



Seit einigen Jahren ist das Wort Inklusion ein wichtiges Thema. Hier geht es darum, dass sich die Vielfalt der Gesellschaft in allen Teilbereichen widerspiegelt. Das Einbezogensein von Menschen mit Behinderung ist dabei besonders in den Fokus gerückt. Als drittgrößter Sportverband Deutschlands kann der Deutsche Tennis Bund gemeinsam mit den zahlreichen Akteuren der deutschen Tennislandschaft eine wichtige Rolle in diesem Prozess einnehmen. Mit der Artikelreihe „Trainingspraxis Inklusion“ nähert sich die TennisSport in allen vier Ausgaben des Jahres 2017 diesem Thema und gibt jeweils zu einem besonderen Schwerpunkt einen kompakten Überblick sowie Impulse für die Trainings- und Vereinsarbeit: Rollstuhltennis, Gehörlosentennis, Tennis von Menschen mit geistiger Behinderung und Blindentennis.

Schwerpunkt I:

Rollstuhltennis

Gemeinsames Spielen ermöglicht spannende Begegnungen und erweitert den Tennis-Horizont aller Beteiligten.



Geschichte

Als Ideenvater des Rollstuhltennis gilt der Amerikaner Brad Parks, der durch einen Unfall eine Querschnittlähmung erwarb und schon während seiner Rehabilitation 1976 erste Versuche mit Tennis im Rollstuhl unternahm. Nach der Gründung verschiedener Verbände ist die Sportart seit 1992 paralympisch und seit 1998 offizieller Teil der International Tennis Federation. 2009 wurde der Deutsche Rollstuhltennis-Verband aufgelöst und als eigenständiges Referat in den Deutschen Tennis Bund integriert, der sich die administrative und finanzielle Zuständigkeit mit dem Deutschen Behindertensportverband teilt. Es gibt einen DTB-Bundestrainer für Rollstuhltennis und einen nationalen Kader.

Die Disziplin lässt sich auf jeder Ebene des Tennissports ausüben: als Anfänger im Kinder- und Jugendbereich, durch alle Stufen des Play-&Stay-Konzeptes, als Breitensportler, Senior oder als Profisportler. Neben einigen Turnieren für Breitensportler existieren ebenso Future-Serien und auch bei allen Grand Slams gibt es Wheelchair Tennis-Konkurrenzen. Die Preisgelder unterscheiden sich jedoch erheblich von denen der ‚Fußgänger‘. Im Gegensatz zu einigen anderen Ländern ist es aufgrund fehlender Fördermittel in Deutschland nicht möglich, vom Rollstuhltennis-Profisport zu leben, selbst als erfolgreicher Top 10-Spieler in der Weltrangliste.

Regeln und Material

Im Rollstuhltennis gelten die offiziellen Regularien der ITF. Die einzige Modifikation ist, dass der Ball zwei Mal aufspringen darf, wobei der erste Bodenkontakt im regulären Feld stattfinden muss. Der Rollstuhl als Sportgerät wird als dem Körper zugehörig betrachtet, aus ihm darf nicht aufgestanden werden und die Füße dürfen nicht den Boden berühren.

Besonders wichtig für die sichere und freudvolle Partizipation am Tennisspielen ist das Vorhandensein eines passenden Sportrollstuhls. Im Gegensatz zum sogenannten ‚Alltags-Rollstuhl‘ ermöglicht dieser eine deutlich dynamischere Mobilität, etwa durch sein reduziertes Gewicht oder die Rennradreifen mit ‚negativem Sturz‘, also weniger Auflagefläche und deutlich höherer Wendigkeit. Außerdem wird ein Umfallen nach hinten, bei-

spielsweise beim Zurücklehnen in der Bogenspannung des Aufschlags, durch ein hinten unten angebrachtes zusätzliches Rad ausgeschlossen.

Bei noch schulpflichtigen Kindern stellt die Anschaffung eines solchen Sportrollstuhls meist ein weitaus geringeres Problem dar, als bei Erwachsenen, die oft lange um die Bezuschussung durch Krankenkassen kämpfen müssen. Der Deutsche Rollstuhl-Sportverband weist hier erfahrungsgemäß Expertise auf.

Entgegen gängiger Vorurteile kann Rollstuhltennis auf jedem Belag gespielt werden und ein gut gepflegter Sandplatz trägt keine Schäden davon.

Zielgruppe

Offiziell darf an Rollstuhltennis-Wettkämpfen teilnehmen, wer eine attestierte Gehbehinderung hat, sich aufgrund einer Beeinträchtigung nur mittels Rollstuhl fortbewegen kann oder in besonderen Fällen einen irreparablen Schaden an Hüft-, Knie- oder Fußgelenken vorweist. In Breitensportlichen oder Trainings-Kontexten kann diese Regelung jedoch aufgelockert werden.

Häufig auftretende Beeinträchtigungen von Rollstuhltennisspielern sind neben Amputationen beispielsweise Querschnittlähmungen oder



eine ‚Spina Bifida‘, eine embryonale Fehlbildung in der Anlage des zentralen Nervensystems. Kontakt zur Klientel lässt sich über Förder- oder inklusive Schulen und Kindergärten, Rehakliniken und Orthopäden oder bereits bestehende Rollstuhlsportgruppen knüpfen.

Im Gegensatz zu vielen anderen Behindertensportarten, starten alle Athleten unabhängig von ihrer Beeinträchtigung in derselben Klasse, also Junioren, Damen oder Herren. Nur für Sportler mit einer Einschränkung von drei oder mehr Extremitäten gibt es eine gesonderte Startklasse, die ‚Quads‘.

Trainingspraxis

Das Modell aus Abbildung 1 zeigt eine vereinfachte, nicht hierarchisierte Übersicht leistungsbestimmender Fak-



Abbildung 1 Übersicht der leistungsbestimmenden Faktoren im Tennis und Rollstuhltennis

toren im Tennis bzw. Rollstuhltennis. Schnell fällt auf, dass wohl mehr Gemeinsamkeiten als Unterschiede vorhanden sind. Somit kann definitiv die Basisregel gelten, wer ein Fachmann für Tennis, ein guter Tennistrainer ist, wird auch ein guter Rollstuhltennistrainer sein. Die folgende Ausführung nimmt daher weniger die Gemeinsamkeiten, sondern mehr die wichtigsten Unterschiede in den Blick. Denn einige besondere Denkansätze sollten in

der Trainings- und Wettkampfplanung Berücksichtigung finden:

Jede Aktivität, die im regulären Tennis zu Fuß geschieht, wird im Rollstuhltennis aus dem Sportrollstuhl ausgeführt, alles Stehende und Laufende dementsprechend sitzend und fahrend. So wie also für einen erfolgreichen Tennisspieler neben allen sonstigen motorischen Herausforderungen des Sports beispielsweise eine effiziente Beinarbeit essentiell ist, bilden im Rollstuhltennis gezielte Fahrübungen und Koordinationseinheiten einen unerlässlichen Trainingsgegenstand.

Hält man sich den Ebenenwechsel vom Stehen zum Sitzen vor Augen und geht davon aus, dass die Flugkurven der Bälle, etwa eines Topspins, dabei nahezu identisch bleiben, wird unweigerlich eine Anpassung der Griffhaltung notwendig. Denn der als optimal definierte Treffpunkt, die Hüfthöhe eines stehenden Tennisspielers, ist meist die Schulterhöhe des Rollstuhltennis-Spielers. Die Griffhaltung muss sich also unweigerlich deutlich vom Eastern- in Richtung Westerngriff ver-

schieben. An dieser Stelle ist innerhalb der letzten Jahre ein spannendes technisches Phänomen in der Rollstuhltennis-Spitze aufgetreten: Durch die erheblich zunehmende Spielgeschwindigkeit, wird, um Zeit zu sparen, dieser Semi-Westerngriff für das Spielen einer Rückhand nicht mehr gewechselt. Das Handgelenk proniert also dergestalt, dass bei der Rückhand der Handrücken Richtung Körper zeigt, Vor- und Rückhand also mit derselben Schlagfläche getroffen werden (das kann selbstverständlich nicht für einen Rückhand-Slice gelten).

Im Bereich der Taktik lassen sich viele Parallelen zum Tennis der Fußgänger ziehen, taktische Grundprinzipien, wie eigene Fehler vermeiden und den Gegner zu Fehlern zwingen, behalten ihre seit Anbeginn bestechende Gültigkeit. Interessant ist für den Rollstuhltennisspieler allerdings das Abwägen zwischen einem ein- oder zweimaligen Aufspringen des Balles, wobei Studien unlängst gezeigt haben, dass im dynamischen Spiel der Weltspitze das zweimalige Aufspringen fast nur noch in Notsituationen angewandt wird (Anneken, 1998), was natürlich keineswegs bedeuten darf, in breitensportlichen (Trainings-)Bereichen darauf zu verzichten.

Große Beachtung sollten mögliche Besonderheiten innerhalb der äußeren und inneren Faktoren einnehmen, denn die individuellen anatomisch-biologischen Voraussetzungen, die der



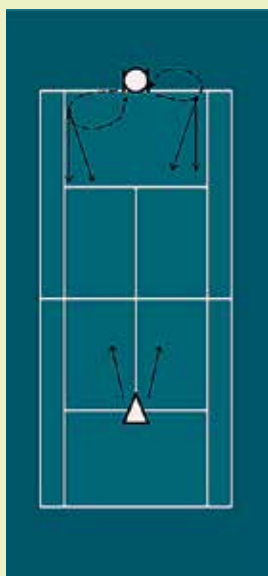
Bounce Drill

Trainingsziel:

- Reaktionsfähigkeit
- Beschleunigung
- Wendigkeit

Durchführung:

- Sportler startet mittig hinter der Grundlinie
- Trainer bringt Ball ins Spiel und ruft, wie oft dieser aufspringen darf, bevor der Spieler in berühren/fangen/schlagen muss
- Viermal wiederholen, Sportler rotiert mit dem Schlag immer zurück zur Ausgangsposition, kommt nie gänzlich zum Stehen.



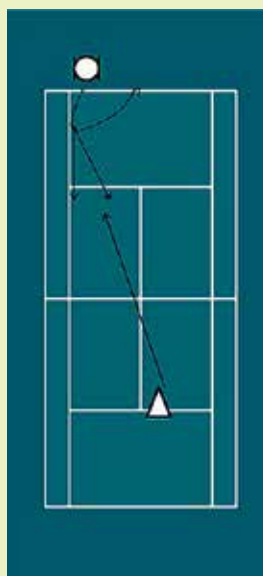
Return Drill

Trainingsziel:

- Antizipation und Fahr-Timing
- Return

Durchführung:

- Trainer bringt mit einem Aufschlag den Ball ins Spiel
- Sportler startet ca. einen Meter hinter der Grundlinie. Schon bei Anwurf des Balles durch den Trainer macht er die ersten Schübe ins Feld und orientiert sich zu Vor- bzw. Rückhand
- Mit dem Schlag rotiert er Richtung Grundlinienmitte
- Optional Anschlussball oder Ballwechsel.



Spieler durch seine Form der Behinderung mitbringt, können Anlass für besondere technische Anpassungen sein. So ist jemand mit amputiertem Bein beispielsweise deutlich beweglicher, als jemand mit einer Lähmung ab einem hohen Wirbel, was Auswirkungen auf Rotationsvermögen und generelle Stabilität haben kann. Hier gilt es immer, nah am Athleten zu arbeiten und gemeinsam Grenzen, Möglichkeiten und Wege auszuloten. Ebenso kann als bedeutsamer innerer Faktor die Auseinandersetzung und Bewältigung der eigenen Behinderung seitens des Sportlers eine große Rolle einnehmen.

Als Unterschiede innerhalb der äußeren Faktoren lassen sich zwei wichtige Punkte festhalten: zum einen die Möglichkeit, (annähernd barrierefrei) Plätze und Sanitäranlagen zu nutzen und zum anderen das Vorhandensein eines Sportrollstuhls.

Trainingsimpuls Mobilität

Dynamisches Fahren, rasante Beschleunigung, Rotation und Richtungswechsel sind wesentlich für Rollstuhltennis. Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und die koordinativen Fähigkeiten müssen ihren festen Platz in jedem Training einnehmen. Was dem Fußgänger beispielsweise sein Lauf-ABC, Slalom- oder Linienlauf ist, kann kreativ auf das Fahren im Sportrollstuhl adaptiert werden. So finden sich durch mutiges Ausprobieren für so gut wie jede Übungsform zu allgemeinen oder sportartspezifischen Kompetenzen zielführende Entsprechungen für den Rollstuhlsport. Ein sich bereits bewegendes Objekt benötigt weniger Energie zur Geschwindigkeitsaufnahme, als ein stillstehendes. Daher ist es unerlässlich, dass der Sportrollstuhl während der gesamten Rallye in permanenter Bewegung bleibt (Bullock, 2014).

Eine komplexe Besonderheit bildet allerdings das Fahren mit dem Tennisschläger in der Hand, denn dieser liegt niemals auf dem Schoß oder wird in vergleichbarer Weise irgendwie für das Manövrieren aus der Hand genommen. Generell bestehen zwei Varianten: Entweder wird der Schlägergriff ‚vorne‘ in die Finger gelegt, sodass der Handballen frei bleibt und zum Anschieben auf dem Greifriemen des Rades Platz finden kann oder aber der Schlägergriff selbst wird direkt an den Greifriemen gedrückt, der dann zusätzlich noch mit den Fingerspitzen umfasst werden



kann. So kann durch lange, kontrollierte Schübe Fahrt aufgenommen werden.

Trainingsimpuls Technik

Die gängigen Grundprinzipien aus dem regulären Tennis, etwa die Bewegungsrichtung in der Hauptaktion der Schläge, bleiben im Rollstuhltennis bestehen. Andererseits müssen einige biomechanische Prinzipien, zum Beispiel das der Erhaltung und Koordination von Teilimpulsen, gedanklich angepasst werden. Denn die Arbeit der unteren Extremitäten, möglicherweise auch der Hüftbeuger und unteren Bauch- und Rückenmuskulatur, mit ihrer unerlässlichen Rotation, müssen durch das Eindrehen des Sportrollstuhls simuliert werden.

Doch schon wie zuvor im Bereich Mobilitätstraining gilt, dass sich so gut wie jede Übung und Idee vom ‚guten

Tennis‘ für den Rollstuhlsportler nutzbar machen lässt.

Genau wie im Tennis der Fußgänger kommt dem Training von Aufschlag+Return+Folgeschlag eine besondere Bedeutung zu.

Inklusionspotenzial

Der Inklusionsgedanke darf nicht missverstanden werden, als die strikte Handlungsmaxime, dass jedes Sportangebot zwingend gemeinsam von einer heterogenen Gruppe, etwa Menschen mit und ohne Behinderung, wahrgenommen werden muss. Inklusion soll Teilhabe ermöglichen und wertvolle Begegnungen schaffen und das ist zum Beispiel der Fall, wenn im regulären Trainingsangebot eines Tennisvereins auch Einheiten für Rollstuhlfahrer oder Menschen

mit anderen Behinderungen angeboten werden und sich diese als wertgeschätzte und gleichberechtigte Clubmitglieder auf der Anlage bewegen können und an Vereinsevents und dergleichen teilnehmen.

Ganz besondere Begegnungen können aber gemeinsame Camps oder Wettkämpfe bilden, etwa das Spielen in einem Tandem-Doppel nach dem RuF-Modell, das unter einem gemeinsamen Regelwerk einen Rollstuhlfahrer und einen Fußgänger auf dem Tennisplatz vereint und beide gleichermaßen sportlich herausfordert (Höfken, 2015). In Wettkampf und Training nicht aufwendig methodisch oder regeltechnisch umdenken zu müssen, ist sicherlich einer der großen Vorteile bei der Partizipation von Rollstuhltennisspielern im regulären Betrieb. Dass der Ball beim Spieler auf Rädern zweimalig aufspringen darf, ist die einzige Modifikation, die mitgedacht werden muss, und schon steht einem gemeinsamen Ballwechsel nichts mehr im Wege.

Noch einen weiteren Pluspunkt bringt die Disziplin mit sich: Die Faszination am außergewöhnlichen Sportgerät des Sportrollstuhls. Gerade Kinder scheuen sich oft nicht nachzufragen, ob sie selbst einmal mit dem Rollstuhl fahren dürfen und auch für Erwachsene jeder Leistungsstufe birgt die Auseinandersetzung mit ihrer Sportart aus dem Sportrollstuhl heraus spannende neue Bewegungsimpulse. So werden spielerisch mentale Barrieren und mögliche Berührungsängste abgebaut. Es entsteht durch das Potenzial des Sports als Plattform und durch ein respektvolles und interes-



siertes Miteinander das Bewusstsein für ein inklusives Leben im Alltag. Diese Zukunftsentwicklung können die Akteure des Tennissports in Deutsch-

land vom Platz, über das Vereinsleben, bis in die Gesellschaft vorantreiben und Inklusion so für alle zum Gewinn machen.

Autoren und Kontakt

Niklas Höfken leitet das ‚Tennis für Alle‘-Projekt der Gold-Kraemer-Stiftung und ist Lehrbeauftragter für das Fach Tennis an der Deutschen Sporthochschule Köln. Er referiert regelmäßig zum Thema ‚Inklusion und Heterogenität in Tennistraining und -Verein‘ u.a. im Tennisverband Mittelrhein und berät den Deutschen Tennis Bund.

niklas.hoefken@gold-kraemer-stiftung.de

Dr. Volker Anneken leitet das Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und Sport, ein An-Institut der Deutschen Sporthochschule Köln, und ist Fachgeschäftsführer der Gold-Kraemer-Stiftung.

Literatur:

Anneken, Volker, Taktik und Spielstruktur im Rollstuhltennis, S. 8-10 – In: TennisSport, 8(6), Sindelfingen: Sportverlag, 1998.

Bullock, Mark, ITF Wheelchair Tennis Coaching Manual, Zugriff unter <http://www.itftennis.com/wheelchair/development/coaching> (geprüft März 2016).

Höfken, N., Inklusion im Tennis umsetzen, S. 40-43 - In: TennisSport. Fachzeitschrift für Training und Wettkampf, Ausgabe 4/2015, Sindelfingen: Sportverlag Schmidt & Dreisilker, 2015.



Seit einigen Jahren ist das Wort Inklusion ein wichtiges Thema. Hier geht es darum, dass sich die Vielfalt der Gesellschaft in allen Teilbereichen widerspiegelt. Das Einbezogensein von Menschen mit Behinderung ist dabei besonders in den Fokus gerückt. Als drittgrößter Sportverband Deutschlands kann der Deutsche Tennis Bund gemeinsam mit den zahlreichen Akteuren der deutschen Tennislandschaft eine wichtige Rolle in diesem Prozess einnehmen. Mit der Artikelreihe ‚Trainingspraxis Inklusion‘ nähert sich die TennisSport in allen vier Ausgaben des Jahres 2017 diesem Thema und gibt jeweils zu einem besonderen Schwerpunkt einen kompakten Überblick sowie Impulse für die Trainings- und Vereinsarbeit: Rollstuhltennis, Blindentennis, Tennis von Menschen mit geistiger Behinderung und Gehörlosentennis.

Schwerpunkt II: Blindentennis

Akkustik entscheidend

Auch Blinde und Sehbehinderte können Tennis spielen. Ein rasselnder Ball hilft ihnen bei der Orientierung. Unerlässlich ist zudem ein vorgegebener Startdialog vor jedem Ballwechsel.



Geschichte

Ende der 1980er Jahre begann der blinde japanische Student Myoshi Takei mit Überlegungen zu einer Tennis-Modifikation für Blinde und Menschen mit Seheinschränkung. Schon 1990 organisierte er das erste Blindentennis-Turnier in Japan und arbeitete fortan mit einem Team von Sportlern und Trainern an der Weiterentwicklung und Verbreitung dieser Sportart. Seit 2005 wird Blindentennis auch außerhalb Japans gespielt, 2014 wurde die ‚International Blind Tennis Association‘ gegründet und im Frühjahr 2017 fand das erste internationale Blindentennisturnier in Spanien statt, an dem Spieler aus 14 Ländern antraten, unter anderem auch mit erfolgreicher Beteiligung aus Deutschland. Hierzulande wurde die Sportart erst im Mai 2016 beim ersten Deutschen Blindentennis-Workshop, initiiert durch das ‚Tennis für Alle‘-Projekt der Gold-Kraemer-Stiftung und unterstützt vom ‚Deutschen Blinden und Sehbehinderten-Verband‘, eingeführt.

In europäischen Ländern wie England, in denen Blindentennis schon seit etwa sechs Jahren gespielt wird, hat sich mittlerweile eine nationale Turnierserie etabliert. Und die Sportart ist als Behindertensport genau wie Rollstuhl- oder Gehörlosentennis offiziell in die ‚British Lawn Tennis Association‘ integriert.

Regeln und Material

Seit der Erfindung des Blindentennis haben sich die Regeln und das Material ständig weiterentwickelt. Da die Sportart speziell auf internationaler Ebene noch relativ jung ist, ist dieser Prozess mit Sicherheit auch noch nicht abgeschlossen. Gerade der Ball birgt viel Potenzial für Innovationen. Aktuell wird mit einem Schaumstoffball gespielt, in dem sich ein mit Metallstiften gefüllter Plastik-Golfball befindet. Das erlaubt, ihn beim Aufspringen und Schlagen mittels Gehör zu orten, mindert mögliche Verletzungsrisiken und macht das Spiel etwas langsamer (siehe Abbildung 1). Als weiteres Mittel zur Orientierung werden die Feldlinien sowie die Grundlinienmitte taktil erfahrbar gemacht, zum Beispiel durch eine mit Tape überklebte Schnur. Somit und durch gezieltes Orientierungstraining können sich die Spieler eine



Abbildung 1: Entwicklung des Blindentennisballs. Mittig sieht man einen ersten Prototypen aus Plastik mit zu wenig Sprungkraft sowie links daneben den aktuellen Schaumstoffball, gefüllt mit einem rasselnden Golfball

genaue Repräsentation ihrer Umgebung und des Tennisplatzes aufbauen.

In so gut wie allen Blindensportarten werden die Athleten in von der ‚International Blind Sports Federation‘ und dem ‚International Paralympic Committee‘ festgelegte Klassifikationen eingeteilt. Es gelten auch im Blindentennis die drei Konkurrenzen B1 für Vollblinde sowie B2 und B3 für Teilnehmer mit Sehrestfähigkeit. Vollblinde Spieler treten im Kleinfeld an, identisch mit einem Play&Stay Red Court inklusive niedrigerem Netz, wobei der Ball jeweils drei Mal aufspringen darf (erstes Aufspringen immer innerhalb des Feldes). Um sicherzustellen, dass in dieser Konkurrenz auch alle unter gleichen Voraussetzungen antreten, tragen die Spieler eine Dunkelmaske. In den Kategorien B2 und B3 – wird im Midcourt, Play&Stay-Stufe orange, gespielt. Hier darf der Ball ebenfalls drei Mal, beziehungsweise bei den B3-Spielern, also denjenigen, mit vergleichsweise viel Sehrest, zwei Mal auftrumpfen.

Unerlässlich ist der Startdialog, der vor jedem Ballwechsel von den Spielern gesprochen wird:
Aufschläger: „Ready?“ – Returnspieler: „Yes“ – Aufschläger: „Play“
. Somit erhält beispielsweise ein B1-Spieler insgesamt vier akustische Rückmeldungen, bevor er seinen Schlag macht (siehe Abbildungen 2 und 3):

a) Als erstes den Schlag des Gegners (aus welcher Entfernung schlägt er, steht er links oder rechts vom Spieler, schwingt er schnell oder langsam?)

b) Das erste Auftrumpfen des Balles im eigenen Feld (wurde cross oder longline geschlagen?)

c) und d) Das zweite und dritte Auftrumpfen des Balles (kommt der Ball lang oder kurz, welche Geschwindigkeit hat er?)

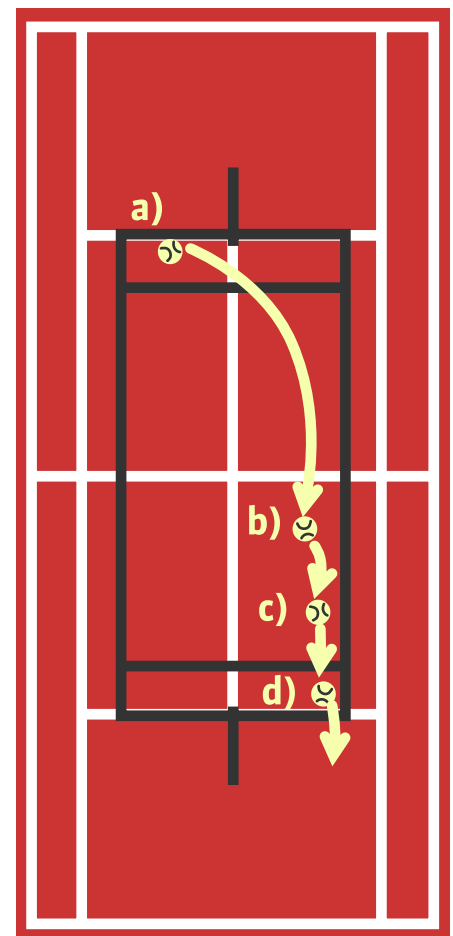


Abbildung 2: Vier akustische Signale, mittels derer sich ein Blindentennisspieler zum Schlag orientiert

Zielgruppe

Im Jahr 2002 lebten nach Schätzungen der World Health Organisation (WHO) 164.000 Menschen mit einer Sehschärfe von fünf Prozent oder weniger und 1.066.000 weitere sehbeeinträchtigte Menschen in Deutschland. Als Sehbehindert gilt, wer auf dem besser sehenden Auge und bei bestmöglicher Korrektur, zum Beispiel durch eine Brille, weniger als 30 Prozent Sehkraft hat.

Voraussetzung für das Antreten bei einem offiziellen Blindentennis-Turnier ist die von einem zertifizierten Klassifizierer durchgeführte medizinische Einteilung in eine der drei Startklassen B1 bis B3. Ungeachtet dieser normierten Wettkampf-Kategorien ist die Teilhabe an der Sportart, im Bereich des Trainings allemal, für die große Zielgruppe der Menschen mit Einschränkung der Sehfähigkeit oder Blindheit interessant. Zu beachten ist dabei, dass nicht jeder, der als ‚blind‘ bezeichnet oder diagnostiziert wird, auch gänzlich blind ist. Durch vielfältigste medizinische Ausgangslagen entsteht hier eine besonders heterogene Klientel. Auch deshalb ist die International Blind Tennis Associ-

ation bemüht, eine B4 und B5 Konkurrenz einzurichten, um auch Sportlern die Partizipation am Blindentennis zu ermöglichen, die für die üblichen Startklassen über ‚noch zu viel‘ Sehrest verfügen. Gemessen wird die funktionale Visus-Fähigkeit in der Einheit LogMAR.

Trainingspraxis

Nimmt man das Modell des ‚Koordinations-Anforderungs-Regler‘ von August Neumaier (2016), welches die Leistungsanforderungen motorischer Aufgabenstellungen einordnet, zur Grundlage, wird jedem Spieler und Trainer schnell bewusst werden, dass im Tennis ein Großteil der Informationsaufnahme durch den optischen Sinn geregelt wird – und genau der Wegfall dieses so essentiellen Faktors für den Tennissport macht ein Blindentennis-Training aus sportlicher und methodischer Sicht in besonderem Maße spannend. Abbildung 3 zeigt, inwiefern sich die Informationsanforderungen vom regulären Tennis zum Blindentennis drastisch verändern.

In der Vermittlung spielen die kinästhetischen Sinneswahrnehmungen der

Sportler in Verbindung mit exakten verbalen Bewegungsbeschreibungen und taktilen Anweisungen durch den Trainer eine besondere Rolle. Durch so viele unterschiedliche, zweckmäßige Reize wie möglich, ganz im Sinne einer guten Ball- und Bewegungsschule, mit vielfältiger Variation und Kombination unterschiedlicher Bälle (von denen nicht immer alle klingeln müssen), Schläger und weiterer Trainingsgeräte und Übungen, kann eine komplexe koordinative Handlungskompetenz erworben werden, die dem außergewöhnlichen Anforderungsprofil des Blindentennis entspricht.

Ein Training sollte allerdings immer das Ziel haben, durch Sport nicht nur motorische Fertigkeiten zu verbessern, sondern eine ausgewogene Gesundheits- und sozialbezogene Lebenszufriedenheit herzustellen. Den Blindensportlern gilt es zu zeigen, dass sie sich gefahrlos auf dem Tennisplatz bewegen können, sodass Orientierung, Rennen, Schwingen und Schlagen zu einem freudvollen Erlebnis werden. Zu beachten ist, dass das Sehorgan auch erheblich an der Gleichgewichtskontrolle

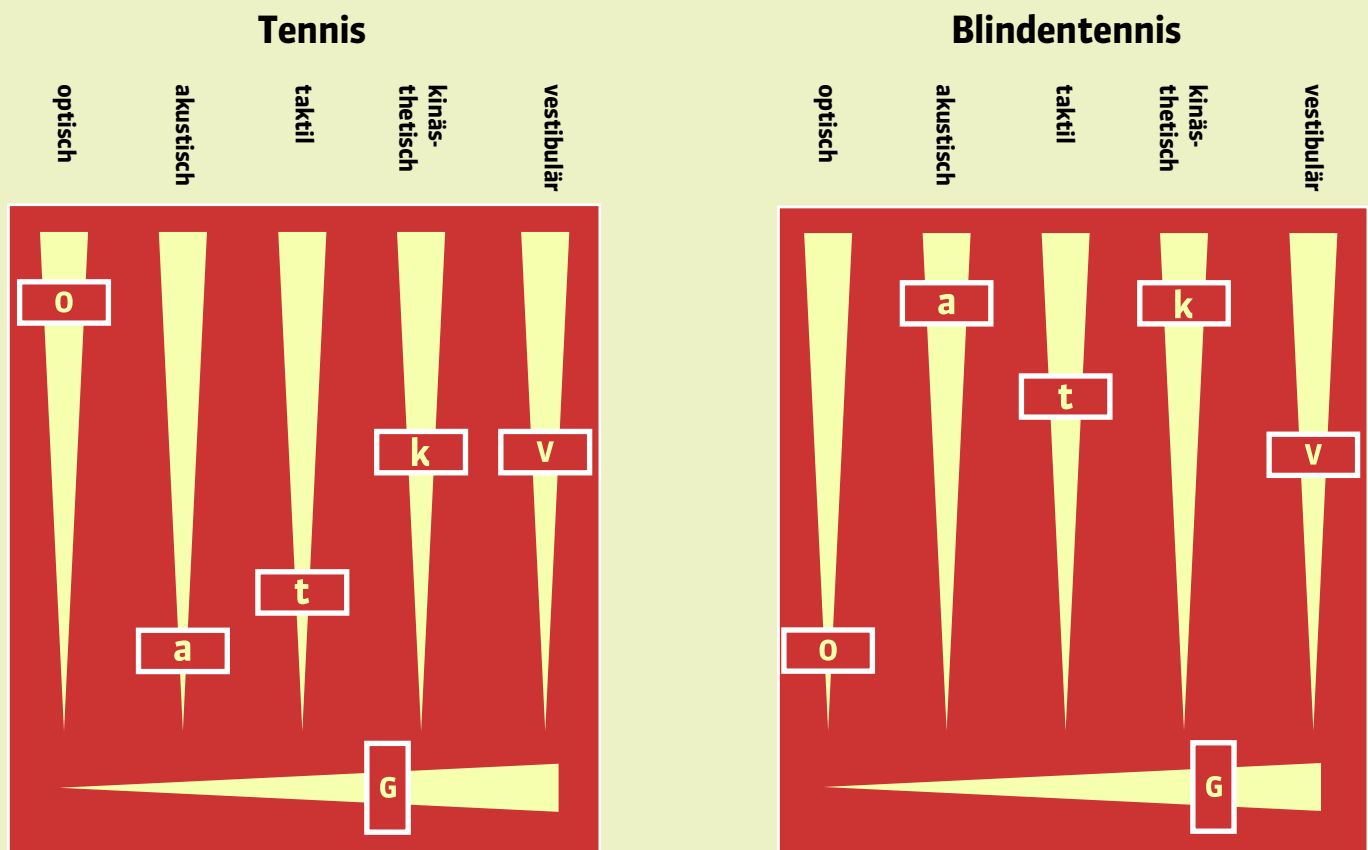


Abbildung 3: Gegenüberstellung der Informationsanforderungen von regulärem Tennis und Blindentennis (modifiziert nach Neumaier, 2016)



beteiligt ist und „regelmäßige Sportaktivität für sehgeschädigte Schülerinnen und Schüler eine Möglichkeit (ist) [...], schwache Fertigkeiten [...] zu fördern“ (Schliermann, R. et. al., 2014), die sie in ihren Alltag transferieren können.

Folgende gleichwertige Basisfertigkeiten gilt es durch permanentes Training mit Blindentennisspielern zu schulen:

- **Orientierung im Raum:** Der Spieler muss die Fähigkeit trainieren, mittels akustischer Orientierung durch das Rasseln des Balles und mittels taktiler Orientierung an den Linien zunehmend dynamisch zwischen Netz, Außen- und Grundlinie zu agieren.

- **Antizipation und Imagination:** Der Spieler muss die Fähigkeit entwickeln, seine eigene Position und die seines Gegners auf dem Platz wahrzunehmen sowie Flugkurve und Absprungsverhalten des Balles einzuschätzen. Dies geschieht über die innere Visualisierung des Umfeldes, seiner Determinanten und Variablen. ‚Tennis hören lernen‘ ist für die blinden und sehbehinderten Sportler die oberste Maxime. Ein durch gutes Training geschulter Spieler hört, ob sein Gegner den Ball langsam oder schnell, mit Topspin oder Slice schlägt.

- **Technik, Koordination und Kondition:** Neben der Schulung taktiler und akustischer Fähigkeiten, ist es unerlässlich, die Technik aller Tennisschläge mit ihren Variationen und Drallarten zu trainieren. Dazu kommen motorische Fähigkeiten wie Timing und Beinarbeit sowie psychische und physische Ausdauer.

- **Regelwerk und Taktik:** Tennis zu spielen funktioniert nur, wenn man sich erfolgreich innerhalb des Regelwerks mit vielerlei taktischen Möglichkeiten bewegt. Im Tennis der Vollblinden sind Aufschlag und Return in besonderem Maße spielentscheidend.

Für jede Übungs- und Organisationsform im Training mit blinden und partiell sehenden Sportlern gelten wichtige Grundregeln:

- **Sicherheit:** Nur ein gemeinsam erarbeitetes, sicheres Umfeld kann dazu beitragen, dass sich Blindensportler von möglicherweise etablierten langsamen, zurückhaltenden, passiven und bewegungsarmen Aktivitäten lösen. Dies kann einen längeren Zeitraum benötigen. Eine ritualisierte Organisation der Materialien und Teilnehmer auf dem Platz, etwa mittels sich wiederholender Laufwege oder Stationen, unterstützt Trainer und Spieler bei der Arbeit.

Viele Blindensportler sind durch entsprechende Ausbildung und Mobilitätstrainings gut geschult, haben ein starkes Orientierungsgedächtnis und bewegen sich mit Stock oder Führhund sehr eigenständig. Immer wieder die wichtigsten Wege, auch neben dem Court, abzugehen und diese vor allem nicht häufig zu ändern, etwa den Trainingsplatz, führt schnell zur Selbstständigkeit der Teilnehmer.

- **Lautstärke:** Sich akustisch zu orientieren, verlangt den Spielern eine permanent hohe Konzentrationsfähigkeit ab. Das muss in der Trainingsplanung durch ausreichend Pausen berücksichtigt werden. Ein relativ geräuscharmes Umfeld kann ebenfalls zu einem ent-

spannten und erfolgreichen Training beitragen.

- **Empathie:** Der Schlüssel dazu, gute Übungs- und Organisationsformen anbieten zu können, liegt in der Fertigkeit und Motivation, sich psychisch und physisch in die Spielerklientel hineinzuversetzen. Wie im regulären Tennis auch, lässt sich für jeden Sportler der passende Weg zum Erfolg finden.

- **Feedback durch den richtigen Vermittlungskanal:** Die Ursache für Probleme bei der korrekten Übungs- oder Bewegungsausführung zu erkennen, zeichnet einen guten Trainer aus. Reduziertes, individuell angepasstes, zielführendes Feedback kann durch die Ebene der Akustik, Kinästhetik oder Haptik rückgemeldet werden. Dabei kann jedem Spieler die Verbindung unterschiedlicher Rückmeldestrategien und Vermittlungskanäle am hilfreichsten sein. Ungenaue Aussagen wie „fast getroffen“ oder „nur noch ein bisschen“ sind Blindensportlern nicht hilfreich. Nachvollziehbare Aussagen wie „mittig unten im Netz gelandet“ oder „ca. 20 cm zwischen Schläger und Ball“ sind zielführender.

Trainingsimpuls Mobilität

Eine schnelle Reaktion auf die durch den rasselnden Ball rezipierten Signale in der Ausführung genauester Beinarbeit und der Differenzierung der Körper-Schläger-Ball-Relation erfordern ein zielgerichtetes Mobilitätstraining. Dies könnte mit Anfängern wie in der folgenden Übungsreihe durchgeführt werden:

Orientation & Mobility Drill

Trainingsziel:

- Die Dimensionen des Platzes erfahren
- tennisspezifische Beinarbeit
- Später: Reaktion und Gleichgewicht

Durchführung:

- Bewegen auf den Linien, Fühlen mit Hand, Fuß (barfuß, durch den Schuh), Schläger
- Bewegen von Außenlinie zu Außenlinie, Grundlinie zu Netz.

Mit Handführung durch den Trainer, später selbstständig

- Schritte zählen und Intensität steigern von langsam Tasten → Gehen → Laufen → Rennen (vorwärts, rückwärts, Sidestep, mit Überstellschritt, Richtungswechsel usw.)
- Mit Schlagsimulation oder Schlagdurchführung auf Kommandos oder an bestimmten Positionen
- Unter Einbezug des Gleichgewichts, zum Beispiel einbeinig, auf Matten oder Seilen stehend

Trainingsimpuls Technik

Die gängigen Grundprinzipien aus dem regulären Tennis, etwa die Bewegungsrichtung in der Hauptaktion der Schläge, bleiben im Blindentennis bestehen. Wie auch schon zuvor im Bereich Mobilitätstraining gilt, dass sich so gut wie jede Übung und Idee vom ‚guten Tennis‘ nutzbar machen und gewinnbringend modifizieren lässt.

Groundstroke Drill

Trainingsziel:

- Antizipation und Rhythmisierung
- Basistechnik Grundschläge

Durchführung:

- Vom ‚stehenden‘ (zum Beispiel in einer Strumpfhose oder engem Netz hängenden Ball, damit er nach dem Schlag nicht wegerollt), zum rollenden/leicht hüpfenden, zum springenden/fliegenden Ball
- Den Ball (oder einen größeren, zum Beispiel einen Low-T-Ball) mit Vorhand und Rückhand über den Boden schwingen, mit einem Trainer oder gegen eine Wand, Distanz geduldig erweitern, später übers Netz schlagen

- Klang und Absprungsverhalten des Balles einschätzen beim Rollen, einmaligen, zweimaligen, dreimaligen Auftrumpfen, beim Fliegen und Schlag auf der anderen Platzhälfte

- Ball selbst anwerfen oder vom Trainer angeworfen bekommen, exakt nach einmaligem, zweimaligem, dreimaligem Auftrumpfen fangen/schlagen. Zunächst mit und später ohne Ankündigung des Trainers, ob der Ball auf die Vorhand- oder Rückhandseite, kurz oder lang kommt usw.

- Den Ball werfen/schlagen/aufschlagen in Richtung eines akustischen Signals

- Beinarbeit integrieren, zum Beispiel nach jedem Ballkontakt zurück zur markierten Grundlinienmitte, in die Bereitschaftsposition.

Inklusionspotenzial

Das Training auf diese Zielgruppe anpassen zu können, gewinnt unter anderem an Reiz durch die Betrachtung der demografischen Entwicklung in Deutschland und den Vereinen des DTB sowie den Fakt, dass die Wahrscheinlichkeit einer Sehbeeinträchtigung mit dem Alter zunimmt (Schliermann, R. et al. 2014).

gung mit dem Alter zunimmt (Schliermann, R. et al. 2014).

Außerdem kann das Training mit regulären Tennisspielern durch eine zielgerichtete Einschränkung der Sehfähigkeit spannende neue koordinative Impulse bieten, ganz nach dem Motto: Denjenigen, die glauben, im Tennis schon alles gesehen zu haben, öffnet Blindentennis neue Sinne.

Die Gelegenheit, gemeinsam als sehender und blinder beziehungsweise partiell sehender Sportler Tennis zu spielen, bietet die Möglichkeit des häufigeren Ballauftrumpfens. So dürfte bei einem Match beispielsweise beim B2 Spieler der Ball im Midcourt bis zu drei Mal aufspringen, beim regulären Spieler im Großfeld nur einmal. Solange mit den rasselnden Blindentennisbällen gespielt wird, ist eine solche Kombination durchaus denkbar, zumindest zu Trainingszwecken oder um gemeinsame Erlebnisse bei Vereinsmeisterschaften und ähnlichen Gelegenheiten zu ermöglichen.

Einheiten und Turniere für Blindensportler innerhalb eines Tennisvereins bilden einen natürlichen Inklusionsmotor, wenn sich diese als wertgeschätzte und gleichberechtigte Clubmitglieder auf der Anlage bewegen, Tennis spielen und hören sowie an Vereinsevents und dergleichen Aktionen teilnehmen.

Durch das große Potenzial des Sports als Plattform und durch ein respektvolles und interessiertes Miteinander entsteht das Bewusstsein für ein inklusives Leben im Alltag. Diese Zukunftsentwicklung können die Akteure des Tennissports in Deutschland vom Platz, über das Vereinsleben, bis in die Gesellschaft vorantreiben und Inklusion so für alle zum Gewinn machen.



Zu den Autoren:

Niklas Höfken leitet das ‚Tennis für Alle‘-Projekt der Gold-Kraemer-Stiftung und ist Lehrbeauftragter für das Fach Tennis an der Deutschen Sporthochschule Köln. Er referiert regelmäßig zum Thema ‚Inklusion und Heterogenität in Tennistraining und -Verein‘ unter anderem im Tennisverband Mittelrhein und berät den Deutschen Tennis Bund (DTB).

niklas.hoefken@gold-kraemer-stiftung.de

Dr. Volker Anneken leitet das Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und Sport, ein An-Institut der Deutschen Sporthochschule Köln, und ist Fachgeschäftsführer der Gold-Kraemer-Stiftung.

Literatur:

Neumaier, A. (2016), Koordinatives Anforderungsprofil und Koordinationstraining. 5. Auflage. Köln: Strauß Verlag.

Schliermann, R. & Anneken, V. & Abel, T. & Bungter, T. & Froböse, I. (2014), Sport von Menschen mit Behinderungen. Grundlagen, Zielgruppen, Anwendungsfelder. München: Elsevier



Seit einigen Jahren ist das Wort Inklusion ein wichtiges Thema. Hier geht es darum, dass sich die Vielfalt der Gesellschaft in allen Teilbereichen widerspiegelt. Das Einbezogensein von Menschen mit Behinderung ist dabei besonders in den Fokus gerückt. In Kooperation mit der Initiative ‚Tennis für Alle‘ der Gold-Kraemer-Stiftung und weiteren Akteuren der Tennislandschaft kann der Deutsche Tennis Bund (DTB) als drittgrößter Sportverband Deutschlands eine wichtige Rolle im Inklusionsprozess einnehmen. Mit der Artikelreihe ‚Trainingspraxis Inklusion‘ nähert sich die TennisSport in allen vier Ausgaben des Jahres 2017 diesem Thema und gibt jeweils zu einem besonderen Schwerpunkt einen kompakten Überblick sowie Impulse für die Trainings- und Vereinsarbeit: Rollstuhltennis, Blindentennis, Tennis von Menschen mit geistiger Behinderung und Gehörlosentennis.

Schwerpunkt III:

Tennis von Menschen mit geistiger Behinderung

Spielend lernen



Wer Menschen mit geistiger Behinderung die Sportart Tennis vermitteln will, sollte weniger auf technikorientierte Methoden, sondern auf ein spielgemäßes Konzept setzen, bei dem Spaß, reichhaltige Erlebnisse sowie Bewegungserfahrung im Mittelpunkt stehen.

Geschichte

Im Gegensatz zu klarer eingegrenzten Teildisziplinen wie Rollstuhltennis oder Blindentennis ist die (Entstehungs-)Geschichte des Tennisspielens von und mit Menschen mit geistiger Behinderung nicht so einfach historisch einzuordnen, da hier keine offiziellen Verbandsstrukturen oder ähnliche Organisationsgrade vorliegen. Vielmehr initiierten in der Vergangenheit bis heute immer wieder Privatleute vereinzelt Projekte, meist aus einer eigenen privaten oder beruflichen Nähe zur Klientel heraus.

Dieses Angebotsdefizit ist sicherlich auch darin begründet, dass sich das paralympische Behindertensportsystem, in Deutschland durch den Deutschen Behindertensportverband vertreten, bisher für diese Zielgruppe wenig mit den vorhandenen Vereinsstrukturen im Tennis vernetzt hat und nach wie vor diesbezüglich kaum fachlicher Austausch stattfindet.

Den größten organisierten Anteil am Sport von Menschen mit geistiger Behinderung leistet weltweit die Bewegung ‚Special Olympics‘, die allein in Deutschland rund 40.000 Mitglieder zählt sowie nationale und internationale Meisterschaften ausrichtet. Sie hat den Anspruch, Wettbewerbe für Teilnehmer aller Leistungsstufen anzubieten. Selbst für Tennisbegeisterte, deren Leistungsniveau nicht für die regulären Wettkampfklassen ausreicht, hat sie ein System entwickelt, innerhalb dessen die Teilnehmer in verschiedenen Rubriken Punkte sammeln können, etwa durch die quantitative Erfassung von Ballprellen oder Vor- und Rückhandschlägen auf Zuspiel.

Zielgruppe

In Deutschland werden die Begriffe ‚Lernbehinderung‘ für leichte geistige Beeinträchtigung (IQ-Bereich 50/55-70/75) und ‚geistige Behinderung‘ für Ausprägungen ab einem IQ-Wert von <50/55 verwandt. Die Ausprägung einer geistigen Behinderung ist „in erheblichem Maße von der Sozialisation, der pädagogischen Förderung und der sozialen Eingliederung abhängig“ (Schliermann et al. 2014, S. 133). Unter den in Deutschland diagnostizierten Schülern mit sonderpädagogischem Förderbedarf stellt die Gruppe der als ‚lernbehindert‘ eingestuft mit 80 Prozent den größten Anteil dar. Sie können eine verringerte Fähigkeit haben, neue Informationen schnell zu verarbeiten

und neue Fähigkeiten zu erlernen, können Beeinträchtigungen beim Stimm- und Spracherwerb und Probleme in der sozialen Entwicklung zeigen, können Schwierigkeiten in Wahrnehmung und Motorik haben, Probleme haben, Informationen zu selektieren und sich zu konzentrieren oder über ein vermindertes Bewegungsgedächtnis verfügen, aus dem beeinträchtigte Bewegungsausführungen resultieren können. Allerdings zeigen Studien, „dass eine uneingeschränkte Trainierbarkeit der konditionellen und auch koordinativen Funktionen vorliegt [...], die häufig das Fähigkeitsniveau von Menschen ohne Behinderungen“ (Schliermann et al. 2014, S. 133) erreichen.

Entscheidend sind also auch hier die Rahmenbedingungen, die die Neugier und den Willen auf sportliches Aktivsein auf dem Tennisplatz unter Berücksichtigung der individuellen Fähigkeiten und Bedürfnisse ermöglichen und fördern können. Äußere Voraussetzungen wie der regelmäßige wohnortnahe Zugang zu einer Tennisanlage mit empathischem, motiviertem Trainer sowie soziale Faktoren, beispielsweise ein gutes Klima in Verein und Training und das Gefühl, wertgeschätzter Teil seiner Umgebung zu sein, können dazu beitragen, dass Menschen mit geistiger Behinderung Tennis lernen können und wollen.

Trainingspraxis

Vielfältiges ganzheitliches und handlungsorientiertes Lernen spielt in der Art und Weise der Vermittlung von tennisspezifischen Bewegungsmustern für die Zielgruppe der Sportler mit geistiger Behinderung eine entscheidende Rolle. Konträr zu technikorientierten Methoden sollte ein spielgemäßes Konzept Ausgangs- und Mittelpunkt der Tennisvermittlung sein, wobei Spaß, reichhaltige Erlebnisse und viele unterschiedliche Bewegungserfahrungen ermöglicht werden. Eine konsequente Orientierung aller Übungsformen am Zielspiel Tennis, indem kooperierend, herausfordernd oder gegeneinander mit einem Trainingspartner gespielt wird, gewährleistet die nötige hohe Wiederholungszahl aller neu zu erlernender Bewegungen, wobei stets die Möglichkeit offenbleibt, konzentrierte und zielführende Technikeinheiten einzuflechten. Auch das Genetische Konzept (Loibl 2001), innerhalb dessen die Lernenden herausfordernde Spielsituationen und Aufgaben taktisch und

bewegungsgestalterisch lösen, eignet sich hervorragend für die notwendige ganzheitliche Vermittlung. Das von der ITF entwickelte Play+Stay-System trägt den Ansprüchen der modernen Trainingslehre an eine ganzheitliche, spielgemäße Vermittlung ebenfalls Rechnung, sodass es in besonderem Maße auch von großem didaktischen Wert für die Arbeit mit Sportlern mit geistiger Behinderung ist.

Indem Balldruck, Feld- und Schlägergrößen auf die Fähigkeiten und Lernbedürfnisse des Einzelnen ausgerichtet werden (binnendifferenzierte Anpassung), lassen sich Rahmenbedingungen schaffen, um mit den Spielern anhand ihrer Voraussetzungen Tennis zu lernen. Entscheidend ist dabei immer, dass in einer Einheit von Wahrnehmung und Bewegung „Erklärung und Demonstration von Anfang an mit der aktiven Bewegungstätigkeit des Sportlers“ (Schliermann et al. 2014, S. 139) verbunden werden.

Wenn das Tennistraining für Sportler mit geistiger Behinderung geöffnet werden soll, ist es unerlässlich, sich als Trainer darauf einzustellen,

- ein Gespür für das Training mit ihnen zu entwickeln
- den Schülern mehr Zeit zum Üben einzuräumen,
- Unter- und Überforderung zu vermeiden,
- herausfordernde und motivierende Bewegungsszenarien zu kreieren
- die Einheiten fortlaufend klar zu strukturieren.

Neben sportartspezifischen Fortschritten wirkt das Training auch in den Alltag der Teilnehmer hinein, sodass zum Beispiel die Schulung von selbstbezogenen und sozialen Kompetenzen sowie eine angemessene Gesundheitsaufklärung eine wichtige Rolle spielen.

In vielen Bereichen lässt sich der etablierte Trainingsbetrieb durch einfache Modifikationen positiv gestalten:

Kommunikation

Menschen mit geistiger Behinderung und Lernbehinderung sind mitunter leichter abzulenken und können sich oft schwerer über einen längeren Zeitraum konzentrieren. Der Trainer muss seine Anweisungen daher häufiger wiederholen und verdeutlichen, damit sich seine kommunizierte Information im Bewegungsgedächtnis des Sportlers manifestieren kann. Rückmeldungen sollte er zielgerichtet formulieren und niemals

zu viele Hinweise zur Verbesserung der Bewegungs-, Spiel oder Übungsausführung auf einmal geben. Die gesamte Breite an alternierenden Vermittlungsebenen (verbal/akustisch, visuell/optisch, taktil/kinästhetisch) zu nutzen, kann Menschen mit geistiger Behinderung entgegenkommen. Bewegungen sollte der Trainer also nicht nur erklären und beschreiben, sondern auch demonstrieren oder gemeinsam mit seinen Schülern durchführen. Eine geschickte Kombination der einzelnen Ebenen überfordert diese nicht, sondern kann die Prozesse der Bewegungsdurchführung mit der kognitiven Abspeicherung ebener verbinden.

Grundsätzlich sollte sich die Kommunikation und Vermittlung von tennisspezifischen Koordinationsmustern und Bewegungstechniken häufiger der positiven Lerneffekte durch Verknüpfungen von Vermittlungskanälen bedienen. Durch ‚Sonifikation‘ etwa, also akustische Begleitung von Bewegungen, prägen sich diese besser ein: Das gedankliche oder sogar laute Mitsprechen von Onomatopoetika wie ‚hopp‘ und ‚hit‘ bei Boden- beziehungsweise Schlägerkontakt mit dem Ball verbessert nicht nur die Rhythmisierungsfähigkeit, sondern fördert vor allem die konstante Konzentration und das ‚Bei der Sache bleiben‘ während einer Übung.

Die Verwendung von Metaphorik hat im Tennistraining eine lange Tradition. So scheint jeder Trainer irgendwann ‚seine Bilder‘ gefunden zu haben, die aus seiner Erfahrung heraus dem Lernenden dabei helfen sollen, die für ihn fremden, komplexen Bewegungen zu verinnerlichen und umzusetzen (‚Bogenspannung‘ und ähnliches.). Auch hier gilt es, ein Gespür dafür zu entwickeln, welche Verbildlichungen die Schüler mit Lernbeeinträchtigung annehmen und umsetzen und welche sie eher verwirren und überfordern, weil plötzlich die komplexe Entwirrung der Abstraktion und nicht mehr der Schlag im Vordergrund steht. Eine inhaltliche Reduktion sowie die Verwendung einfacher Sprache und gegebenenfalls Veranschaulichungen durch Darstellungen, Markierungshilfen und ähnliches können zielführend sein.

Struktur

Noch mehr als bei regulären Sportlern kann bei Menschen mit geistiger Beeinträchtigung der Trainer zu einer enorm wichtigen Bezugsperson werden. Das Personal sollte daher also nicht allzu häufig wechseln. Auch innerhalb der



Menschen mit geistiger Behinderung haben ihr eigenes Lerntempo.

Trainingseinheit bieten sich vielfache Möglichkeiten, eine vorteilhafte Struktur zu etablieren, die die Atmosphäre auf dem Platz fördert und Prozesse des Fortschritts beschleunigt. Besonders im Bereich der Rituale liegen große Chancen: Eine ritualisierte Begrüßung zu Beginn etwa kann wie ein kleiner ‚Vertrag‘ wirken: Alle Beteiligten gehören nun für die nächste Stunde zu einer Gruppe, die den gleichen Regeln folgt und sich gegenseitig respektiert und unterstützt. Gemeinsame Ruhe- und Trinkpausen einzulegen oder solange dem Trainer zuzuhören, bis jedes Gruppenmitglied die nächste Aufgabe verstanden hat und nicht ‚einfach loszulegen‘, erscheinen als nichtig wirkende Punkte. Für den Zusammenhalt im Gruppengefüge sind diese allerdings mitunter sehr wichtig. Teilnehmer mit emotionalen Verhaltensauffälligkeiten kann es außerdem helfen, auf dem Platz oder neben dem Platz, jedoch unbedingt in Sicht- und Handlungsweite des Trainers, Ruhe oder Auszeitzonen zu etablieren.

Die Sportler sollten Verantwortung erfahren und sich beispielsweise am Aufbau von Materialien wie Kleinfeldnetzen beteiligen. Eine weitere Quelle zur Handlungsritualisierung und somit zur klaren Strukturierung und dem vereinfachten Verständnis von Handlungsanweisungen bietet das trainingsinhärente Material selbst; es ist beispielsweise sinnvoll, die Farbe von Markierungen mit der Ausführung bestimmter Übungen oder Schläge zu koppeln (zum Beispiel: von einem gelben Hütchen starten, bedeutet immer Vorhand).

Etablieren sich derlei Routinen bei Trainer und Trainingsgruppe, erleichtert dies das gemeinsame Sporttreiben wesentlich. Die Zeit für mehrmaliges Erklären kann sich reduzieren, und es

entsteht mehr Freiraum zum Lerne-Spielen und Wettkämpfen.

Methodik auf einen Blick:

- Ganzheitliche, handlungsorientierte Zugänge ermöglichen
- Komplexität reduzieren, einfache Sprache nutzen, Vermittlungsebenen variieren
- Rituale und klare Strukturen etablieren, Regeln und Konsequenzen transparent machen
- Aufnahmefähigkeit, Abspeicherung von Informationen und Lerntempo berücksichtigen
- Herausforderungen generieren, Erfolgserlebnisse stärken
- Trainer als Bezugsperson und Vorbild, positive Gruppenzugehörigkeit schaffen

Trainingsimpuls Mobilität

Grundsätzlich greifen alle leistungsbestimmenden Faktoren des regulären Tennis aus den Bereichen Fitness, Athletik und Mobilität, zum Beispiel konditionelle Fähigkeiten oder Beinarbeit, genauso für das Tennis von Menschen mit geistiger Beeinträchtigung. Durch gezieltes Training angemessene motorische Muster zu inventarisieren, um instinktiv die richtigen Bewegungsantworten auf spielerische Problemstellungen abrufen zu können, muss ein Ziel des Mobilitätstrainings sein. Eine besondere Rolle fällt in diesem Bereich auch den Faktoren Motivation und Ehrgeiz zu, denn es kann erfahrungsgemäß bei Sportlern mit geistiger Behinderung, insbesondere wenn sie technisch besonders versiert sind, zu ‚Bequemlichkeit‘ auf dem Platz kommen. Wichtig ist, dass die Gestaltung von konditionellen und koordinativen Einheiten herausfordernd und spielerisch ist.

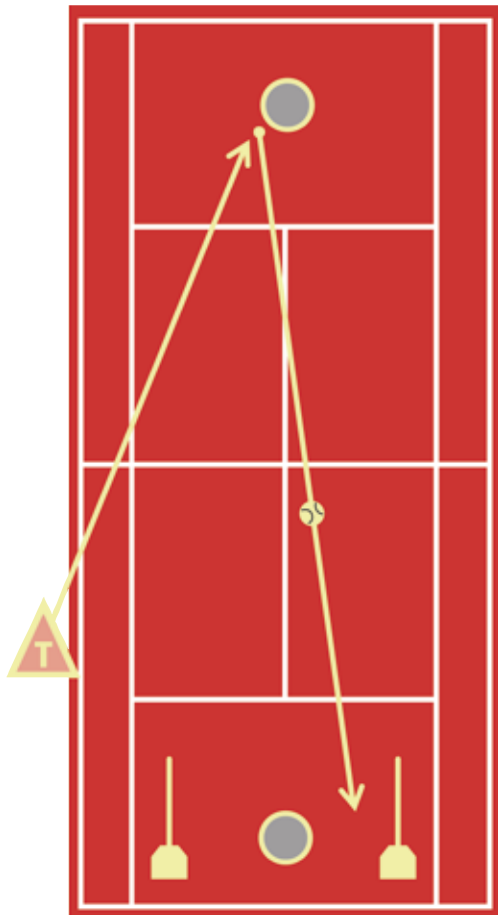


Abbildung 1: „Tennis-Torwart“

Orientation & Mobility Drill „Balloon-Buddy“

Trainingsziel:

- Orientierung
- Differenzierung
- Umstellungsfähigkeit

Durchführung:

- Mit dem Schläger oder einem vorgegebenen Körperteil muss ein Luftballon in einer definierten Zone in der Luft gehalten werden
- Parallel müssen (gegebenenfalls auf Zeit) weitere Aufgaben aus anderen

motorischen Beanspruchungsformen bewältigt werden, zum Beispiel ein Strichmännchen gemalt, Jenga-Steine gestapelt, mit dem Fuß Tore geschossen, ein Ball zwischen zwei Hütchen transportiert, Schläge mit der Vorhand-(VH) oder Rückhand (RH) ausgeführt werden und ähnliches.

Trainingsimpuls Technik

Alle Grundprinzipien aus dem regulären Tennis, etwa aus der funktionalen Bewegungsanalyse, gelten selbstverständlich auch im Tennis von Menschen mit geistiger Behinderung. Einzig wenn körperliche Einschränkungen hinzukommen, müssen möglicherweise technische Ökonomisierungen vorgenommen werden. Es spricht also nichts dagegen, bei Sportlern mit geistiger Behinderung auch die gleichen technischen Standards wie bei regulären Tennisspielern als Soll-Wert zu setzen, dabei nur eine längere Lernzeit einzukalkulieren. So kann es also durchaus vorkommen, dass ein Spieler durch gutes Training motorisch absolut einwandfrei Tennis spielt, aber nie die 15-30-40-Zählweise ohne fremde Unterstützung beherrschen wird.

Groundstroke Drill

„Tennis-Torwart“

Trainingsziel:

- Technik und Platzierung der Grundschläge
- Antizipation

Durchführung:

- Auf einer Hälfte des Platzes wird je nach Leistungsstand der Teilnehmer mit zwei Hütchen/Stangen ein Tor gebaut, in dem ein ‚Torwart‘ steht.
- Auf der gegenüberliegenden Seite stehen die ‚Herausforderer‘. Ihnen spielt der Trainer Bälle zu. Die Herausforderer versuchen, mittels VH oder RH ein Tor

zu erzielen, wobei der Ball einmal vor dem Tor aufspringen muss.

- Ziel des Torwartes kann es sein, die Bälle nicht durchzulassen oder den Ball mit VH oder RH regelgerecht zurückzuspielen.
- Wer ein (zwei, drei) Tor(e) erzielt, wird selbst zum Torwart.
- Die Aufgaben der Spieler sowie Abstände der Torpfosten oder Spieler zueinander lassen sich variieren. Die Übung funktioniert auch mit Volleys oder Aufschlägen.

Inklusionspotenzial

Die Initiierung von behinderungsspezifischen und/oder offenen Angeboten im Trainingsprogramm eines Tennisvereins schafft wichtige Begegnungen, um zum einen Berührungsängste abzubauen, zum anderen aber schlichtweg den Tennissport für eine große Zielgruppe zu öffnen, die bisher in Deutschland nur sehr selten den Weg auf die Plätze gefunden hat. Dort, wo es jedoch passiert, gibt es zahlreiche positive Beispiele in sogenannten ‚Buddy-Systemen‘ oder Tandem-Doppeln, in denen ein Spieler mit geistiger Beeinträchtigung und ein Spieler ohne Behinderung gemeinsam antreten können. Dafür Feldgrößen oder Regeln zu modifizieren, etwa die Zählweise, ist im Tennis ein Leichtes.

Besonders wichtig ist, dass sich Menschen mit geistiger Behinderung nicht ihr Leben lang in Parallelsystemen bewegen, sondern einen Platz als wertgeschätzter Teil der Gesellschaft einnehmen können. Das Vereinsleben eines Tennisclubs, mit seinen Wettkämpfen und Festen oder dem gemeinsamen Mitfiebern bei Spielen der Herren- und Damen-Mannschaften, bietet dafür viele Gelegenheiten. Es gibt sogar immer wieder vereinzelte Fälle, in denen besonders ‚fitte‘ Tennisspieler mit geistiger Behinderung im regulären Punktspielbetrieb einer Mannschaft mitspielen.

Autoren und Kontakt

Niklas Höfken leitet das ‚Tennis für Alle‘-Projekt der Gold-Kraemer-Stiftung und ist Lehrbeauftragter für das Fach Tennis an der Deutschen Sporthochschule Köln. Er referiert regelmäßig zum Thema ‚Inklusion und Heterogenität in Tennistraining und -Verein‘, unter anderem im Tennisverband Mittelrhein, und berät den Deutschen Tennis Bund.
niklas.hoefken@gold-kraemer-stiftung.de

Dr. Volker Anneken leitet das Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und Sport, ein An-Institut der Deutschen Sporthochschule Köln, und ist Fachgeschäftsführer der Gold-Kraemer-Stiftung.

Literatur:

Schliermann, R. & Anneken, V. & Abel, T. & Bungter, T. & Froböse, I. (2014), Sport von Menschen mit Behinderungen. Grundlagen, Zielgruppen, Anwendungsfelder. München: Elsevier.

Loibl, J. (2001). Basketball. Genetisches Lehren und Lernen. spielen-erfinden-erleben-verstehen. Schorndorf: Hofmann.



Seit einigen Jahren ist das Wort Inklusion ein wichtiges Thema. Hier geht es darum, dass sich die Vielfalt der Gesellschaft in allen Teilbereichen widerspiegelt. Das Einbezogensein von Menschen mit Behinderung ist dabei besonders in den Fokus gerückt. In Kooperation mit der Initiative ‚Tennis für Alle‘ der Gold-Kraemer-Stiftung und weiteren Akteuren der Tennislandschaft kann der Deutsche Tennis Bund als drittgrößter Sportverband Deutschlands eine wichtige Rolle im Inklusionsprozess einnehmen. Mit der Artikelreihe ‚Trainingspraxis Inklusion‘ nähert sich die TennisSport in allen vier Ausgaben des Jahres 2017 diesem Thema und gibt jeweils zu einem besonderen Schwerpunkt einen kompakten Überblick sowie Impulse für die Trainings- und Vereinsarbeit: Rollstuhltennis, Blindentennis, Tennis von Menschen mit geistiger Behinderung und Gehörlosentennis.

Schwerpunkt IV: Gehörlosentennis

Reaktion auf optische Reize schulen



Fotos: The Tennis Foundation (GB)

Beim Gehörlosentennis braucht es keine Regeladaptionen.

Geschichte

Bereits 1888 wird mit der Gründung der ‚Taubstumm Turnvereinigung Berlin‘ der Grundstein für den offiziell 1919 ins Leben gerufenen Deutschen Gehörlosen-Sportverband (DGS) gelegt. 1924 finden in Paris die ersten internationalen Wettkämpfe im Gehörlosensport statt. Aus ihnen entwickeln sich später die bis heute alle vier Jahre ausgetragenen ‚Deaflympics‘ – das vom International Olympic Committee anerkannte olympische Äquivalent für Gehörlose. Im Deutschen Gehörlosen-Sportverband existieren 23 Sparten, darunter auch Tennis. Es gibt einen nationalen Kader mit vom DGS eingesetzten Bundestrainern, der an den nationalen und internationalen Gehörlosentennis-Wettkämpfen teilnimmt.

Im Gegensatz zum Rollstuhltennis, das seit 2009 als Referat in den Deutschen Tennis Bund integriert ist, sind die Gehörlosentennispieler hier nicht offiziell vertreten. In einigen anderen Staaten ist Gehörlosentennis ein anerkannter Teil des Spitzenverbandes, so etwa in England bei der ‚British Lawn Tennis Association‘.

Regeln und Material

Das Tennisspielen mit Sportlern mit Gehörlosigkeit oder Schwerhörigkeit verlangt kein besonderes Material oder Regeladaptionen. Alle gängigen methodischen Prinzipien oder Konzepte wie Play&Stay können angewandt werden.

Allerdings ist bei offiziellen Wettkämpfen im Gehörlosentennis das Tragen von technischen Hörhilfen verboten, also ist auch das Tennisspielen ohne diese Geräte zu trainieren. Andererseits bietet die Tennisstunde auch gute Gelegenheiten, gerade für Kinder, den Umgang mit ihren Hörhilfen im Alltag zu üben. Denn ohne technische Hilfe kann es anfangs auch zu Unsicherheiten aufgrund der fehlenden Höreindrücke kommen.

Auf den Sicherheitsaspekt müssen Trainier um Training ein besonderes Augenmerk legen. Da Tennis ein kontaktloser Sport ist, bestehen nur wenige Verletzungsrisiken. Aber weil Hörhilfen in ihren technischen Spezifikationen und auch der Anbringung am Körper höchst unterschiedlich sein können, muss in jedem Fall mit den Sportlern, Kindern und ihren Eltern besprochen werden, ob die Geräte beim Sport getragen werden und wo



Die Trainer sollten ihre verbale Information bei Schülern mit Hörbeeinträchtigung durch pragmatische Gestik unterstützen.

möglicherweise Risiken entstehen können. Der Bereich eines so genannten Cochlea-Implantats, welches die Funktion des Innenohrs übernimmt, Audiosignale an das Gehirn zu übertragen, sollte zum Beispiel bei Gruppen-Aufwärmspielen vor Stößen geschützt werden. Außerdem kann vermehrte Schweißbildung zu Ausfällen einiger Geräte führen.

Zielgruppe

Zu beachten ist, dass Menschen mit sensorischen Behinderungen nicht in jedem Fall vollständig blind beziehungsweise taub sind. Hier existieren viele unterschiedliche Ausprägungen und Voraussetzungen. So können Hörschädigungen vor, während oder nach der Geburt entstehen. Als hörgeschädigt gelten Menschen, die einen Hörverlust auf dem besser hörenden Ohr von mindestens 20 Dezibel aufweisen und diese Beeinträchtigung den durchschnittlichen Frequenzbereich von 500, 1.000, 2.000 und 4.000 Hertz betrifft, der als Hauptbereich für menschliche Sprache gilt. Demnach sind Hörbeeinträchtigungen in unterschiedliche Abstufungen, vom Verlust von 20 bis 34 Dezibel (etwa eine Unterhaltung), bis mehr als 95 Dezibel (eine Autohupe) unterteilt (Leonhardt 2010). Die Anzahl der Menschen mit einem durchschnittlichen Hörverlust von mindestens 20 Dezibel auf dem besseren Ohr wird bei Kindern auf 7,6

Prozent, bei Frauen auf 28,8 Prozent und bei Männern auf 34,9 Prozent der Weltbevölkerung geschätzt (Stevens et al. 2011). Diese Zielgruppe weist ein verändertes quantitatives und qualitatives Hören auf. Bei einer Funktionsbeeinträchtigung der Vestibularorgane kann außerdem eine gestörte Gleichgewichtsfähigkeit auftreten.

Der Erwerb der regulären Lautsprache erfolgt je nach Grad der Hörbeeinträchtigung unter erschwerten Bedingungen, denn in vielen Fällen konnte dieser Prozess nicht über auditiv-imitative Aneignung erfolgen. Das kann dazu führen, dass das Sprechverhalten in Aussprache und Prosodie als ungewohnt oder unangenehm empfunden wird. Da eine verminderte Hörfähigkeit zunächst kein äußerlich sichtbares Zeichen einer Beeinträchtigung darstellt, kann es gerade bei Kindern mit Hörbeeinträchtigung zu negativen emotionalen Reaktionen kommen, wenn sie das Gefühl haben, von ihrer ‚hörenden‘ Umwelt nicht richtig verstanden zu werden oder sie dem Geschehen nicht folgen können (Schliermann et al. 2014). Gehörlose in Deutschland nutzen die Deutsche Gebärdensprache (DGS). Zusätzlich existieren Systeme wie das Fingeralphabet oder die Gebärden-unterstützte Kommunikation (GuK), in der vergleichsweise simpel gehaltene Gebärden sprachbegleitend eingesetzt werden.

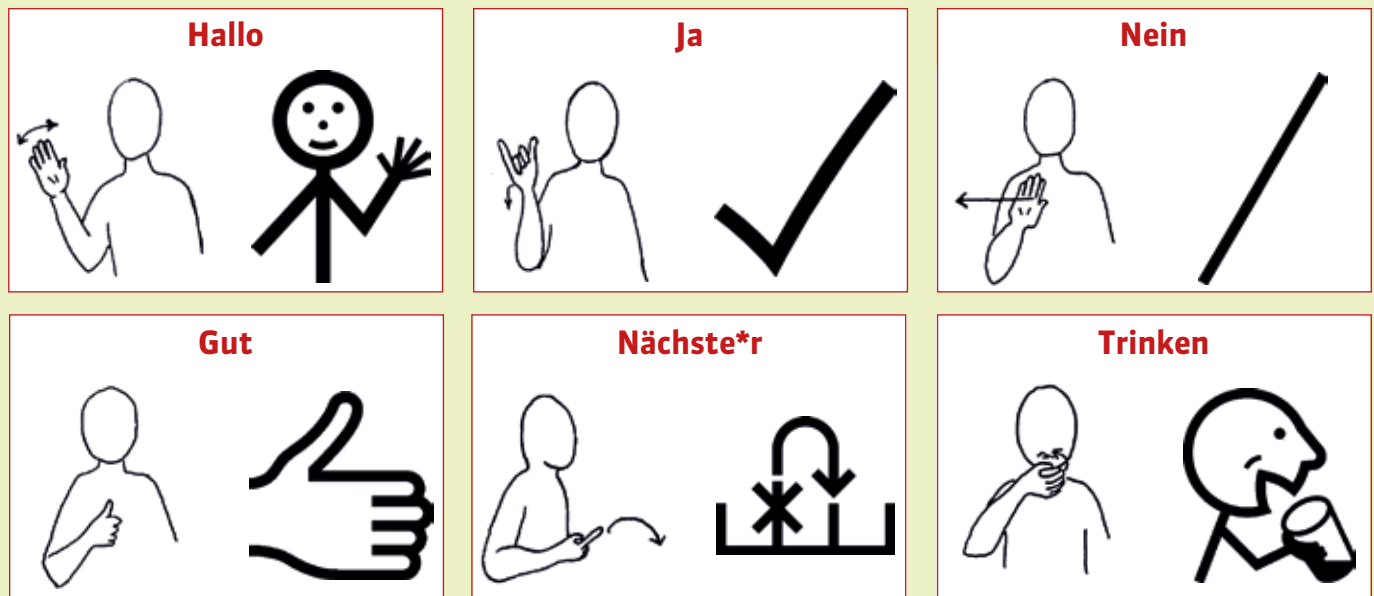


Foto: Makaton-Deutschland e.V.

Abbildung 1: Nützliche Gebärden und ‚Makaton‘-Symbole für den Tennisunterricht.

Trainingspraxis

Gerade der visuelle Kanal und die Rückmeldung über kinästhetische Wahrnehmungen sind für die Vermittlung von Bewegungsvorstellungen für diese Zielgruppe ausschlaggebend. Mit dem Wissen, dass der Großteil der Sportler mit Hörbeeinträchtigung einen Hörrest hat, ist der generelle Verzicht auf Sprache eher kontraproduktiv. Auch eine übertrieben laute, langsame und überdeutliche Artikulation in leichter Sprache kann beleidigend sein und gehört nicht in eine angemessene Kommunikation zwischen Trainer und Athlet. Vielmehr sind Regeln zu beachten, die für die Ansprache eines Trainers an jegliche Schüler gelten:

- Es spricht immer nur eine Person.
- Kein Kauen oder Nuscheln. Auch kein Schreien, da dies die Mundbewegungen verzerrt.
- Die verbale Information durch pragmatische Gestik und Bewegungsdemonstrationen unterstützen.
- Während des Sprechens Sichtkontakt zu den Sportlern halten und nicht von hinten oder quer über den Platz Anweisungen geben.
- Die Sportler nicht in die Sonne gucken lassen, da sie beim Geblendetwerden nicht der Artikulation und den Gesten des Trainers folgen können.
- Klare optische Signale ausmachen, zum Beispiel zum direkten Unterbrechen einer Übung oder zum Zusammenkommen ein bestimmtes farblches Hütchen oder eine Fahne hochhalten.

Viele Sportler mit Hörschädigungen können Lippenlesen, vorausgesetzt sie kennen die sprachlichen Inhalte der

Lautsprache. Da dieser anstrengende Prozess eine permanente Konzentrationsleistung erfordert, muss die Pausen-

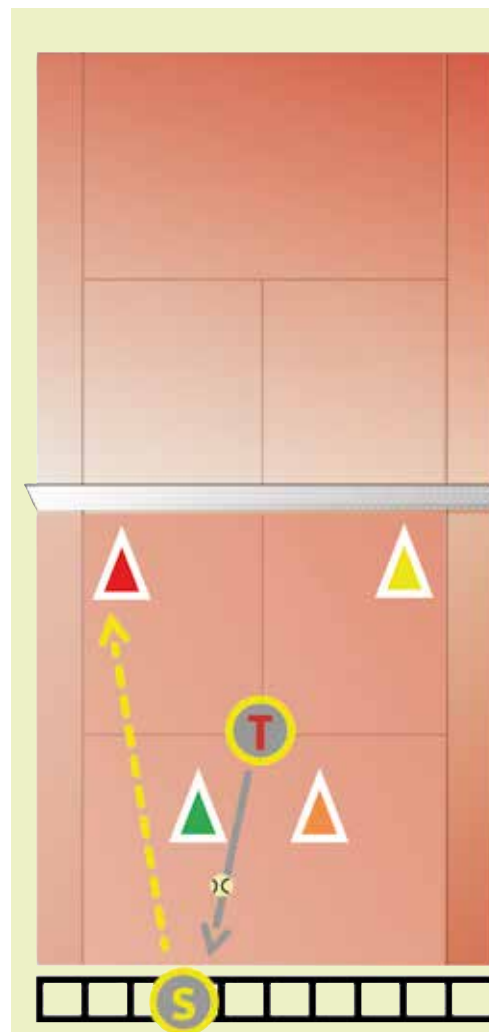


Abbildung 2

Koordinationsübung: Bunte Signale

Trainingsziel:

- Reaktionsfähigkeit auf optische Reize verbessern
- Rhythmisierung und Beinarbeit verbessern

Durchführung:

- Auf dem Platz liegt eine Koordinationsleiter, davor oder daneben ein rotes, orangenes, grünes und gelbes Hütchen.
- Der Trainer hält Bälle aller vier Play&Stay-Farben in der Hand (rot, orange, grün, gelb).
- Nach einem vorgegebenen Rhythmus absolviert der Spieler die Leiter. In unregelmäßigen Abständen wirft der Trainer einen farbigen Ball zu, der gefangen werden muss.
- Sobald der Ball gefangen ist, muss der Spieler die Leiter verlassen, ihn per Sprint auf das farblich passende Hütchen legen und anschließend wieder den Rhythmus in der Leiter aufnehmen.
- Position der Leiter und Hütchen sowie Häufigkeit und Intensität des Ballzuwurfs variieren.

planung innerhalb einer Einheit auch darauf ausgerichtet werden. Wie bei jedem neuen Schüler, sollte sich der Trainer im Vorfeld mit ihm auseinandersetzen und im Dialog mit dem hörbeeinträchtigten Sportler gemeinsam herausfinden, wie die individuelle Kommunikation gestaltet werden kann.

Mit den Sportlern pragmatische Zeichen für bestimmte Situationen zu vereinbaren, fördert den Fluss der Trainingseinheit und vereinfacht die Kommunikation für beide Parteien. Anhaltspunkte dafür kann beispielsweise der ‚Makaton‘-Ansatz bieten. Makaton-Zeichen werden begleitend zur Artikulation eingesetzt, um Sprachentwicklung zu fördern. Sie existieren als Gebärde und als Symbol und sollten jeweils das wichtigste Wort eines Satzes verdeutlichen. Abbildung 1 zeigt einige handlungsbasierte Makaton-Zeichen, die den Tennisunterricht bereichern können. Sich als Trainer oder Mitspieler einige grundlegende Gebärden von den Gehörlosensport-



lern zeigen zu lassen, verbessert nicht nur die Kommunikation, sondern kann auch ein Ausdruck besonderer Wertschätzung sein.

Um Inhalte zusätzlich zu verdeutlichen, lassen sich kompakte Verschriftlichungen oder weitere Visualisierungen, neben der Demonstrati-

on durch den Trainer, etwa Videos, Bilder oder Symboltafeln, einsetzen. Der ritualisierte und gezielte Einsatz von etablierten visuellen Hilfen, beispielsweise Orientierungsmarkierungen wie Hütchen oder Gummistreifen, kann ebenfalls zu erfolgreichem Lernen beitragen. So könnten bestimmten Farben im Techniktraining klare Handlungsempfehlungen zugeordnet werden: Der Start von einem gelben Hütchen bedeutet immer Vorhand, von einem roten immer ‚Heavy Spin‘ und so weiter – so können Trainer und Spieler gemeinsam kreativ die Effektivität ihrer Trainingseinheit weiterentwickeln. Ebenso müssen geeignete Formen der Rückmeldung und Fehlerkorrektur erarbeitet werden. Besonders die technischen Hilfsmittel durch Videoanalyse-Tools, mit Möglichkeiten der verlangsamten Darstellung, Überlagerung von Bildern oder Zeichnungen in einem Standbild, haben großes Potenzial in der Arbeit mit Gehörlosensportlern. Diesen Athleten von Anfang an außerordentliche Kompetenzen in den Bereichen Bewegungssehen und Bewegungsimitation zu vermitteln, ist von hoher Wichtigkeit.

Trainingsimpuls Koordination

Neben allen wichtigen Trainingsinhalten aus dem regulären Tennis, also Technik, Taktik oder Athletik, die problemlos auf das Gehörlosentennis übertragen werden können, ist hier die Schulung der Reaktion auf optische Reize von besonderer Bedeutung. Individuell ist zudem zu prüfen, ob ein Defizit im Bereich des Gleichgewichts oder der generellen Koordination von Teilbewegungen vorliegt. Außerdem können durch den Ausfall des akusti-

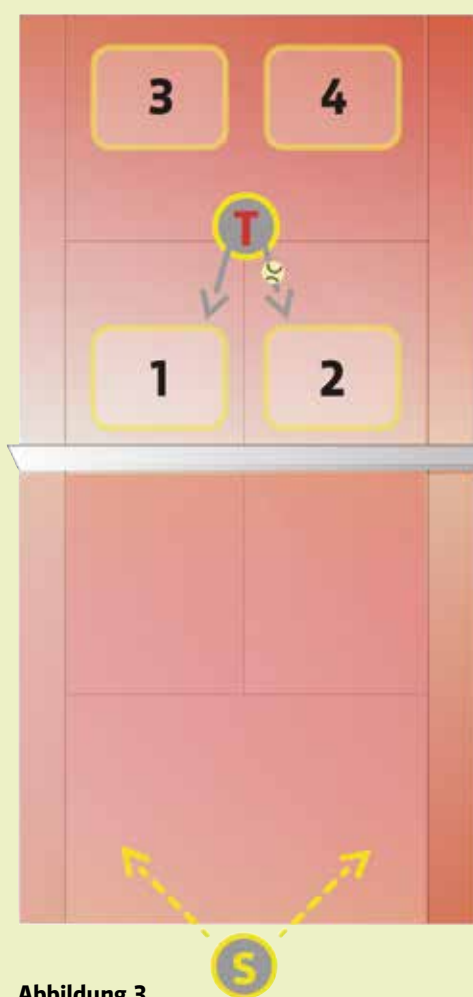


Abbildung 3

Technikübung: Zielen nach Zahlen

Trainingsziel:

- Orientierungs- und Reaktionsfähigkeit verbessern
- Präzision und Kontrolle verbessern

Durchführung:

- Der Trainer bringt den Ball aus dem Korb ins Spiel und zeigt direkt danach mit den Fingern eine Nummer.
- Die Nummern 1 bis 4 sind jeweils einer Zone zugeteilt, zum Beispiel Aufschlagkorridore rechts und links (1+2), Vorhand- und Rückhand-Ecke im Großfeld (3+4).
- Jeder korrekte Treffer gibt einen Punkt.
- Zeigt der Trainer eine 5, gibt es eine Zusatzaufgabe oder der Punkt wird gegen ihn ausgespielt.
- Variation der Bedeutung der Zahlen, z.B. Drallarten, langer oder spitzer Winkel, Netzangriff usw.

schen Signals des Balls im Treffen und Aufspringen Probleme mit dem Timing auftreten, die es durch gezielte Rhythmus-Schulung zu beheben gilt (siehe Abbildung 2, S.44).

Trainingsimpuls Technik

Wie auch zuvor im Bereich des Koordinationstrainings beschrieben, gilt auch für den technischen Bereich, dass sich jede Übung und Idee aus dem klassischen Tennis nutzbar machen und gewinnbringend modifizieren lässt. Auch hier kann der visuelle Faktor immer wieder einen Trainingsschwerpunkt setzen (siehe Abbildung 3, S.45).

Inklusionspotenzial

Das Training mit dieser Zielgruppe und die Reflektion der Kommunikation auf dem Tennisplatz gewinnen unter anderem an Reiz durch die Betrachtung der demografischen Entwicklung in Deutschland und der zunehmenden Wahrscheinlichkeit einer Hörminderung mit zunehmendem Alter.

Erfahrungsgemäß sind Tennistrainer kommunikativ versiert und können sich sprachlich gut auf die unterschiedlichen Bedürfnisse ihrer Schüler einstellen – beim Gehörlosentennis ist diese Fähigkeit ganz spezifisch gefragt. Dadurch, dass keinerlei Anpassungen an Regelwerk oder Material vorgenommen werden müssen, birgt die inklusive Öffnung eines Tennistrainings, Wettkampfes oder Vereins für Sportler mit Hörbeeinträchtigung besonderes Potenzial. Dass Gehörlosentennispieler erfolgreich an Wettbewerben der ‚Hörenden‘, also den regulären Tennisturnieren, teilnehmen können, beweist



Tennisspieler mit Cochlea-Implantat.

aktuell der 19-jährige Südkoreaner Duck-Hee Lee, der international als vielversprechendes Nachwuchstalent gehandelt wird. Auch viele der deutschen Gehörlosentennispieler treten, zusätzlich zu ihren behinderungsspezifischen Wettkämpfen, im Punktspiel- und Turnierbetrieb des DTB an.

Gemeinsam als hörender und gehörloser Sportler miteinander Tennis zu spielen, bietet also die Chance auf spannende Begegnungen, den Abbau von Berührungsängsten und die Erweiterung der eigenen Kommunikations-Kompetenzen. Doch auch rei-

ne Gehörlosentennis-Gruppen können einen wichtigen Bestandteil eines Vereins bilden, da sich dort die Betroffenen untereinander austauschen und ihren Anforderungen entsprechend trainieren können. In beiden Fällen wird neben gesundheitlichen oder leistungssportlichen Komponenten auch der soziale Aspekt des Tennisspielens in einem Verein deutlich. So wird Inklusion im Tennis für alle zum Gewinn, wenn ein Bewusstsein dafür entsteht, dass Verschiedenheit normal ist. Durch diese Vielfalt werden das Vereinsleben und die Gesellschaft bereichert.

Autoren

Niklas Höfken leitet das ‚Tennis für Alle‘-Projekt der Gold-Kraemer-Stiftung und ist Lehrbeauftragter für das Fach Tennis an der Deutschen Sporthochschule Köln. Er referiert regelmäßig zum Thema ‚Inklusion und Heterogenität in Tennistraining und -Verein‘ unter anderem im Tennisverband Mittelrhein und berät den Deutschen Tennis Bund (DTB).

Kontakt: niklas.hoefken@gold-kraemer-stiftung.de

Dr. Volker Anken leitet das Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und Sport, ein An-Institut der Deutschen Sporthochschule Köln, und ist Fachgeschäftsführer der Gold-Kraemer-Stiftung.

Literatur

Leonhardt, A. (2010). Einführung in die Hörgeschädigtenpädagogik, München, Reinhardt.

Stevens, G., Flaxman, S., Brunskill, E., Mascarenhas, M., Mathers, C., Finucane, M. (2011). Global and regional hearing impairment prevalence: an analysis of 42 studies in 29 countries - In: European Journal of Public Health, Aus. 1-7, Oxford.

Schliermann, R. & Anken, V. & Abel, T. & Bungter, T. & Froböse, I. (2014), Sport von Menschen mit Behinderungen. Grundlagen, Zielgruppen, Anwendungsfelder. München: Elsevier.

Inklusion als Chance

Vereine und Trainer, die sich mit ihren Angeboten auch Menschen mit Behinderungen öffnen, tun diesen und zugleich sich selbst etwas Gutes, betont Niklas Höfken. Sie heben sich von Mitbewerbern ab und präsentieren sich als moderne, engagierte sowie qualitativ hochwertig arbeitende Akteure im Tennissport.

Foto: Gold-Kraemer-Stiftung



Seit der Ratifizierung des ‚Übereinkommens über die Rechte von Menschen mit Behinderungen‘ der Vereinten Nationen 2009, ist das Thema Inklusion in der Gesellschaft präsent und völkerrechtlich wirksam. Auch wenn Aspekte wie Bildung und Barrierefreiheit in der öffentlichen Infrastruktur sicher die Debatten dominieren, erkennt zunehmend auch die deutsche Sportlandschaft ihre Verantwortung, Programme zur Umsetzung des Inklusionsgedankens zu entwickeln. Rund 90.000 deutsche Sportvereine mit ca. 27,4 Millionen Mitgliedern (Deutscher Olympischer Sportbund – DOSB 2017) bilden eine wichtige Instanz mit großer sozialer Wirksamkeit. Sie bergen ein enormes Potenzial für die Förderung inklusiver Prozesse, zur Bewusstseinsmachung und Transferierung der Erfah-

rungen aus Begegnungen zwischen Sportlern mit und ohne Behinderungen von der Vereinskultur in den Alltag der Gesellschaft. Auch die deutsche Tennislandschaft mit ihren über 9.000 Vereinen im gesamten Bundesgebiet kann dazu beitragen.

Inklusion fordert die Gesellschaft auf, eine größtmögliche gleichberechtigte und selbstständige Teilhabe von Menschen mit Behinderungen an Sportaktivitäten auf allen Ebenen zu schaffen – dies bezieht wettkampforientierte und Breitensportliche sowie inklusive und behinderungsspezifische Sportsettings ein. Inklusion im Tennis kann bedeuten: In unserem Verein oder in unserem Training ist jeder willkommen. Einzige Voraussetzung ist die Lust darauf, Tennis zu lernen und ein Teil des Vereinslebens zu sein.

Abbildung 1: Übersicht über die Tennis-Disziplinen von Sportlern mit Behinderung

Disziplinen	Klassifizierung	Regeln	Material
Rollstuhltennis	Für Athleten mit einer nach Kriterien der ‚International Tennis Federation‘ (ITF) sowie des ‚International Paralympic Committees‘ klassifizierbaren Beeinträchtigung der Gehfähigkeit.	Einzigster Regelunterschied: Ball darf zweimalig aufspringen (erster Bodenkontakt muss im regulären Feld erfolgen).	Normaler Platz, normaler Ball. Sportrollstuhl wird benötigt.
Blindentennis	Für Athleten mit einer nach Kriterien der ‚International Blind Tennis Association‘ sowie der ‚International Blind Sports Federation‘ klassifizierbaren Beeinträchtigung des Sehvermögens.	Je nach Sehklasse darf der Ball zwei- oder sogar dreimalig aufspringen (erster Bodenkontakt muss im regulären Feld erfolgen).	Schaumstoff-Klingelball und taktile Feldlinien. Je nach Sehklasse wird im Kleinfeld oder Midcourt gespielt.
Gehörlosentennis	Für Athleten mit einer nach Kriterien des ‚International Committee of Sports for the Deaf‘ klassifizierbaren Beeinträchtigung des Hörvermögens.	Kein Regelunterschied. Bei offiziellen Wettkämpfen im Gehörlosensport dürfen Hörgeräte nicht getragen werden.	Normaler Platz, normaler Ball.
Tennis von Menschen mit geistiger Behinderung	Für Athleten mit einer nach Kriterien von ‚Special Olympics‘ oder der ‚International Sports Federation for Persons with Intellectual Disability‘ klassifizierbaren geistigen Beeinträchtigung.	Kein Regelunterschied. Zählweise kann den kognitiven Fähigkeiten der Teilnehmer angepasst werden.	Normaler Platz, normaler Ball.

„Eine Umsetzung von Inklusion im Verein hat für alle Beteiligten positive Effekte“

Für Sportler mit Behinderungen existieren im Tennis generell vier unterschiedliche Disziplinen (siehe Abbildung 1). Auch wenn die Möglichkeiten des professionellen Wettkampfes aufgrund der notwendigen Klassifizierung per se exklusiv sind, so birgt die Anerkennung der vier oben genannten Teildisziplinen im organisierten Tennissport zahlreiche Chancen der Inklusion und Teilhabe von Menschen mit Behinderungen an allen Aspekten des Sports.

Was Inklusion bewirkt

Untersuchungen bestätigen zum einen die vielfachen positiven Wirkungen durch Sporttreiben auf die Gesundheit, psycho-soziale Entwicklung und Lebensqualität von Menschen mit Behinderungen (Annen 2009; Johnson 2009; Schliermann et al. 2014), verweisen zum anderen allerdings auch immer wieder darauf, dass diese Zielgruppe im System des organisierten Sports drastisch unterrepräsentiert ist (Becker & Annen 2013; Radtke 2011; Rimmer & Marques 2012).

Deutlich wird, dass eine Umsetzung von Inklusion im Verein für alle Beteiligten positive Effekte hat. So kam eine repräsentative Studie der britischen ‚Tennis Foundation‘ (2017) unter anderem zu folgenden Ergebnissen:

- 84 Prozent der befragten Sportler mit Behinderungen sagen, dass Tennis zu spielen sich positiv auf ihr Sozialleben auswirkt.
- 91 Prozent sagen, dass Tennis zu spielen ihr Selbstbewusstsein positiv beeinflusst.
- 89 Prozent sagen, dass sie sich in ihrem Leben generell glücklicher fühlen, seit sie Tennis spielen.
- 98 Prozent der Tennistrainer sagen, dass Sportler mit Behinderungen zu trainieren, einen positiven Einfluss auf die generelle Qualität ihres Trainings sowie die Professionalität ihrer Trainerpersönlichkeit hat.

Viele neue Chancen und Perspektiven entstehen, wenn sich ein Verein für Inklusion öffnet: Selbstverständlich hat die Thematik eine große soziale Komponente, nicht nur für die Sportler mit Behinderung selbst, sondern für alle Akteure im Club. Weiter geht vom Parasport, denkt man zum Beispiel an das dynamische Rollstuhltennis oder spektakuläre Blindentennis, oftmals eine große Anerkennung beziehungsweise Faszination aus. Die Einbindung ebensolcher Aspekte des Tennissports kann einen Verein sehr interessant für medienwirksame Öffentlichkeitsarbeit machen. Das Netzwerk im Bereich Inklusion reicht von der Sportwis-



Zum Autor

Niklas Höfken leitet das ‚Tennis für Alle‘-Projekt der Gold-Kraemer-Stiftung und ist Lehrbeauftragter für das Fach Tennis an der Deutschen Sporthochschule Köln. Er ist Rollstuhltennis-Bundestrainer sowie Referent für Inklusion und Parasport beim Deutschen Tennis Bund (DTB).

Kontakt:
niklas.hoefken@gold-kraemer-stiftung.de

„Ein Trainer, der auch Einheiten mit Sportlern mit Behinderungen umsetzt, positioniert sich als methodisch vielseitiger und pädagogisch schätzenswerter Ansprechpartner für alle Zielgruppen.“

senschaft über die Politik bis hin zu Institutionen und Förderern aus dem privaten Sektor. Ein Club, der hier Engagement zeigt, wird attraktiv für diese wichtigen Partner und auch für zweckgebundene finanzielle Mittel. Letztlich wird es aber immer ein großes Qualitätsmerkmal sein, wenn sich ein Verein offen für eine Willkommenskultur und die inklusive Idee ausspricht und konkrete Aktionen und Programme zu deren Umsetzung gestaltet. Dieser Verein hebt sich von Mitbewerbern ab und zeigt sich als moderner, engagierter sowie qualitativ hochwertig arbeitender Akteur im Tennissport. Ein Trainer, der auch Einheiten mit Sportlern mit Behinderungen umsetzt, positioniert sich als methodisch vielseitiger und pädagogisch schätzenswerter Ansprechpartner für alle Zielgruppen. Dieses ‚Standing‘ kann auch Neumitglieder davon überzeugen, hier den richtigen Club beziehungsweise die richtige Tennisschule für sich oder ihre Familie gefunden zu haben.

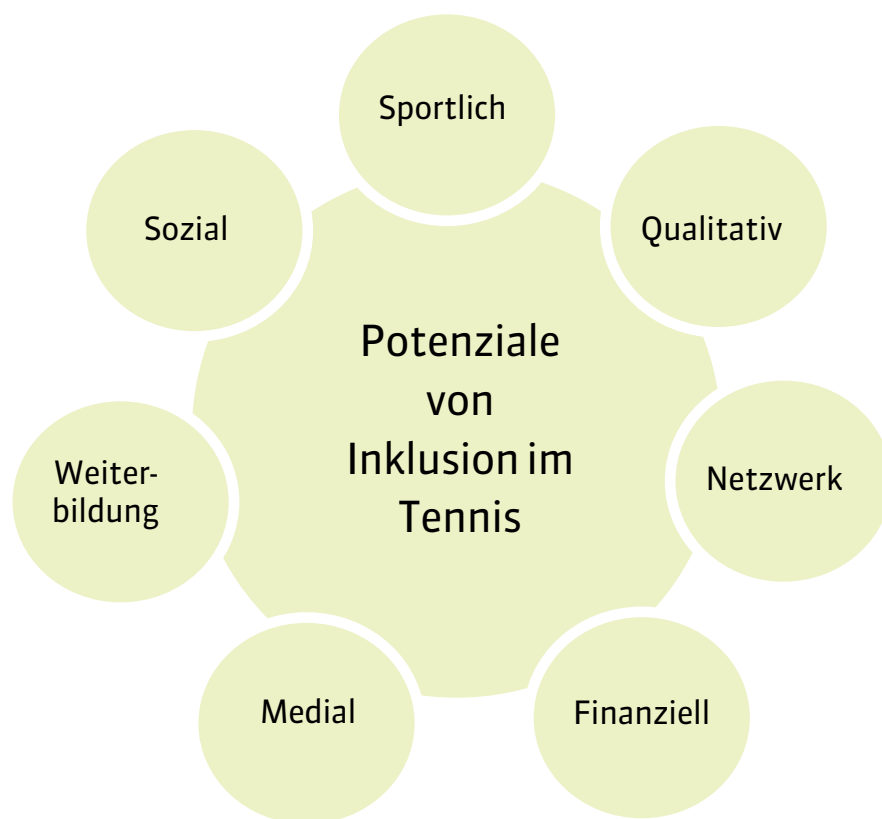


Abbildung 2: Darstellung der unterschiedlichen Perspektiven, die durch Inklusion im Tennisverein entstehen.

BEST-PRACTICE-BEISPIEL: BUNTE HELDEN

Einfach darauf zu warten, dass Menschen mit Behinderungen ganz von alleine den Weg in die Trainings und Vereine finden, wird einer Öffnung der Strukturen im organisierten Tennis nicht gerecht. Denn auch sie können vielfach Berührungsängste haben, etwa die Angst davor, jemandem zur Last zu fallen oder den Ansprüchen des Gegenübers nicht zu genügen (Schliermann et al. 2014). Nur wenn die Vereine und Tennisschulen aktiv von sich aus die Zugangsvoraussetzungen schaffen und ihren inklusiven Anspruch offen kommunizieren, kann die Teilhabe von Sportlern mit Behinderungen perspektivisch zu einer Selbstverständlichkeit im deutschen Tennis werden, so wie es zum Beispiel bereits europäische Nachbarländer wie die Niederlande oder England vorleben.

Einen möglichen Weg geht etwa das Projekt ‚Bunte Helden‘ der Gold-Kraemer-Stiftung in Köln. Hierbei handelt es sich um eine Ball- und Bewegungsschule für Kinder mit allen Formen von Behinderungen zwischen fünf und neun Jahren. Spielerisch und mit Augenmerk auf ihre individuellen Voraussetzungen werden Aspekte wie Mobilität und Agilität, Gesundheits- und Bewegungsbewusstsein sowie Teamwork und Fairplay vermittelt. Das Ziel ist, durch das Training die Kinder mit Behinderungen zum lebenslangen Sporttreiben zu motivieren und alle erlernten Fähigkeiten auch in ihren Alltag zu transferieren: Dazu gehören soziale Einstellungen genauso wie motorische Kompetenzen, etwa das selbstständige Fahren für junge Rollstuhlfahrer oder Orientierung für Kinder mit Sehbehinderung. Geleitet wird das Training von einem Tennistrainer gemeinsam mit einer Rollstuhltennisspielerin, die für die Kinder eine große inklusive Vorbild-Funktion und einen starken positiven Peer-Effekt haben. Im Anschluss an die Zeit als ‚Bunter Held‘ gehen die Teilnehmer entweder in inklusive oder auch in behinderungsspezifische Tennistrainings im Vereinsleben über.



Literatur

Anneken, V. (2009). Zur Bedeutung von Bewegung und Sport für Kinder mit Behinderung - In: Praxis der Kinder-Reha, 4/2, S. 99-102.

Becker, F. & Anneken, V. (2013). Herausforderungen an eine inklusive Sportlandschaft - Ergebnisse einer Befragung von Sportvereinen im Rheinland zu Chancen, Grenzen und Bedarf - In: Anneken, V. (Hrsg.): Inklusion durch Sport. Forschung für Menschen mit Behinderungen, Köln: Strauß, S. 83-103.

Deutscher Olympischer Sportbund, Bestandserhebung 2017, Zugriff unter <https://www.dosb.de/medien-service/statistiken/> (geprüft 11/2018).

Johnson, C. (2009). The Benefits of Physical Activity for Youth with Developmental Disabilities: A systematic Review - In: American Journal of Health Promotion, 23/3, Royal Oak: O'Donnell, S. 157-167.

Radtke, S. (2011). Inklusion von Menschen mit Behinderungen im Sport - In: Aus Politik und Zeitgeschichte. Beilage zur Wochenzeitung „Das Parlament“, Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung.

Rimmer, J. & Marques, A. (2008). Physical Activity for People with Disabilities - In: The Lancet, 380/9838, Oxford: Elsevier, S. 193-195.

Schliermann, R. & Anneken, V. & Abel, T. & Bungter, T. & Froböse, I. (2014). Sport von Menschen mit Behinderungen. Grundlagen, Zielgruppen, Anwendungsfelder. München: Elsevier.

The Tennis Foundation (Hrsg.) (2017). The positive Impact of Disability Tennis. A Report into the Impact of Disability Tennis on Players, their Parents/Guardians, Coaches and Tennis Venue Staff in Britain, Zugriff unter: <https://www.tennisfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2017/04/Tennis-Foundation-Research-Report-The-Positive-Impact-of-Disability-Tennis.pdf> (geprüft 11/2018).

C Die konkrete Gestaltung von Sportunterricht

C.3 Tennisvermittlung in der Schule: Vielfalt inklusive

Philipp Born, Niklas Höfken, Tobias Vogt

1 Tennis in der Schule – Grundlagen, Möglichkeiten und Herausforderungen

Möglichkeiten und Chancen

Tennis bietet als Rückschlagsportart vielfältige Möglichkeiten, Schülerinnen und Schüler jeden Alters, mit unterschiedlichen Voraussetzungen sowie mit jeglicher Art von Vorerfahrung, sportlich aktiv werden zu lassen, pädagogische Perspektiven erfahren zu lassen, zu reflektieren sowie sportbezogene und soziale Kompetenzen zu erweitern.

Zunächst kann festgehalten werden, dass mit der richtigen Methodik *alle* Schülerinnen und Schüler lernen können, Tennis zu spielen (vgl. Play + Stay, o.J.). Durch die weiter unten beschriebenen Methoden kann diese hochkomplexe Sportart allen Lernenden zugänglich gemacht werden. Wie in anderen Sportarten auch, werden die Lernenden am Ende einer Unterrichtseinheit oder -reihe unterschiedliche Leistungsstufen erreichen. Das Besondere am Tennis ist jedoch, dass diese Heterogenität dem Spiel an sich nicht im Weg steht. Die Möglichkeit, Tennis u.a. gegen eine Wand oder auch mit einer Partnerin oder einem Partner – anstatt gegen sie oder ihn – zu spielen, eröffnet große Chancen für den Sportunterricht. Dies ist zugleich auch eines der Hauptargumente, die für die Durchführung von Tennis in der Schule sprechen. Tennis kann sinnvoll und zielführend gespielt und trainiert werden, ohne dass ein Wettkampf stattfinden muss. Dies erleichtert die Umsetzung in einer Gruppe mit einer hohen Leistungsheterogenität.

Gleichzeitig ist Tennis eine Sportart, bei der jeder Lernende nahezu zu 100% selbst für seinen Erfolg und Misserfolg verantwortlich ist. Im Gegensatz zu Mannschaftssportarten ist man beim Tennis (außer im Doppelspiel) nicht von anderen Spielerinnen und Spielern abhängig. Dies bedeutet, dass jeder Erfolg oder Misserfolg auch der eigene Erfolg bzw. Misserfolg ist. Die einzige „Abhängigkeit“ von anderen besteht darin, dass der ankommende Ball von der Gegnerin bzw. dem Gegner oder auch der Partnerin bzw. dem Partner entweder eine einfache oder schwierige Situation für den Spieler bzw. die Spielerin schafft. Oftmals wird Tennis daher

auch als „Zweikampf ohne Körperkontakt“ bezeichnet. Aber auch hier liegen der Umgang mit sowie die Lösung der Situation voll und ganz in der Hand der Spielerinnen und Spieler. Hierdurch kann Tennis einen großen Einfluss auf die Selbstwirksamkeit der Schülerinnen und Schüler haben. In der praktischen Umsetzung von Tennis in der Schule ist es dann Aufgabe der Lehrkraft, die Aufgabenstellungen so zu wählen, dass individuelle Erfolge für jeden einzelnen Lernenden möglich sind.

Eine weitere Besonderheit im Tennis ist die selbstständige Auseinandersetzung mit der Gegnerin bzw. dem Gegner: Tennis wird traditionell bis in sehr hohe Ligen komplett ohne Schiedsrichter gespielt. In Deutschland werden erst im Profibereich (ab 2. Bundesliga bzw. bei internationalen Turnieren) Stuhlschiedsrichterinnen und -schiedsrichter eingesetzt. Bis dahin müssen die Spielerinnen und Spieler selbst fair miteinander umgehen und sich, im Falle einer Unstimmigkeit, untereinander einigen. Hier sind demnach innerhalb des Spiels soziale Kompetenzen wie Fairplay, Regelkonformität, Durchsetzungsvermögen und Kompromissfähigkeit gefordert und werden gleichzeitig geschult. Auch hier gilt es, als Lehrkraft eine Art Supervision durchzuführen, d.h. beratend zur Seite und gegebenenfalls mit Hinweisen und Ideen zur Verfügung zu stehen. Gleichzeitig sollte davon Abstand genommen werden, Entscheidungen (z.B. ob der Ball im Aus war oder nicht) für die Lernenden zu treffen. Auch beim Spiel miteinander sind im Umgang mit der Spielpartnerin oder dem Spielpartner soziale und sportliche Kompetenzen auf beiden Seiten gefordert. Um ein für beide Seiten befriedigendes Spiel zustande zu bringen, müssen sich alle Beteiligten aufeinander einstellen, z.B. hinsichtlich der Schlaggeschwindigkeit oder der Entfernung zum Netz.

Neben dem Einzel-, gehört auch das Doppelspiel zum Tennis. Im Wettkampftennis findet sich neben dem Doppel auch das sogenannte Mixed, ein Doppel mit gemischt-geschlechtlichen Paaren. Gerade im Schulkontext ist das Spiel im Doppel bzw. Mixed sinnvoll. Zum einen können mehr Schülerinnen und Schüler pro Netz bzw. Platz spielen, zum anderen kommen einige wichtige Aspekte im Vergleich zum Einzel hinzu: Zunächst muss jeder Lernende eine weniger große Fläche abdecken (die Hälfte des Doppelfelds), während als Zielfeld sogar eine größere Fläche (das gesamte Doppelfeld) zur Verfügung steht. Zudem haben weniger erfahrene Lernende die Möglichkeit, mit erfahreneren Schülerinnen und Schülern im Team zu spielen. Die weniger erfahrenen Lernenden haben hierbei die Chance, mehr Erfolge zu verzeichnen und von der Partnerin oder dem Partner zu lernen. Gleich-

zeitig werden die erfahreneren Schülerinnen und Schüler gefordert, da sie mit einer unerfahreneren Partnerin oder Partner an der Seite mehr Verantwortung tragen; einerseits für den Erfolg des Teams und andererseits als einfühlsamer ‚Mentor‘ für die Partnerin bzw. den Partner. Als Lehrkraft ist es entscheidend, frühestmöglich die tenniserfahrenen Schülerinnen und Schüler zu identifizieren und als ‚Mentoren‘, ‚Experten‘, ‚Co-Trainer‘ oder einfach als ‚Buddy‘ in die Unterrichtseinheit bzw. -reihe unterstützend einzubinden, um auch diese Schülerinnen und Schülern ihren Fähigkeiten nach zu fördern und zu fordern. Zusätzlich zur bereits beschriebenen Doppel-Situation, können und sollten die ‚Mentoren‘ auch in Trainingsübungen als Helferinnen und Helfer eingesetzt werden.

Tennis in der Schule kann mit der Anbahnung der weiter oben beschriebenen sozialen Kompetenzen nicht nur zur Erziehung durch Sport bzw. zu einer ganzheitlichen Entwicklungsförderung beitragen: Innerhalb der Erziehung zum Sport, die den zweiten Teil des Doppelauftrag des Sportunterrichts (MSW NRW, 2014, S. 6) bildet, bietet sich Tennis als sogenannter ‚Lifetime-Sport‘ besonders an. Tennis kann bis ins hohe Alter betrieben werden (Ferrauti, Maier & Weber, 2016), sodass in der Schule möglichst vielen Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit gegeben werden sollte, sich für diese Disziplin als ihre Lifetime-Sportart oder eine ihrer Lifetime-Sportarten zu entscheiden.

Herausforderungen und Grenzen

Neben den vielen Chancen, die Schultennis bieten kann, existieren Herausforderungen und Grenzen gleichermaßen. Durch diese erscheint vielen Sportlehrenden die Hürde, Tennis in den Schulsport zu integrieren, oftmals hoch oder gar zu hoch. Tennis wird allgemein mit zwei bis vier Spielerinnen und Spielern auf einem Tennisplatz assoziiert. Auch wenn dies der Norm in Tennistraining und -wettkampf entsprechen mag, gibt es vielfältige Möglichkeiten, Tennisunterricht nicht nur für deutlich mehr als vier Spielerinnen und Spieler, sondern auch ganz unabhängig von der Verfügbarkeit eines oder mehrerer Tennisplätze zu gestalten. Schultennis kann, genau wie viele andere Sportarten, problemlos in der Sporthalle oder auf dem Schulhof durchgeführt werden. Zu Beginn sind zudem keinerlei Netze erforderlich. Sind keine festen oder portablen Netze vorhanden, können unterschiedlichste Materialien als Netzersatz dienen: Turnbänke, Kastenteile, Stühle, kleine Kästen sowie jede Art von Seilen oder Absperrband. Auch die Abgrenzung eines Spielfelds kann zu Beginn komplett wegfallen. Wird dies jedoch trotzdem zu Beginn oder im

Verlauf der Unterrichtsreihe als zielführend erkannt, kann auch hier auf viele in der Schulsporthalle vorhandene Materialien zurückgegriffen werden: Von bereits auf dem Hallenboden angerichteten Linien, über Kreppband und Markierungsstreifen bis hin zu flachen Hütchen ist vieles möglich.

Eine größere Herausforderung kann die Beschaffung des Spielmaterials darstellen. Zu Beginn einer Unterrichtsreihe bzw. zu Beginn des Schuljahrs innerhalb einer Tennis-AG können vielfältige Übungen und Spiele zur Heranführung an Rückschlagspiele und den Tennissport durchgeführt werden, die keinerlei tennisspezifisches Material benötigen. Ab einem bestimmten Punkt in der Unterrichtsreihe bzw. innerhalb der AG, stellen Tennisbälle und -schläger jedoch eine unabdingbare Voraussetzung dar. Aber auch hier gibt es eine Vielzahl an Möglichkeiten, diesem Engpass vorzubeugen. Es bietet sich zunächst an, eine Kooperation mit einem Tennisverein in der Nähe der Schule zu schließen (Deutscher Tennis Bund, 2017). Seit 1994 verzeichnen viele Tennisvereine und Tennisschulen Mitgliederrückgänge (Deutscher Tennis Bund, 2018). Mit zunehmendem Ganztags-Unterricht an den Schulen, sind zudem gerade die frühen Nachmittagsstunden immer schwieriger mit Training zu belegen. Daher sind viele Tennistrainerinnen und -trainer froh, wenn sie diese ‚toten Zeiten‘ mit Angeboten in bzw. in Zusammenarbeit mit den umliegenden Schulen füllen können. Diese Angebote können konkrete Unterrichtsreihen (in Zusammenarbeit von Tennistrainerinnen bzw. -trainern und Sportlehrenden), Tennis-AGs, Aktionstage sowie bewegte Pausen umfassen. Aber auch eine Kooperation hinsichtlich des benötigten Materials kann für beide Seiten sinnvoll und gewinnbringend sein: Der Tennisverein stellt der Schule für die Unterrichtsreihe(n) Tennisschläger und -bälle zur Verfügung und profitiert davon, dass mehr Schülerinnen und Schüler mit der Sportart Tennis in Berührung kommen und nach der Unterrichtsreihe evtl. den Weg in den Tennisverein finden. So kann eine Win-Win-Situation zwischen Schule und Verein geschaffen werden. Auch der jeweilige regionale Tennisverband ist ein guter Ansprechpartner bzgl. Unterstützung und Hilfestellungen.

Beim Material sollte im Idealfall darauf geachtet werden, dass möglichst passende Schläger und Bälle Verwendung finden, d.h. kleinere Schläger für jüngere und kleinere Lernende sowie druckreduzierte Bälle. Können diese ‚Stellschrauben‘ jedoch nicht angepasst werden, muss sich die Lehrkraft anderer Modifikationsmöglichkeiten (Aufgabenstellung, Feldgröße etc.) bedienen.

Ist passendes und ausreichendes Spielmaterial vorhanden, kann es in die praktische Umsetzung gehen (siehe Kapitel 4.) Ausreichend sind hierbei bereits ein Schläger pro zwei Personen sowie ein Ball pro Person. Jedoch gilt, je mehr unterschiedliches Material zur Verfügung steht, desto besser.

Tab. 1: Tennis in der Schule – Auf einen Blick.

Tennis in der Schule – Auf einen Blick	
✓	1 Schläger pro 2 Personen (passende Größe)
✓	1 Ball pro Person (idealerweise druckreduziert)
✓	Netze oder Netz-Ersatz (Bänke, Kastenteile etc.)
✓	Hallenwände
✓	Passende Organisationsform (z.B. Stationentraining)
✓	Mit- und gegeneinander spielen
✓	Einzel und Doppel

2 Inklusion im Tennis umsetzen - Zielgruppen und Methodik

Durch das Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen der Vereinten Nationen (UN-BRK) ist im Inklusionsdiskurs die Teilhabe von Menschen mit Behinderung besonders in den Fokus gerückt. Somit beziehen sich die folgenden Kapitel vor allem auf die Teilhabe von Schülerinnen und Schülern mit sonderpädagogischem Förderbedarf, für die sportliche Aktivität in besonderem Maße von Bedeutung ist, da sie zur Verbesserung der Alltagsbewältigung sowie zu psychischer und physischer Gesundheit beiträgt und Gemeinschaftserlebnisse, soziale Akzeptanz, Selbstbestimmung und Selbstbewusstsein fördert (Schliermann, Anneken, Abel, Scheuer & Froböse, 2014). Trotz der Inklusionsdebatte liegt die Teilhabe von Schülerinnen und Schülern mit sonderpädagogischem Förderbedarf am Regelsportsystem jedoch weiterhin drastisch unter der von Schülerinnen und Schülern ohne Behinderung (Anneken & Stolz, 2017; Becker & Anneken, 2013), obwohl Förderschülerinnen und -schüler bei einer repräsentativen Studie auf die Frage „Wie gerne machst Du Sport?“ zu rund 85% mit „gerne“ oder sogar „sehr gerne“ antworteten (Anneken & Stolz, 2017, S. 21). Die gleiche Autorengruppe schätzt die Beteiligung von Kindern mit Behinderung am System des organisierten Sports auf 11%, wohingegen beispielsweise die Medikus-Studie die Aktivität von Kindern ohne Behinderung in einem Sportverein mit 60,9% angibt (Grgic & Züchner, 2013).

Im schulischen Sportunterricht ist Tennis eine eher ‚exotische‘ Sportart, die jedoch laut Umfragen eindeutig zu den Disziplinen gehört, die seitens der Lernenden gewünscht werden (Deutscher Sportbund, 2006; Gabler, 2007). Tennis weist sowohl einen hohen Aufforderungscharakter als auch einen hohen Stellenwert im Freizeitsport auf, kann durch eine deutschlandweit flächendeckende Ansiedlung von Tennisvereinen sowie mediale Präsenz womöglich in besonderem Maße zu lebenslangem Sporttreiben motivieren und somit nachhaltig zur Partizipation von Menschen mit Behinderung im Freizeitsport beitragen. Der Schulsport als einziger Ort, an dem alle Kinder mit oder ohne Behinderung, auch ungeachtet eigener finanzieller Mittel und ihrer Sozialisation, regelmäßig mit Bewegung, Spiel und Sport in Berührung kommen, nimmt somit eine wichtige Rolle für die Teilhabeförderung der Schülerinnen und Schüler ein.

Es wird schnell ersichtlich, dass die methodische Umsetzung von Tennis zur Erreichung von Inklusionszielen in der Schule beitragen kann, wenn ein Blick auf die etablierten Modifikationsmöglichkeiten des Sports geworfen wird. Diese lassen sich etwa anhand der unterschiedlichen Förderschwerpunkte (FS) von Schülerinnen und Schülern kategorisieren:

FS Körperliche und motorische Entwicklung

Grundsätzlich könnte als das einzige körperliche ‚Ausschlusskriterium‘, um Tennis zu spielen, betrachtet werden, den Schläger nicht halten zu können. Dabei gibt es durchaus Beispiele von Sportlerinnen und Sportlern, etwa mit spastischer Cerebralparese, die den Schläger mit Hilfe von Tape an der Hand festbinden und damit sogar paralympische Erfolge feiern.

Aus sportlichen Aspekten und aus Gründen der Sicherheit, sollte Tennis von Rollstuhlfahrerinnen und -fahrern ausschließlich in einem Sportrollstuhl gespielt werden, der Verletzungsrisiken durch Umkippen bei diesem kontaktlosen Sport nahezu ausschließt. Das Regelwerk ist im Rollstuhltennis identisch mit dem des regulären Tennis, bis auf die Ausnahme, dass der Ball zwei Mal aufspringen darf. Neben dem Tennisschläger kommt also noch der Umgang mit dem zusätzlichen Sportgerät Rollstuhl hinzu, dessen Training ein hoher Stellenwert eingeräumt werden muss. Viele koordinative Übungen, etwa zur Beinarbeit im Tennis, können dabei ohne großen Aufwand auf die Mobilität im Sportrollstuhl übertragen werden (Höfken & Anneken, 2017a; Bullock, 2015). Alle gängigen Vermittlungsebenen, also auditiv, visuell und taktil können angewandt werden, wobei zu beachten gilt,

dass taktiler Lernen bei Sportlerinnen und Sportlern mit körperlicher Behinderung möglicherweise eingeschränkt sein kann.

FS Sehen, FS Hören und Kommunikation

Für Lernende mit Einschränkung der Sehfähigkeit bzw. Blindheit bietet sich die Tennis-Teildisziplin Blindentennis an. Um sich zu orientieren, werden hierbei die Spielfeldlinien mittels einer mit Tape überklebten Schnur taktil erfahrbar gemacht. Der Ball ist etwas größer als ein regulärer Tennisball, mit Schaumstoff umzogen und mit rasselnden Metallstiften gefüllt. Dies ermöglicht eine akustische Verortung und minimiert die Spielgeschwindigkeit sowie das Verletzungsrisiko. Bei vollblinden Spielerinnen und Spielern mit wenig Sehrest darf der Ball bis zu drei Mal aufkommen, bei Spielerinnen und Spielern mit mehr Sehrest zwei Mal. Das dreidimensionale Spiel macht Tennis für Lernende mit Sehbeeinträchtigung besonders herausfordernd, aber auch attraktiv. Gerade das taktile Lernen in Verbindung mit exakten Bewegungsbeschreibungen durch die Lehrkraft und eine sichere Umgebung sind hier von großer Bedeutung. Sich zunehmend dynamisch zwischen Linien und Netz bewegen und orientieren zu können, die Verbesserung von Antizipation und Imagination, Technik, Koordination und Kondition, sind elementare Ziele (Höfken & Anneken, 2017b).

Lernende mit Einschränkung der Hörfähigkeit benötigen zunächst keine grundlegende Regelmodifikation, wobei bei offiziellen Wettkämpfen im sog. ‚Gehörlosentennis‘ der Einsatz von Hörhilfen verboten ist. Diese Praxis ist im Setting des Schulsports nicht immer zielführend, im Gegenteil sollte hier der Umgang mit Hörhilfen oder FM-Anlagen mit Mikrofonen für Lehrende trainiert werden. Beim kontaktlosen Tennissport bestehen nur wenige Verletzungsrisiken durch Hörhilfen. Weil diese jedoch in ihrem Design und der Anbringung am Körper stark variieren können, muss immer individuell mit den Schülerinnen und Schülern oder ihren Eltern abgesprochen werden, ob die Geräte im Sportunterricht getragen werden sollten und wann möglicherweise Risiken entstehen können. Zum Beispiel sollte der Bereich eines Cochlea-Implantats bei Gruppen-Aufwärmspielen vor Zusammenstößen geschützt werden. Außerdem kann Schweißbildung zu Ausfällen einiger Geräte führen. Neben visueller und taktiler Vermittlung kommt der Kommunikation mit dieser Zielgruppe eine besondere Rolle zu. Da der Großteil der Personen mit Hörschädigung noch akustische Reize hören kann oder die Fähigkeit zum Lippenlesen besitzt (Schliermann et al., 2014), ist der generelle Verzicht auf

Sprache eher kontraproduktiv. Vielmehr können die verbalen Informationen durch Gestik und Bewegungsdemonstrationen unterstützt sowie die Lernenden während des Sprechens angeschaut und aus geringer Distanz angesprochen werden. Zusätzlich können für die Erleichterung der Kommunikation klare nonverbale Zeichen vereinbart oder Schilder genutzt werden. Zu bedenken ist außerdem, dass es bei Schädigungen des Vestibulärapparats zu einer verminderten Gleichgewichtskontrolle oder durch den Ausfall des akustischen Signals beim Aufspringen und Schlagen des Balls zu Timing-Problemen kommen kann. Diese Defizite gilt es von der Lehrkraft im Laufe des Sportunterrichts zu erkennen und durch gezielte Rhythmus- bzw. Gleichgewichts-Schulung zu beheben (Höfken & Anneken, 2017c).

FS Lernen, FS Geistige Entwicklung, FS Sprache, FS Emotionale und soziale Entwicklung

Durch die Verschiedenheit an Voraussetzungen einer sog. geistigen Behinderung sowie gleichfalls der weiteren hier angesprochenen Förderschwerpunkte, ist diese Klientel äußerst vielseitig. Ganzheitliches und handlungsorientiertes Lernen ist in der Art und Weise der Vermittlung von tennisspezifischen Bewegungsmustern für die Zielgruppe der Schülerinnen und Schüler mit geistiger Behinderung zergliedernden und technikorientierten Methoden vorzuziehen. Bewegungen sollten dabei nicht nur beschrieben und erklärt, sondern auch demonstriert und gemeinsam durchgeführt werden. Komplexität zu reduzieren und einfache Sprache zu nutzen, Rituale und klare Strukturen zu etablieren, Regeln und Konsequenzen transparent zu machen, die individuelle Aufnahmefähigkeit, Abspeicherung von Informationen und das Lerntempo zu berücksichtigen, Herausforderungen zu generieren und Erfolgserlebnisse zu stärken, sind Erfolgsfaktoren beim Tennisspielen mit Menschen mit geistiger Behinderung (Höfken & Anneken, 2017d). Die reguläre Tennis-Zählweise (15, 30, 40, Spiel/Vorteil-Regel) oder die Häufigkeit des erlaubten Ballaufsprungs zu modifizieren, ist in jeder Übungsform ein Leichtes. Im Tennisunterricht Spiele zu entwickeln, auszuprobieren und zu reflektieren bietet unterdessen viele Anlässe, Kommunikationsfähigkeit und Sprachentwicklung zu fördern. Dazu zählen auch Präsentationsphasen, in denen Spielverläufe und Ergebnisse oder die von den Lernenden ausgedachten Regelmodifikationen gegenüber den Mitschülerinnen und Mitschülern verbalisiert werden müssen. Durch gemeinsam erarbeitete Diskussions- und Präsentationsregeln entsteht dabei eine positive, respekt-

volle Lernatmosphäre, bei der die vielseitigen Gelegenheiten zum Umgang mit Sieg und Niederlage innerhalb der zahlreichen Übungs- und Spielformen einer Tenniseinheit angesprochen werden können.

3 *Stellschrauben finden* – Tennis als Beispiel für innere Differenzierung

Um den Teilnehmerinnen und Teilnehmern heterogener Lerngruppen individuell gerecht zu werden, müssen die Übungsangebote, Spielformen und sonstigen inhaltlichen Bestandteile einer Einheit differenziert werden. Sportgruppen werden zu meist äußerlich differenziert. Das heißt, dass Teilnehmerinnen und Teilnehmer nach Leistungsstand, Anlagen, Fähigkeiten oder Zielgruppen (z.B. nur Frauen oder Männer, nur bestimmte Altersklassen etc.) selektiert werden. Im gemeinsamen Unterricht der inklusiven Schule ist dies nicht der Fall. Bei innerer Differenzierung bleibt die Gruppe so bestehen, wie sie ist, dafür wird auf den Ebenen Inhalt, Didaktik und Methodik sowie Sozial- und Organisationsform differenziert, um dem Einzelnen eine freudvolle Partizipation zu ermöglichen und die Chance zu bieten, sein individuelles Entwicklungspotenzial zu entfalten.

Viele Modelle zur Differenzierung sportlicher Aktivitäten (STEP, TREE, Adapted Technique, CHANGE IT), weisen eine gewisse Schnittmenge in Bezug auf die Komponenten von Anpassungsmöglichkeiten auf: Vermittlungsstil, Material und Ausrüstung, Teilnehmende, Raum, Aufgabenstellung und Regeln (Schoo, 2013).

Die Anwendung dieser Differenzierungsmodelle am Beispiel der Sportart Tennis beweist deren Potenzial für den Unterricht. Hier lassen sich viele ‚Stellschrauben‘ identifizieren, sodass durch kleine Veränderungen die Partizipationsmöglichkeiten maximiert werden können, immer in Anbetracht der Voraussetzungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Um diese Stellschrauben finden zu können, muss eine Analyse der Sportart, der Regeln und der äußeren Bedingungen sowie der beteiligten Personen vorangehen. Studien zeigen, dass die Teilnahme am Sportunterricht von Schülerinnen und Schülern mit Behinderung die motorischen Leistungen der Kinder und Jugendlichen ohne diagnostizierten Förderbedarf nicht beeinflusst und dabei die methodischen und didaktischen Modifikationen von Sportspielen akzeptiert werden, solange sich diese nicht zu weit vom eigentlichen Sportcharakter entfernen (Hölter, 2013). Bei allem Drehen an Stellschrauben sollte sich eine Tennis-Übung oder -Einheit also für alle Schülerinnen und Schüler auch immer nach Tennis ‚anfühlen‘ und nur dort geändert werden, wo es notwendig und solange es notwendig ist.

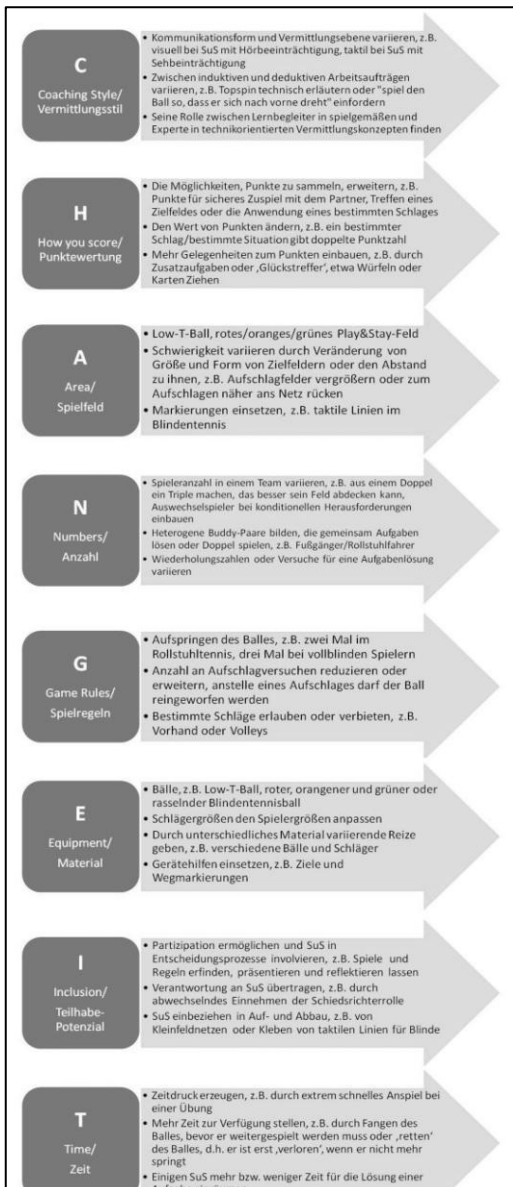


Abb. 1: Modell der Inneren Differenzierung im Tennisunterricht, modifiziert nach CHANGE IT (Australian Sports Commission, 2007).

Beispielhaft wird an dieser Stelle das ‚CHANGE IT‘-Modell der Australien Sports Commission (2007) konkret auf die Sportart Tennis angewandt (Abbildung 1). Gelegenheiten für eine innere Differenzierung im Tennisunterricht sind zahlreich vorhanden - die Aufgabe jedes Lehrenden ist es aber, anhand der Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler genau die Modifikationen zu finden, die Teilhabe ermöglichen und weder Unter- noch Überforderung herstellen, also motivierende Herausforderungen generieren. Die Lernenden selbst in diese Entscheidungs-, Regelentwicklungs- und Veränderungs-Prozesse einzubeziehen, kann dabei besonders gewinnbringend sein, um erfolgreichen inklusiven Sportunterricht zu gestalten.

Die Voraussetzungen hierfür bilden Mut und Anspruch der Lehrkraft, bestehende Strukturen kreativ zu modifizieren, indem Verschiedenheit als Chance betrachtet wird.

4 Exemplarische Stufung eines Unterrichtsvorhabens sowie Spiel- und Übungssammlung

Das folgende, exemplarisch gestufte Unterrichtsvorhaben orientiert sich an den *Rahmenvorgaben für den Schulsport* sowie am *Kernlehrplan für die Gesamtschule* des Landes Nordrhein-Westfalen (MSW NRW, 2014). Es sollten zur Bearbeitung der jeweiligen Stufen jeweils mehrere Schulstunden eingeplant werden.

Klasse: 6 – Gemeinsamer Unterricht

Bewegungsfeld und Sportbereich:

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Pädagogische Perspektiven:

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

Thema des Unterrichtsvorhabens: Einführung in das Rückschlagspiel Tennis – Mit- und Gegeneinander spielen

Ziele des Unterrichtsvorhabens: Die Lernenden erwerben grundlegende Fähigkeiten und Fertigkeiten für Partner- und Rückschlagspiele am Beispiel Tennis: Im Fokus der Reihe stehen die Verbesserung von Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz, besonders der koordinativen Fähigkeiten Differenzierung und Koppelung. Mit unterschiedlichen Spielpartnerinnen und -partnern setzen sich die Lernenden mit den Basistechniken Vorhand, Rückhand, Volley und Aufschlag koope-

rierend (miteinander den Ball im Spiel halten), sowie herausfordernd (an die Leistungsgrenze des Partners spielen) sowie überfordernd (gegeneinander, über die Leistungsgrenze des Partners hinaus spielen) in Einzel- und Doppelsituationen auseinander.

Fachdidaktische Einordnung

Das Partner- bzw. Rückschlagspiel Tennis lässt sich dem Bewegungsfeld und Sportbereich „Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele“ zuordnen (MSW 2014, S. 19). Eine vorgegebene Spielidee und ein historisch gewachsenes Regelwerk liegen dem Tennissport zugrunde. Der Erwerb spielbezogener Wahrnehmungs-, Entscheidungs- und Handlungsmuster sowie angemessener Fähigkeiten im konditionellen, technischen und taktischen Bereich bilden hier einen deutlichen Schwerpunkt. Im Kernlehrplan für die Gesamtschule wird für das Ende der Jahrgangsstufe 6 beispielsweise folgende zu erwerbende Kompetenz formuliert: „ein Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen.“ (MSW NRW, 2013, S. 30).

Daher werden didaktisch reduziert elementare Grundtechniken und Situationen des Tennisspiels thematisiert, sodass die grundlegende Spielidee von Rückschlagspielen am Beispiel des Tennis erfahren werden kann. Dabei versucht die Reihe vor allem spielerisch, kreativ und induktiv durch Ball- und Schlägergewöhnung und variantenreiche Kooperations- und Wettkampfformen konkrete Techniken und Taktiken des Tennisspielens anzubahnen. Durch die Entwicklung, Anwendung und Bewertung eigener sowie vorgegebener Spielideen sollen die Lernenden außerdem „einfache Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen“ lernen (MSW NRW, 2013, S. 31). Weiter findet am Beispiel Ausdauer eine Einheit mit dem thematischen Schwerpunkt Gesundheit statt.

Methodisches Vorgehen

Die Vermittlung der Inhalte auf der Fachebene orientiert sich am *Spielgemäßen Konzept* (Söll, 2011; Krick, 2009), innerhalb dessen Verständnis „Spielen und Üben“ zusammengehören (Kolb, 2011). Der Technikerwerb erfolgt also möglichst mit Spielformen, kann aber bei Bedarf durch zielgerichtete Technik-Übungsformen unterbrochen und ergänzt werden. Außerdem fließen Ideen des *Genetischen Lernens* in die Unterrichtsreihe ein, das unter den Grundsätzen „spielen – erfinden – erleben – verstehen“ zusammengefasst werden kann (Loibl, 2001), wobei ein we-

sentliches Unterrichtsziel immer die Beteiligung der Schülerinnen und Schüler an der Entwicklung von Sportspielen und dadurch ihrer Spielfähigkeit ist. Weitere zugrundeliegende sportartspezifische Konzeptionen bilden die Schulsportkonzeption des Deutschen Tennis Bundes (2017) sowie das ‚Play & Stay‘-Konzept der International Tennis Federation (2007), die ein besonderes Augenmerk auf die an unterschiedliche Spieler anpassbaren Determinanten Feldgröße-Schlägergröße-Balldruck legen und ebenfalls spielorientierte Vermittlungswege favorisieren. Grundsätzlich bilden die nachfolgenden Prinzipien die Grundlage für das methodische Vorgehen (Bielefelder Sportpädagogen, 2003): Vom Bekannten zum Unbekannten, vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Langsamen zum Schnellen sowie vom rollenden zum springenden Ball.

Auf der ersten Stufe steht der Umgang mit unterschiedlichen Schlägern, Bällen und anderen artverwandten Spielgeräten sowie das Entwickeln, Erproben und Vorstellen eigener Rückschlagspielideen im Vordergrund, um einen selbstständigen, kreativen, herausfordernden Einstieg in das Thema zu ermöglichen. Auf der zweiten Stufe werden die Grundschläge Vorhand und Rückhand spielgemäß kooperierend mit einer Spielpartnerin bzw. einem Spielpartner angebahnt, um zunehmend kontrolliertes Miteinander-Tennis-Spielen zu erarbeiten. Im dritten Schritt können die Lernenden ihre erworbenen technischen Fähigkeiten in einem didaktisch reduzierten Doppel-Wettkampf erproben und versuchen, taktisch anzuwenden. Auf der vierten Stufe wird versucht, die erlernten Techniken in Kombination mit verschiedenen koordinativen Zusatzübungen, bspw. in Form eines Stationentrainings anzuwenden. Im fünften Schritt werden den Schülerinnen und Schülern unterschiedliche Wettkampfformen aufgezeigt, die sie ausprobieren, bewerten und gegebenenfalls modifizieren müssen unter den Aspekten Spielidee, Regeln, Fairness, Spaß für alle etc. Ziel dieses Schritts ist es, sich abschließend auf eine Wettkampfform zu einigen, die abschließend mit allen als Turnierform umgesetzt wird.

Tab. 2: Exemplarische Stufung eines Unterrichtsvorhabens.

Stufe	Thema	Fachbezogene Ziele Die Lernenden erhalten die Möglichkeit,
1	Rückschlagspiele - was ist das? Spiele erfinden und spielen!	... durch die Bereitstellung einer Vielzahl unterschiedlicher Bälle, Schläger und sonstiger Materialien einen kreativen Einstieg in das Rückschlagspielen zu gewinnen.
2	Tennis miteinander spielen!	... sich im Zusammenspiel zu üben, indem sie spielerisch die Grundschnitte Vor- und Rückhand anwenden.
3	Vorhand und Rückhand im Doppelpack!	... gemeinsam mit ihrer Doppelpartnerin bzw. ihrem Doppelpartner die Grundschnitte zu wiederholen und wettkämpfend Doppeltaktiken auszuprobieren.
4	Stationentraining!	...die erlernten Techniken in Kombination mit koordinativen Zusatzübungen an verschiedenen Stationen üben.
5	Spiel, Satz und Sieg!	... verschiedene Wettkampfformen kennenzulernen, auszuprobieren und zu bewerten.
6	Ganz großes Tennis!	... ihre erworbenen Fähigkeiten anzuwenden, indem sie aus den Wettkampfformen der vergangenen Stunde gemeinsam eine auswählen und ein klasseninternes Tennisturnier organisieren und spielen.

Übungs- und Spiele-Sammlung

Im Folgenden wird eine umfangreiche Übungs- und Spiele-Sammlung präsentiert, die als Baukasten-Prinzip zu verstehen ist. Im inklusiven Sportunterricht kann durch die zuvor beschriebenen Maßnahmen innerer Differenzierung jede Übungsform an die Voraussetzungen der Lernenden angepasst werden. Die angeführte exemplarische Unterrichtsreihe kann je nach individueller Situation und Voraussetzung mit den vorgestellten Übungen und Spielen gefüllt werden. So können z.B. Übungen aus dem Bereich „Fangen und Werfen“ durchaus in jeder Einheit der Unterrichtsreihe zum Einstieg und/oder zum Aufwärmen eingesetzt werden.

Die Heranführung

Wie bereits erwähnt, sind zunächst keinerlei tennisspezifische Materialien nötig, um die ersten Schritte in Richtung Tennis zu gehen. Die ersten grundlegenden Bewegungselemente für eine Rückschlagsportart wie Tennis sind das Werfen und

Fangen von Bällen aller Art. Angelehnt an die „Ballsschule Rückschlagsspiele“ (Roth, Kröger & Memmert, 2015) werden zunächst diese Basis-Elemente erlernt. Unter anderem können Lehrkräfte bereits in dieser Phase erkennen, wie die Vorkenntnisse und das Fertignivell in Richtung Rückschlagsspiele innerhalb der Gruppe gelagert sind. Als zweiter Aspekt kommt dann der Umgang mit dem Spielgerät ‚Schläger‘ und der Kombination aus ‚Schläger und Ball‘ hinzu, wobei dies zu Beginn nicht unbedingt Tennisschläger und Tennisbälle sein müssen. Die in diesem Abschnitt vorgestellten Inhalte passen beispielsweise in die 1. Unterrichtseinheit der zuvor beschriebenen exemplarischen Unterrichtsreihe.

1. Übung: Fangen und Werfen

Material: Verschiedene Bälle wie Tennisbälle, Tischtennisbälle sowie Hand-, Basket-, Fuß-, und Volleybälle

Organisation: 2er- bzw. 4er-Gruppen in der gesamten Halle. Gruppen möglichst heterogen mischen, um direkt die zuvor beschriebenen sozialen Aspekte mit einzubinden.

Durchführung: Die Gruppen haben die Aufgabe, vielfältige Wurf- und Fangerfahrungen zu sammeln. Die Bälle werden regelmäßig gewechselt bzw. getauscht. Die Bälle werden von oben, von unten, seitlich, mit beiden oder mit einer Hand geworfen sowie aus der Luft, nach dem Aufsprung, mit beiden oder mit nur einer Hand gefangen. Die Lernenden beginnen im Stand und bewegen sich nach und nach mehr und schneller. Zunächst induktive Aufgabenstellungen, später dann deduktive Vorgaben.

Variationen: Für jede Aufgabenstellung gibt es zur besseren Differenzierung jeweils mehrere „Level“ bzw. Schwierigkeitsstufen, wie z.B. Fangen des Balls nach dem Aufsprung (1), Fangen des Balls aus der Luft (2), Fangen des Balls mit nur einer Hand (3). Hat eine Gruppe das Level geschafft, bekommt sie die nächstschwierigere Aufgabenstellung. Kooperativer Beginn, später dann herausforderndes Werfen zum Partner.

Dauer/Umfang: Je nach Gruppengröße und Leistungsstand 10-20 Minuten.

2. Übung: Ball- und Schlägergewöhnung

Material: Verschiedene Schläger und dazu passende Bälle. Tennis, Tischtennis, Holzbretter mit passenden Bällen, Beachball, Floorball bzw. Unihockey. Im weiteren Verlauf dann nur noch Tennisschläger und -bälle.

Organisation: Zunächst jeder Lernende alleine, später erneut 2er- bzw. 4er-Gruppen in der gesamten Halle. Gruppen möglichst heterogen mischen, um direkt die zuvor beschriebenen sozialen Aspekte mit einzubinden.

Durchführung: Die Lernenden bewegen mit Hilfe des Schlägers die Bälle durch die Halle (induktive Aufgabenstellung). Die Schläger und Bälle werden regelmäßig gewechselt bzw. getauscht. Die Bälle sollen möglichst sowohl am Schläger über den Boden geführt als auch kontrolliert nach oben-vorne geschlagen werden. Hierbei ist auf genügend Raum für jeden einzelnen Lernenden zu achten. Zu Beginn sollen Bewegungen nur in eine Richtung (z.B. im Uhrzeigersinn) erfolgen. Später werden die Bälle nur noch in der Luft bewegt und die Lernenden dürfen durcheinander laufen (Schulung der Orientierungsfähigkeit).

Innerhalb der Gruppen werden die Bälle zunächst kooperativ hin und her gespielt, um dann später herausfordernd zur Partnerin oder dem Partner gespielt zu werden. Hierbei stehen sich die Schülerinnen und Schüler in der 2er-Gruppe jeweils im Einzel, in der 4er-Gruppe jeweils im Doppel gegenüber. Alle Gruppen sollten hierbei die gleiche Schlagrichtung einnehmen (idealerweise quer zur Halle).

Variationen: Für jede Aufgabenstellung gibt es erneut jeweils mehrere „Level“ bzw. Schwierigkeitsstufen: Spielen des Balls über den Boden (1), Spielen des Balls durch die Luft mit Aufsprung (2), Spielen des Balls durch die Luft ohne Aufsprung (3). Hat eine Gruppe das Level geschafft, bekommt sie die nächstschwierigere Aufgabenstellung.

Organisationsvariation: Stationentraining. An jeder Station sind andere Schläger und Bälle in Verbindung mit unterschiedlichen Aufgabenstellungen.

Gleiche Übungen ausschließlich mit Tennisschlägern und -bällen durchführen.

Dauer/Umfang: Je nach Gruppengröße und Leistungsstand 10-20 Minuten.

Die Hallenwände

Jede Schulsporthalle hat mindestens eine und im Idealfall vier Wände, die für Tennis in der Schule genutzt werden können. Die Rückschlagsportart Tennis lebt davon, dass der Ball in Bewegung ist und zwischen den Parteien hin und her gespielt wird. Um zu Beginn und zu Trainingszwecken auch im weiteren Verlauf jedem Lernenden ausreichend Wiederholungen und eine gleichbleibende und kontrollierte Lernsituation zu verschaffen, bieten sich die Hallenwände als ‚Spielpartner‘ an. Wichtig ist der Sicherheitsabstand zwischen den einzelnen Lernenden sowohl zur

Seite als auch nach hinten. Die Übungen dieses Abschnitts können in die Unterrichtseinheiten 2-4 der exemplarischen Unterrichtsreihe einfließen.

3. Übung: Fangen und Werfen gegen die Wand

Material: Verschiedene Bälle wie Tennisbälle, Tischtennisbälle sowie Hand-, Basket-, Fuß-, und Volleybälle. Später nur unterschiedliche Tennisbälle.

Organisation: Jeder Lernende zunächst jeweils alleine, später 2er-Gruppen in der gesamten Halle an jeder zur Verfügung stehenden Wand.

Durchführung: Die Bälle werden gegen die Wand geworfen und wieder gefangen. Variationen wie in Übung 1. Im weiteren Verlauf wirft A den Ball gegen die Wand, B fängt diesen und wirft den Ball seinerseits gegen die Wand, damit A diesen fangen kann usw.

Variationen: Kooperativer Beginn, später dann herausforderndes Werfen zur Partnerin bzw. zum Partner. Erste Spielformen möglich: Ball muss immer in einem bestimmten Feld landen. Ein Punkt kann gewonnen werden, wenn der Gegnerin bzw. der Gegner den Ball nicht fängt oder ins Aus wirft. Die Spielfeldgröße kann je nach Leistungsfähigkeit der Spielenden individuell angepasst werden.

Dauer/Umfang: Je nach Gruppengröße und Leistungsstand 10-20 Minuten.

4. Übung: Tennis gegen die Wand

Material: Tennisschläger sowie möglichst verschiedene Tennisbälle (Schaumstoffbälle, druckreduzierte Bälle, normale Bälle).

Organisation: s. Übung 3.

Durchführung: Die Bälle werden mit dem Schläger gegen die Wand und möglichst oft zurückgespielt. Zu Beginn relativ nah an der Wand (ca. 2 Meter) und den von der Wand kommenden Ball min. 1x aufspringen lassen.

Variationen: Ball ohne Aufspringen aus der Luft gegen die Wand spielen (,Volley'). Spiel miteinander über die Wand: Spielerin oder Spieler A spielt gegen die Wand, Spielerin oder Spieler B lässt den Ball min. 1x aufspringen und spielt ebenfalls gegen die Wand zu A. Differenzierung durch unterschiedliche Bälle und Entfernung zur Wand.

Kooperativer Beginn, später dann herausforderndes Spielen zur Partnerin bzw. zum Partner. Erste Spielformen wie in Übung 3 möglich.

Dauer/Umfang: Je nach Gruppengröße und Leistungsstand 10-20 Minuten.

Das Spiel übers Netz

Als nächster Schritt kann nun das Spiel über das Netz erfolgen. Wie bereits beschrieben, werden hierfür nicht unbedingt Tennisnetze benötigt. Als Netz-Ersatz können vielfältige Materialien dienen (eine Schnur oder ein Seil spannen, Kasten-teile, kleine Kästen, Langbänke etc.). Wichtig ist zunächst, dass die Spielidee des Tennis, einen Ball über ein Netz ins gegnerische Feld zu platzieren, umgesetzt wird. Die folgenden Übungsbeispiele können von der 2. bis zur 6. Unterrichtseinheit in die Unterrichtsreihe einfließen.

5. Übung: Werfen und Schlagen über das Netz

Material: Druckreduzierte Tennisbälle (rot, orange, grün) oder alte ‚normale‘ Tennisbälle, der Körpergröße der Lernenden angemessene Tennisschläger, Netze oder Netzersatz.

Organisation: Die Netze teilen die zur Verfügung stehende Halle/Fläche längs. Die Schülerinnen und Schüler stehen sich jeweils 1 zu 1 gegenüber. Reicht der Platz nicht aus, steht jeweils noch eine zweite 2er-Gruppe in der ‚Warteposition‘ dahinter und ist ggf. mit Koordinationsübungen beschäftigt. Wichtig ist hierbei, dass der seitliche Abstand zwischen den einzelnen Schülerinnen und Schülern und der Abstand nach hinten zu evtl. wartenden Schülerinnen und Schülern groß genug ist.

Durchführung: Die Lernenden werfen sich zunächst die Tennisbälle über das Netz hinweg hin und her. Sind hier genügend erfolgreiche Wiederholungen geschafft, nimmt A einen Tennisschläger in die Hand und spielt den von B zugeworfenen Ball über das Netz zurück zu B, der den Ball erneut fängt. Nach 10 Wiederholungen erfolgt ein Aufgabenwechsel. Die evtl. wartenden Spielerinnen und Spieler wechseln jeweils nach einer bestimmten Anzahl Würfen bzw. Schlägen ein.

Variationen: Kooperativer Beginn, später dann herausforderndes Werfen zur Partnerin bzw. zum Partner. Der geschlagene Ball soll weiterhin so kontrolliert wie möglich zum Gegenüber geschlagen werden.

Dauer/Umfang: Je nach Gruppengröße und Leistungsstand 15-30 Minuten.

6. Übung: Miteinander spielen über das Netz

Material: s. Übung 5.

Organisation: s. Übung 5.

Durchführung: Die Lernenden spielen miteinander über das Netz hin und her. Der Abstand zum Netz sollte so gewählt werden, dass der Ball von beiden Spielenden

kontrolliert gespielt werden kann. Ziel ist es, zunächst so viele Ballwechsel wie möglich zu schaffen. Als Erleichterung kann der Ball mehrmals aufspringen und/oder, bevor der Ball zur Partnerin oder zum Partner gespielt wird, zunächst ein Kontrollschlag gespielt werden. Dies bedeutet, dass sich die Lernenden den ankommenden Ball mit Hilfe eines kontrollierten Schlags nach oben selbst vorlegen (,Stop and Go‘). Die evtl. wartenden Spielerinnen und Spieler wechseln jeweils nach einer bestimmten Anzahl Würfen bzw. Schlägen ein.

Variationen: Kooperativer Beginn, später dann herausforderndes Spielen mit dem Partner. Nach einer bestimmten erfolgreichen Wiederholungszahl den Abstand zum Netz vergrößern. Sobald die Lernenden den Ballwechsel aufrecht erhalten können, kann der Aufschlag von oben eingeführt werden und die einfache Angabe von unten ersetzen.

Dauer/Umfang: Je nach Gruppengröße und Leistungsstand 15-30 Minuten.

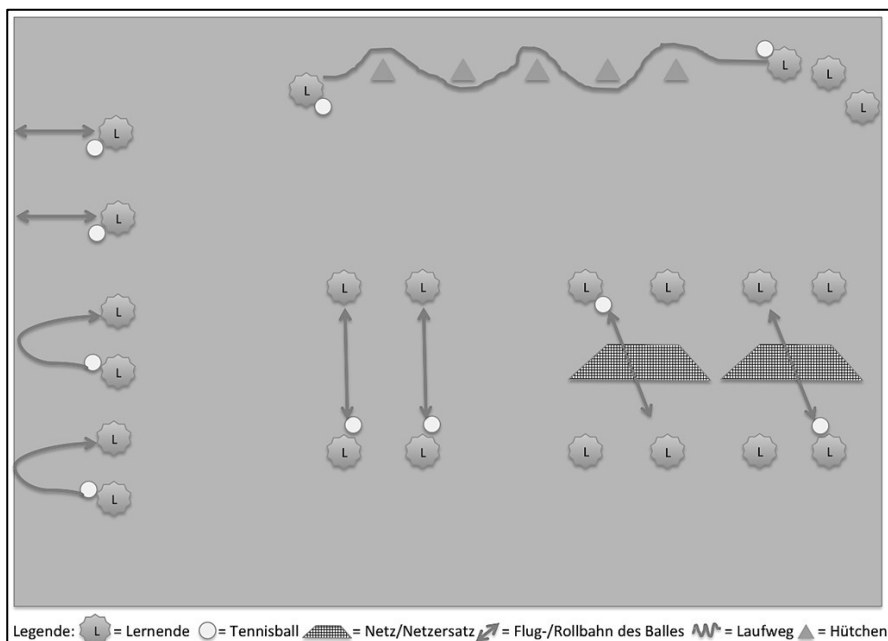


Abb. 2: Beispielhafte Organisationsform in der Turnhalle.

7. Übung: Gegeneinander spielen

Material: Druckreduzierte Tennisbälle (rot, orange, grün) oder alte ,normale‘ Tennisbälle, der Körpergröße der Lernenden angemessene Tennisschläger, Netze oder

Netzersatz, Materialien zur Feldabgrenzung (vorhandene Linien, Markierungslinien, Kreppband etc.).

Organisation: Die Netze teilen die zur Verfügung stehende Halle/Fläche längs. Die Spielerinnen und Spieler stehen sich als Doppel 2 zu 2 gegenüber. Reicht der Platz nicht aus, steht jeweils noch ein weiteres Doppelpaar in der ‚Warteposition‘ dahinter. Wichtig ist hierbei, dass der seitliche Abstand zwischen den einzelnen Paaren und der Abstand nach hinten zu evtl. wartenden Lernenden groß genug ist.

Durchführung: Die Doppelpaarungen spielen gegeneinander im festgelegten Spielfeld. Zählweise und Spieldauer können frei variiert werden. Die evtl. wartenden Doppelpaare wechseln jeweils nach einem oder zwei Punkten ein und spielen entweder unabhängig von den anderen Paarungen gegen das gegnerische Paar oder aber als ein großes Team mit der anderen Doppelpaarung auf ihrer Netzseite.

Variationen: Es kann auch Einzel gegeneinander gespielt werden. Idealerweise werden sowohl die Doppelpartnerinnen und -partner als auch die Gegner regelmäßig durchgewechselt, um möglichst viele verschiedene Konstellationen zu gewährleisten. Eine Differenzierung ist durch die Zählweise möglich: Bei besonders heterogenen Konstellationen kann mit unterschiedlichen Zählweisen gearbeitet werden (z.B. Zusatzpunkt durch Ziehen der höheren Karte aus einem Kartenspiel oder der Verlierer behält seine erspielten Punkte für die nächste Partie).

Dauer/Umfang: Je nach Gruppengröße und Leistungsstand 15-30 Minuten.

1. Spielform: Königsdoppel

Material: 6-12 Schülerinnen und Schüler pro Netz und Spielfeld, mindestens 4 Schläger pro Spielfeld, druckreduzierte Tennisbälle.

Organisation: Es wird über das Netz in Doppelpaarungen gegeneinander gespielt. Die Teams werden vorher ausgelost (jeweils eine erfahrene Schülerin/ein erfahrener Schüler mit einer unerfahrenen Schülerin/einem unerfahrenen Schüler). Das zuerst ausgeloste Paar beginnt auf der Königsseite. Alle anderen Doppelpaarungen (Herausforderer oder „Bauern“) stehen auf der anderen Netzseite. Ein Paar beginnt, die wartenden Paare halten sich in einer abgesteckten Wartezone auf.

Durchführung: Das Königsdoppel bringt den Ball ins Spiel. Gewinnt das Königsdoppel den Ballwechsel, so gewinnt es einen Punkt und das nächste Bauern-Doppel spielt gegen sie den nächsten Punkt. Gewinnt das Bauern-doppel den Ballwechsel, wird direkt anschließend ein zweiter Punkt ausgespielt. Gewinnt das Bauern-doppel diesen Ballwechsel ebenfalls, wechseln sie das Königsdoppel aus. Ge-

winnt das Königsdoppel diesen zweiten Ballwechsel, erhält es einen weiteren Punkt. Wird das Königsdoppel ausgewechselt, behält es die bis dahin erspielten Punkte.

Variationen: Bei einer ungeraden Schülerzahl wechseln die Paarungen auf der Bauernseite jeweils durch, sodass nachher jeder seine eigenen Punkte zählt und nicht im Team.

Dauer/Umfang: Gespielt wird bis 10-15 Punkte oder auf Zeit.

2. Spielform: Rundlauf

Material: 6-16 Schülerinnen und Schüler pro Netz und Spielfeld, mindestens 4 Schläger pro Spielfeld, druckreduzierte Tennisbälle.

Organisation: Die Gruppe teilt sich je zur Hälfte auf die beiden Seiten auf. Die Spielerinnen und Spieler stehen jeweils hintereinander. Es wird ein Spielfeld bestimmt (z.B. die cross gegenüberliegenden Vorhandseiten der Rechtshänder).

Durchführung: Der Ball wird ins Spiel gebracht. Die Spielerinnen und Spieler laufen, nachdem sie den Ball ins Spielfeld gespielt haben, gegen den Uhrzeigersinn (beim Spiel auf der Rückhandseite mit dem Uhrzeigersinn) auf die andere Netzseite und stellen sich wieder an. Spielt man den Ball nicht ins korrekte Feld verliert man ein „Leben“. Gespielt wird, bis nur noch zwei Spielerinnen bzw. Spieler übrig geblieben sind. Diese spielen ein Finale bis 3 Punkte auf dem gesamten Spielfeld aus.

Variationen: Die Spielerinnen und Spieler haben zu Beginn entweder ein oder mehrere „Leben“. Die ausgeschiedenen Spielerinnen und Spieler spielen entweder auf einem weiteren Feld eine neue Runde aus oder bekommen eine Zusatzaufgabe bis die Runde vorüber ist. In der neuen Runde haben die früh ausgeschiedenen Schülerinnen und Schüler mehr Leben als die später ausgeschiedenen.

Dauer/Umfang: Je nach Anzahl der Schülerinnen und Schüler sowie der „Leben“ 3-5 Minuten pro Runde.

3. Spielform: Ein-Schläger-Doppel

Material: 4 Schülerinnen und Schüler pro Netz und Spielfeld, 2 Schläger pro Spielfeld, druckreduzierte Tennisbälle.

Organisation: Es wird über das Netz in Doppelpaarungen gegeneinander gespielt. Die Teams werden vorher ausgelost (jeweils eine erfahrene Schülerin/ein erfahre-

ner Schüler mit einer unerfahrenen Schülerin/einem unerfahrenen Schüler). Jede Doppelpaarung hat nur einen Schläger zur Verfügung.

Durchführung: Es werden Punkte gegeneinander ausgespielt. Der Ball muss innerhalb des Teams abwechselnd geschlagen werden, hierfür muss nach jedem Schlag der Schläger innerhalb des Teams übergeben werden.

Variationen: Bei einer ungeraden Schülerzahl gibt es ein 3er-Team.

Dauer/Umfang: Gespielt wird bis 10-15 Punkte oder auf Zeit. Nach einer Runde (auf Zeit) können die Plätze und Gegner getauscht werden. Liegen die Spielfelder alle in einer Reihe nebeneinander, so steigen die Gewinner einen Platz auf, die Verlierer einen Platz ab. Die Verlierer behalten ihre bereits erspielten Punkte für die nächste Partie.

Stationentraining

Das Stationentraining (Müller & Spellner, 2012) ist auch in der Unterrichtsreihe Tennis eine sinnvolle Organisationsform für den Sportunterricht. So können alle bereits beschriebenen Übungen in Form eines Stationen-Parcours durchgeführt werden. In der 4. Stufe des exemplarischen Unterrichtsvorhabens ist z.B. eine komplette Einheit als Stationentraining vorgesehen. Die Entscheidung pro oder contra Stationentraining hängt u.a. stark vom verfügbaren Platz, Material sowie Anzahl der Lernenden ab. Sind z.B. nur wenige Schläger vorhanden, bietet es sich an, nur so viele Stationen mit Tennisschlägern zu planen, wie eben möglich. An den jeweils anderen Stationen werden Übungen und Spiele ohne Tennisschläger oder mit alternativem Schlaggerät gewählt. Abbildung 2 verdeutlicht eine mögliche Organisationsform für Stationentraining in der Turnhalle.

5 Fazit

Tennis birgt in vielerlei Hinsicht ein besonderes Potenzial für eine Vermittlung im inklusiven Sportunterricht in der Schule: Durch das Loslösen von tradierten Vorstellungen von Platz, Material und Gruppengröße im Tennisunterricht, lassen sich eventuell befürchtete Hürden bei der Organisation einer Tenniseinheit im Kontext Schule überwinden und durch die Möglichkeiten einer Kooperation zwischen Schule und Tennisverein für alle beteiligten Akteure positiv ausbauen. Die Disziplin gehört zu einer der wenigen Sportsportarten, die in einer Vielzahl von Übungsvariationen *miteinander* – und nicht nur *gegeneinander* – gespielt werden kann, ohne an unmittelbarem Aufforderungscharakter und Gelegenheiten, sich zu mes-

sen, einzubüßen. Das erfolgreiche kooperierende Spiel mit einer Partnerin bzw. einem Partner oder in einer Gruppe gegen ein anderes Team generiert wichtige Erfahrungen und Spaß an Bewegung und Wettkampf. Dabei ermöglicht der Sport die gesamte Bandbreite an Interaktion sowohl mit einer Partnerin bzw. einem Partner als auch mit einer Gegnerin bzw. einem Gegner, von miteinander bis herausfordernd und gegeneinander. Jedes Grundgerüst oder ‚Aufgaben-Design‘ lässt sich in unterschiedlichste Schwierigkeitsgrade modifizieren und vor allem durch die Identifikation der diversen ‚Stellschrauben‘, die dieser Sportart in besonderem Maße inhärent sind, innerlich differenzieren und somit individuell an die Voraussetzungen der Teilnehmenden anpassen. So können im Tennis motivierende Szenarien geschaffen, besondere Erfolgserlebnisse vermittelt und der Umgang mit Sieg und Niederlage reflektiert werden – immer mit dem einzelnen Lernenden im Mittelpunkt des Geschehens, sodass in diesem Fall der Slogan ‚Vielfalt als Chance‘ mit Leben und konkreten Inhalten gefüllt wird.

Literaturverzeichnis

- Anneken, V. & Stolz, I. (2017). *Wissenschaftlicher Abschlussbericht zum Projekt „Inklusiv Aktiv - Gemeinsam im Sport“*, Forschungsinstitut für Inklusion durch Bewegung und Sport gGmbH (FIBS). Köln: LVR-Dezernat Schulen und Integration.
- Australian Sports Commision (ASC) (2007). *How to CHANGE IT. A guide to help coaches and teachers improve sport-related games*, Zugriff am 23. September 2017 unter <https://www.sportingschools.gov.au/resources-and-pd/schools/playing-for-life-resources>
- Becker, F. & Anneken, V. (2013). Herausforderungen an eine inklusive Sportlandschaft - Ergebnisse einer Befragung von Sportvereinen im Rheinland zu Chancen, grenzen und Bedarf. In V. Anneken, V. (Hrsg.), *Inklusion durch Sport. Forschung für Menschen mit Behinderungen* (S. 83-104). Köln: Sportverlag Strauß.
- Bielefelder Sportpädagogen (2003). *Methoden im Sportunterricht*. Schorndorf: Hofmann
- Bullock, Mark, *ITF Wheelchair Tennis Coaching Manual*, Zugriff am 23. September 2018 unter <http://www.itftennis.com/wheelchair/development/coaching>
- Deutscher Sportbund (Hrsg.) (2006). *DSB-SPRINT-Studie*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Deutscher Tennis Bund (Hrsg.) (2001). *Tennis-Lehrplan. Bd. 1 Technik & Taktik*. München: BLV.

- Deutscher Tennis Bund (Hrsg.) (2004). *Tennis-Lehrplan. Bd. 2 Unterricht & Training*. München: BLV.
- Deutscher Tennis Bund (Hrsg.). (2017). *Aufschlag Verein – Return Schule*. Lüneburg: von Stern'sche Druckerei.
- Deutscher Tennis Bund (2018). *Daten und Fakten*. Zugriff am 03. Februar 2018 unter <https://www.dtb-tennis.de/Verband/Wir-ueber-uns/Daten-Fakten>
- Ferrauti, A., Maier, P. & Weber, K. (2016). *Handbuch für Tennistraining*. Aachen: Meyer & Meyer.
- Gabler, H. (2007). Tennis in der Schule: Anspruch und Wirklichkeit. *TennisSport. Fachzeitschrift für Training und Wettkampf*, 18 (1), 20-26.
- Grgic, M. & Züchner, I. (2013). *Medien, Kultur & Sport. Was Kinder und Jugendliche machen und ihnen wichtig ist*. Die MediKuS-Studie. Weinheim: Beltz.
- Höfken, N. & Anneken, V. (2017a). Trainingspraxis Inklusion: Rollstuhltennis. *TennisSport. Fachzeitschrift für Training und Wettkampf*, 28 (1), 42-46.
- Höfken, N. & Anneken, V. (2017b). Trainingspraxis Inklusion: Blindentennis. *TennisSport. Fachzeitschrift für Training und Wettkampf*, 28 (2), 42-46.
- Höfken, N. & Anneken, V. (2017c). Trainingspraxis Inklusion: Gehörlosentennis. *TennisSport. Fachzeitschrift für Training und Wettkampf*, 28 (4), 42-46.
- Höfken, N. & Anneken, V. (2017d). Trainingspraxis Inklusion: Tennis von Menschen mit geistiger Behinderung. *TennisSport. Fachzeitschrift für Training und Wettkampf*, 28 (3), 43-46.
- Hölter, G. (2013). Inklusion und Sport in der Forschung – eine Standortbestimmung. In V. Anneken (Hrsg.), *Inklusion durch Sport. Forschung für Menschen mit Behinderungen* (S. 35-42). Köln: Sportverlag Strauß.
- Kolb, M. (2011). Sportspieldidaktische Konzepte - orientierende Hinweise. *Sportpädagogik*, 35 (3+4).
- Krick, F. (2012). Spielen in und mit Regelstrukturen – Rückschlagspiele. In V. Scheid & R. Prohl (Hrsg.), *Sportdidaktik. Grundlagen. Vermittlungsformen. Bewegungsfelder* (S. 206-220). Wiebelsheim: Limpert.
- Loibl, J. (2001). *Basketball. Genetisches Lehren und Lernen. Spielen-erfinden-erleben-verstehen*. Schorndorf: Hofmann.
- Lütgeharm, R. (2013). *Inklusion im Sportunterricht*. Kerpen: Kohl.
- Maier, P. (2012). Tennis. In S. König, D. Memmert K. & Moosmann (Hrsg.), *Das große Limpert-Buch der Sportspiele* (S. 366-388). Wiebelsheim: Limpert.
- Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (MSW NRW) (2014). *Rahmenvorgaben für den Schulsport in Nordrhein-Westfalen*.
- Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen (MSW NRW) (2013). *Kern-Lehrplan für die Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen. Sport*.
- Müller, C. & Spellner, C. (2012). *Sport an Stationen*. Donauwörth: Auer.

- Müller, M., Bezenberger, R. & Koch, P. (2013). Tennis in der Sporthalle - keine Hemmungen. *TennisSport. Fachzeitschrift für Training und Wettkampf*, 24 (4). 16-20.
- Play + Stay (o.J.). Zugriff am 02. September unter: <http://www.tennisplayandstay.com/about-tennis-playplusstay/about-playplusstay.aspx>
- Roth, K., Kröger, C. & Memmert, D. (2015). *Ballschule Rückschlagspiele* (3. Aufl.). Schorndorf: Hofmann.
- Schliermann, R. & Anneken, V. & Abel, T. & Bungter, T. & Froböse, I. (2014). *Sport von Menschen mit Behinderungen. Grundlagen, Zielgruppen, Anwendungsfelder*. München: Elsevier.
- Schoo, M. (2013). Inklusiver Sportunterricht. *Zeitschrift für Heilpädagogik*, 64 (3), 99-105.
- Söll, W. (2011). *Sportunterricht – Sport unterrichten. Ein Handbuch für Sportlehrer* (8. Aufl.). Schorndorf: Hofmann

Inklusion im Tennis

IMPULSE FÜR TRAINING UND VEREIN

Eine Kooperation von



Gold-Kraemer-
Stiftung



Gemeinsam beim Sport. Damit alle gewinnen.

Du willst Kinder und Jugendliche mit und ohne Behinderung zusammenbringen? Oder hast neue Ideen für ein sportliches Miteinander? Dann fördern wir dein Projekt! Damit aus einem „Dabei sein ist alles“ ein „Dabeisein für alle“ wird. www.aktion-mensch.de

DAS WIR GEWINNT

**Aktion
Mensch**

→ Sei dabei unter www.aktion-mensch.de

Inklusion im Tennis

IMPULSE FÜR TRAINING UND VEREIN

Inklusion im Tennis

Daten und Fakten	07
Chancen und Potenziale	08
Marcus Laudan – Meine Story	10

Para-Tennis Disziplinen

Rollstuhltennis	12
Blindentennis.....	14
Gehörlosentennis.....	16
Tennis von Menschen mit geistiger Beeinträchtigung	17

Informationen für Vereine

Checkliste für den Start	18
Reflexionsbogen für Vereine	19
10 Schritte zum Aktionstag.....	20
Good-Practice-Beispiele	22

Trainingsimpulse

Rollstuhltennis.....	24
Blindentennis.....	25
Gehörlosentennis und Tennis von Menschen mit geistiger Beeinträchtigung	26

Impressum	27
-----------------	----

Ein gemeinsames Projekt mit der



Gold-Kraemer-Stiftung
Wir Menschen gemeinsam.



Offenheit für Neues und Mut zur Veränderung sind die Basis für einen Verein, in dem Verschiedenheit normal ist. Wo alle willkommen sind, können alle lernen und sich für den Verein und den Sport engagieren.

Niklas Höfken, DTB Referent für Inklusion und Parasport,
Leiter Tennis für Alle Projekt der Gold-Kraemer-Stiftung

Tennis für alle – das ist unsere Botschaft!

Öffne deinen Verein für Inklusion im Tennis!
Werde aktiv und stelle die Weichen für mehr Vielfalt und Gleichberechtigung im Sport. Diese Broschüre richtet sich an Funktionär:innen von großen und kleineren Tennisvereinen und deren Trainer:innen, aber auch an alle anderen, die sich für das Thema Inklusion interessieren und aktiv werden möchten. Los geht's!

Wir geben dir auf den folgenden Seiten einen Überblick zu den wichtigsten Fragen, z. B.:

- Was kostet ein Sportrollstuhl?
- Wie plane ich ein inklusives Projekt im Verein?
- Welche einfachen Hilfsmittel benötigt ein:e Trainer:in im Blindentennis?

Tennis verkörpert Lebensfreude und schenkt Begegnungen

Auf die zentrale Frage, *warum* die gesellschaftliche Vielfalt in deinem Tennisclub eine Chance ist, neue Angebote zu schaffen und das Vereinsleben zu bereichern, bietet dieses Heft viele Antworten. Oft aber reicht schon ein Blick in die glücklichen Gesichter der Sportler:innen auf den Fotos – und alles ist klar!

Klar ist auch: Das Besondere unserer Sportart besteht darin, dass Tennis von Menschen mit unterschiedlichen Voraussetzungen gespielt werden kann. Mit verminderter Gehfähigkeit beim Rollstuhltennis, mit einer Einschränkung der Seh- und Hörfähigkeit beim Blinden- bzw. Gehörlosentennis oder mit einer geistigen Beeinträchtigung.

Diese Broschüre soll ein Leitfaden sein. Und wir wünschen uns, dass sie dich mitnimmt auf dem Weg zur gelebten Inklusion im Sport, die beim Deutschen Tennis Bund (DTB) und seinem Inklusionspartner, der Gold-Kraemer-Stiftung, eine besondere Tradition genießt.

Der Tennissport verkörpert Lebensfreude, schenkt Begegnungen, dadurch bietet er den Aktiven die Chance, Herausforderungen zu suchen und sich ihnen zu stellen. Gemeinsam können wir dazu beitragen, dass Inklusion im Sport selbstverständlicher wird. Jede Form des Engagements zählt!

Werde auch du Teil dieser faszinierenden Bewegung – „Tennis für alle!“.

Viel Spaß bei der Lektüre!



Scanne den QR-Code
mit deinem Mobiltelefon
und schau dir einen Film
zum Para-Tennis an.



Die **UN-Behindertenrechtskonvention**, die für unsere Gesellschaft von zentraler Bedeutung ist, legt fest, dass die **Teilhabe behinderter Menschen** an Erholungs-, Freizeit- und Sportaktivitäten gleichberechtigt und selbstbestimmt ermöglicht werden soll (Art. 30). Sport ist vielfältig und schafft Begegnungen.

15

Seit 2020 ist **Inklusion als Wahlmodul** in die **DTB B-Breitensport Ausbildung** integriert. Die 15 Unterrichtseinheiten beinhalten Theorie und Praxis aller vier Paratennis-Disziplinen. Darüber hinaus gibt es Fortbildungen und Workshops.

► vereine.tennis.de/inklusive-tennis-angebote

Die von der **International Blind Tennis Association** (IBTA) offiziell genormten gelben und schwarzen **Blindentennisbälle** bestehen aus einem weichen Schaumstoff mit rasselnden Metallstäben im Kern.

► Bestellbar per E-Mail: inklusion@tennis.de



TOP 5 WARUM INKLUSION?

1. Tennis als Sport für alle
2. Vielfalt im Verein als Bereicherung
3. Gemeinsames Lernen als Chance
4. Vereine als Begegnungsstätte
5. Para-Tennis vom Breiten- bis Leistungssport

IRRGLAUBE PLATZBESCHÄDIGUNG DURCH SPORTROLLSTUHL

Entgegen eines gängigen Vorurteils kann Rollstuhltennis auf jedem Belag – auch auf Sand – gespielt werden, ohne außergewöhnliche Schäden an den Plätzen zu verursachen.

*Inklusion kommt
aus dem Lateinischen und
bedeutet „einbeziehen“.*