mit Behinderung in Deutschland:

Bundesministerium für Arbeit und Soziales, Schwerpunkt Inklusion, Zugriff unter

<http://www.bmas.de/DE/Schwerpunkte/Inklusion/inklusion.html>

(geprüft November 2017).

Statistisches Bundesamt, Behinderte Menschen, Zugriff unter

<https://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Gesundheit/Behinderte/BehinderteMenschen.html>

(geprüft November 2017)

www.dtb-tennis.de