

DER ERSTKONTAKT

Der Erstkontakt mit und von Para Sportlern

Durch eine gezielte Nachwuchssichtung und -förderung, die gesamthaft eine große Rolle spielt, kann dieser Prozess nachhaltig wiederholt und stetig verbessert werden. Nur mit einer entsprechenden Qualität und gelingenden Organisation des Nachwuchsbereiches kann man langfristig international konkurrenzfähig bleiben und Spitzenleistungen auf Weltcupebene hervorbringen. Diese Organisation des Nachwuchsleistungssport sollte von den Landes- und Bundesverbänden bestmöglich mit Best Practice Lösungsansätzen, Handlungsempfehlung, Beispielen und Konzepten unterstützt werden. Zur Nachwuchssichtung sind die Zielgruppen mit klassifizierbarer Behinderung sowie Quereinsteiger mit sportlicher Vorerfahrung zu definieren und aussichtsreiche Orte und Zeitpunkte zur Sichtung erforderlich. Kreative Lösungsansätze, Vereine und persönliche Kontakte spielen dann besonders auch beim nachhaltigen Transfer des Athleten von der Sichtung bis zum regelmäßigen Training eine große Rolle.

Ziel von Sichtungsmaßnahmen ist folglich, Kinder und Erwachsene mit einer klassifizierbaren Behinderung zu finden und langfristig für ein dauerhaftes wettkampf- und leistungsbezogenes Training zu begeistern.

Auch mit einem Quereinstieg aus einer anderen Para Sportart oder sogar einem Paralleleinstieg kann begonnen werden.

Das Wissen und die Vernetzung mit und über die unterschiedlichen, besonders über die in den körperlichen Anforderungen ähnlichen, Para Sportarten ist notwendig. Beispielsweise die Seite parasport.de hilft hier weiter.

Ein vielfältiges, attraktives und inklusives Sport- und Bewegungsangebot im und neben dem Schulsport ist für alle Sportarten sowohl sinnvoll als auch notwendig und sollte flächendeckend angeboten werden.

Besonderen Zugang zu unserer Zielgruppe haben auch Orthopädietechniker, Kliniken, Selbsthilfegruppen und Verbände. Hier kann mit positiven Beispielen und Projekten geworben werden. Weitere Möglichkeiten sind beispielsweise:

- Talenttage
- Eintägige Sichtungsveranstaltung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- Kooperation mit Beratungsstellen z. B. Förderschwerpunkt Sehen
- Eintägiger Aktionstag für sehbehinderte Kinder und Jugendliche
- Regelschulen: Bewerbung läuft über die Beratungsstelle und persönlicher Ansprache der Beratungslehrer

- Initiative: Behindertensport macht Schule
- Schulbesuche mit aktiven oder ehemaligen Para Sportlern mit Vorstellung der Sportart, ausprobieren der Sportart und gemeinsamer Fragerunde
- Regelmäßige Sichtungstage, bei denen das Skilanglaufen angeboten wird und direkt auf Schnee umgesetzt werden kann
- Sportliche Jugendbildung
- Mehrtägige Sichtungsveranstaltung, gefördert von der DBSJ, um Kinder und Jugendliche für den Sport zu begeistern, Streuung der Informationen über verschiedene Kanäle der DBSJ, Newslettern und der örtlichen Presse
- Orthopädische Betriebe - Auslegen von Infoblättern und Informationsabende in den Betrieben
- Jugend trainiert für Paralympics (Bundesebene)
- Mehrtägige Schulveranstaltungen für den Förderschwerpunkt Sehen
- Messen
- Lehrgangsmaßnahmen der Landesverbände

Auch für den paralympischen Nachwuchs werden regelmäßige Lehrgangsmaßnahmen im Rahmen der Sportjahresplanung durchgeführt. Während dieser Maßnahmen können die Para Sportler detaillierter gesichtet, leistungsdiagnostisch getestet oder die individuelle Technik verbessert werden. Des Weiteren besteht die Möglichkeit über die DBSJ Jugendbildungsmaßnahmen zu beantragen. Dabei steht allerdings die Bildungskomponente im Vordergrund. Seminare zur Persönlichkeitsentwicklung, zum Anti Doping oder zu sportartspezifischen Themen sind denkbar. Die Durchführung von Lehrgangsmaßnahmen für die aussichtsreichsten paralympischen Nachwuchs Para Sportler gewährleistet, dass diese behutsam an die Nationalmannschaft herangeführt werden. Letztlich handelt es sich um unterstützende Maßnahmen zum bestehenden Angebot der Vereine und Landesverbände.

„Die Ansätze zur Talentsichtung sorgen im besten Falle zur Erhöhung der Grundgesamtheit an Sportlern mit Behinderung im Breiten- bis hin zum Leistungssport. Zudem könnte es zu einem Absinken des Einstiegsalters führen, was den langfristigen Leistungsaufbau ermöglicht und auf Dauer für höhere Leistungen sorgen könnte.“ (DBS, 2020b, S. 8).

Für Menschen mit Behinderung gibt es zahlreiche Möglichkeiten mit der Sportart Para Ski Nordisch in Berührung zu kommen. Die Berichterstattung in den sozialen Medien und im Fernsehen nimmt in den letzten Jahren deutlich zu und ist besonders zu den Paralympics am deutlichsten sichtbar. Bei Talenttagen, in der Schule oder z. B. bei Veranstaltungen von Vereinen ist es möglich, die Sportgeräte und die Bewegung selbst auszuprobieren. Oftmals verschwinden erste Unsicherheiten schnell. Es ist für Trainer sowie Sportler von Beginn an wichtig, offen über Unklarheiten zu sprechen, die einerseits die Sportart betreffen und andererseits den Menschen mit seiner Behinderung mit ihren Auswirkungen. Ein geschützter Rahmen und wenn möglich eine eins-zu-eins Betreuung sind wichtig. So können auch Stürze oder unangenehme Situationen durch Unsicherheit

vermieden werden und auch kreative, situative Lösungsansätze gemeinsam entwickelt werden. Optimal ist es, wenn die Trainer sich schon im Vorfeld telefonisch mit den Sportlern in einem Vorgespräch vertraut gemacht haben und auch allgemein Informationen über die jeweiligen Behinderungen haben. Ebenso sollte der Transport, die Barrierefreiheit der Sportanlage, der Umkleiden und Toiletten sowie passendes Equipment vorbereitet sein.

Nach dem ersten Ausprobieren sollte am nächsten Tag eine (telefonische) Nachbesprechung stattfinden, um die Wirkung abschätzen zu können und den weiteren, möglicherweise gemeinsamen Weg aufzuzeigen (Häusermann, Bläuenstein, & Zibung, 2014).