



## CCVD Ressort Inklusion FAQs Adaptive Abilities

### → Was ist Inklusion?

Inklusion beschreibt einen pädagogischen Ansatz, dessen wesentliches Prinzip die Anerkennung von Unterschiedlichkeit ist. Das Ziel ist es, niemanden auszuschließen. Inklusion ist zudem ein Menschenrecht, da laut UN-Behindertenrechtskonvention jeder Mensch das Recht darauf hat, dabei zu sein.

Inklusiv im Bezug auf Cheerleading bedeutet, dass wir im Cheerleading und Performance Cheer die Möglichkeiten schaffen wollen, Menschen mit und ohne Beeinträchtigung zusammenzubringen und so inklusive Teams zu gestalten.

### → Welche gesundheitlichen Einschränkungen von Sportlern machen ein Team zu einem inklusiven Team?

Egal ob Erkrankungen, Schädigungen, Funktionseinschränkungen oder soziale Beeinträchtigungen - alle Bilder kann man in einem inklusiven Team finden. Niemand soll ausgeschlossen werden.

Generell orientieren sich ECU und ICU an den Richtlinien, wie sie unter <https://www.paralympic.org/classification> beschrieben sind. Trotzdem sind diese Einteilungen in sogenannte Schädigungstypen lediglich als grobe Orientierung zu sehen. In Anbetracht der noch sehr jungen Sportart sollen alle Menschen mit Beeinträchtigungen, auch wenn ihre Beeinträchtigung nicht in dieser Liste steht, ermutigt werden, ihren Sport auszuüben. Im Laufe der Entwicklung der Adaptive Abilities Kategorien wird sich zeigen, inwiefern es für Wettkämpfe genauere Einteilungen geben wird.

Bis dahin kann man sich an der WHO Definition für Beeinträchtigung orientieren, wie sie sich leicht abgewandelt auch im SGB 9 wiederfindet:

*"...Ein Mensch ist behindert, wenn die körperlichen Funktionen, die geistigen Fähigkeiten, oder die seelische Gesundheit mit hoher Wahrscheinlichkeit länger als sechs Monate von dem für das Lebensalter typischen Zustand abweicht und daher die Teilhabe am Leben in der Gesellschaft beeinträchtigt ist. Es ist dabei nicht von Bedeutung, ob die Beeinträchtigung angeboren, Folge eines Unfalls oder einer Krankheit ist."*

### → Brauche ich von den beeinträchtigten Sportlern eine Bescheinigung, wie z.B. einen Behindertenausweis?

Wenn ihr nicht an Wettkämpfen teilnehmen wollt, braucht ihr keine Bescheinigung eurer Sportler. Ihr solltet allerdings über individuelle Einschränkungen informiert sein.

Wenn ihr Wettkämpfe bestreiten wollt, informiert euch im jeweiligen Regelwerk, ob Nachweise über die Beeinträchtigung notwendig sind und/oder eine ärztliche Bescheinigung über die Sporttauglichkeit. Nähere Informationen gibt es, wenn die Kategorien im CCVD eingeführt.

## → Welche Voraussetzungen brauche ich, um einen Aktiven mit Beeinträchtigung in mein Team zu integrieren?

Engagierte Trainer: Aufgrund der Vielzahl der möglichen Beeinträchtigungen gibt es keine universelle Anleitung, die beschreibt, wie das Training mit dieser Grundlage zu gestalten ist. Deshalb: Einfach ausprobieren! Mögliche Vorübungen für Tumbling-Elemente oder der Einsatz bei bestimmten Stunts ergibt sich einfach während des Trainings durch Ausprobieren. Die Trainer sollten die Aktiven also ermutigen, Neues auszuprobieren!

Offenes Team: Die Aktiven, die bereits im Team trainieren, sollten schon im Vorfeld über Fähigkeiten von Sportlern mit Beeinträchtigung informiert werden (nicht jede Beeinträchtigung ist sichtbar!). Nur so ist es dem Team möglich, alle Neuankömmlinge in gleichem Maße zu integrieren.

Unterstützung von außen: Es ist sinnvoll, sich Hilfe von Eltern, Freunden oder anderen Außenstehenden zu organisieren. So werden Trainer entlastet (zum Beispiel im organisatorischen Bereich) und können sich mehr auf die Sportler konzentrieren.

Enger Kontakt mit Eltern/Bezugspersonen: Manche Sportler haben zum Beispiel Einzelfallhelfer, die ebenfalls im Training unterstützende Arbeit leisten können. Zudem sollte den Eltern auch die Angst genommen werden, dass die Sportler sich blamieren/verletzen etc. könnten. Da die Sportler beispielsweise im Schulsport oftmals wenig gefördert werden, wissen die Eltern teilweise gar nicht, welches Potential eigentlich in den Kindern steckt!

## → Welche Beeinträchtigung sind fürs Cheerleading „geeignet“?

Alle, die in der Lage sind, sich auf ihre Art und Weise sportlich einzubringen! In den inklusiven Kategorien ist für keinen Sportler ein Behindertenausweis Pflicht.

Ziel sollte es immer sein, niemanden von vornherein auszuschließen. Hier gilt die Maxime: Einfach ausprobieren! Die Sportler geben den Trainern schnell zu verstehen, was für sie machbar ist und was nicht.

## → Muss ich als Trainer eines inklusiven Teams eine bestimmte Qualifikation mitbringen?

Nein. Natürlich sind die CCVD-Trainerlizenzen für jeden Trainer wünschenswert, es gibt aber keine speziell auf die integrativen Teams abgestimmte Ausbildung.

## → Über- und Unterforderung in einem inklusiven Team:

Es ist enorm wichtig, alle Aktiven in den ersten Trainingseinheiten genau zu beobachten. Bei vielen Übungen wird der Leistungsstand schnell transparent (Motorik / Kraft / Sozialverhalten). Hier helfen vor allem Spiele, um das Kennenlernen zu fördern. Diese sind auch im Seniorbereich möglich!

Um Über- und Unterforderung der Sportler in einem inklusiven Team zu vermeiden, ist es also notwendig, das Training immer vom derzeitigen Leistungsstand aller Sportler aus zu planen. Hier ist die Kreativität der Coaches gefragt, eine Routine zu kreieren, in der alle harmonisch als Team agieren, inklusive der Schwächen und Stärken aller. Niemand soll in der Ecke versteckt werden.

→ **Was ist bei sozialer Überforderung des Teams zu tun?**

Hier unbedingt das Gespräch suchen! Oftmals stehen sich die Sportler durch Berührungsängste selbst im Weg, welche durch zum Beispiel gemeinsame Unternehmen außerhalb des Trainings oder teambildende Maßnahmen (Spiele etc.) im Training effektiv angegangen werden können. Die Trainer sollten hier mit gutem Beispiel vorangehen und den Sportlern zeigen, dass in einem inklusiven Team für jeden eine passende Position gefunden werden kann.

→ **Kann ich mit einem inklusiven Team auch auf Meisterschaften starten?**

Ja! Bisher gab es diese Möglichkeit im CCVD in Form einer Präsentation. Zurzeit arbeitet der CCVD an der Einführung der Wettkampfkategorien Adaptive Abilities Unified Cheer-, Freestyle Pom und -HipHop für die kommenden Saison.

Auf offenen Meisterschaften gibt es in Deutschland noch keine inklusive Kategorie. Allerdings ist es vom Veranstalter abhängig, ob man als inklusives Team in einer regulären Kategorie starten darf oder auch eine Präsentation möglich ist.

→ **Wie bringt man Sportlern mit Beeinträchtigung bestimmte Skills bei?**

Durch Ausprobieren und Anpassung! Die Trainer müssen Rückschläge in Kauf nehmen - nicht jede Vorübung führt beispielsweise sofort zum gewünschten Ergebnis. Es sind vor allem Kreativität und Geduld notwendig, um individuell auf jeden Sportler einzugehen. Auch hier gilt: Eine 100%ige Anleitung gibt es nicht, aus Fehlern kann man nur lernen!

→ **Woher bekomme ich Tipps für Stunt- oder Dance-Anpassungen (Adaptations) bei Beeinträchtigungen?**

Diese könnt ihr natürlich gerne bei uns erfragen. Des Weiteren gibt es ein Handbuch für Adaptations im Cheerleading, das von ParaCheer International herausgegeben wurde. Siehe auch <https://www.paracheer.org/>

→ **Wie kann ich als Trainer meine Sportler begeistern?**

Als Trainer sollte mit den Sportlern lockerer als im Leistungsbereich umgegangen werden. Viele Sportler werden vor allem durch das Zeigen einer Übung durch einen Trainer zusätzlich motiviert – Es sollte ein guter Mittelweg zwischen Trainer und Freund gefunden werden. Dies ist vor allem im Jugendbereich von großer Bedeutung. Der Trainer sollte sich für nichts zu schade sein und auch mal einen Spaß mitmachen!

→ **Wie kann ich ein „Vorführen“ der Sportler vermeiden?**

Hier ist vor allem darauf zu achten, das Programm (egal ob Auftritt oder Meisterschaft) nicht zu schwer zu gestalten. Je nach Art der Beeinträchtigung können den Sportlern auch Hilfspersonen an die Seite gestellt werden, die bei bestimmten Bewegungsabläufen aktiv unterstützen können (hier sind keine Spotter gemeint). Zudem sollte auf den Aktiven mit Beeinträchtigung nicht der alleinige Fokus liegen, aber auch ein Verstecken ist nicht gewünscht! Ziel ist ein „nahtloses Einfügen“ in die bestehende Routine.

→ **Wie baue ich ein inklusives Team auf? Wie fange ich an?**

Stelle dir zunächst folgende Fragen:

*Was ist mein Ziel?*

*Wie stelle ich mir mein inklusives Team vor?*

*Habe ich genügend Vorbildung (ÜL-C, Berufserfahrung, Trainer-C etc.)?*

*Habe ich barrierefreie Übungsräumlichkeiten?*

Wenn du diese Fragen für dich beantwortet hast, leg einfach los!

Es gibt verschiedene Wege zu einem inklusiven Team:

a) Vielleicht hast du bereits ein oder zwei beeinträchtigte Sportler in deinem bestehenden Team. Wenn ihr offiziell inklusiv werden wollt, macht Werbung damit. Die Sportler, die sich angesprochen fühlen, werden kommen.

b) Du möchtest ein ganz neues inklusives Team gründen? Mach Werbung über soziale Netzwerke, Aushänge in Schulen und öffentlichen Einrichtungen.

c) Mach dir Gedanken darüber, welcher Art dein Team sein soll: Breitensport oder Wettkampf? Im Breitensport geht der Inklusivgedanke noch viel weiter. Hier kann es außerordentlich bunt und vielfältig zugehen, denn dem Inklusivgedanken sind hier keine Grenzen gesetzt. Im Wettkampf wiederum musst du dich dem Regelwerk anpassen.

→ **Was muss ich bezüglich des Trainingsortes beachten?**

Prinzipiell nicht viel! Wer allerdings ein inklusives Team trainiert, sollte für alle Formen von Beeinträchtigung vorbereitet sein. Das bedeutet im besten Fall eine barrierefreie Turnhalle inklusive behindertengerechtem WC. Gibt es hier Defizite, kann dies auch alles oftmals im Nachhinein mit den zuständigen Verantwortlichen geklärt werden (bspw. Rampe anbringen etc).

→ **Brauche ich eine Assistentkraft in einem inklusiven Team?**

Es ist sinnvoll, ein inklusives Team mit mehreren Trainern zu trainieren. Allein ist es sehr schwierig, individuell auf alle Sportler einzugehen (auch auf Sportler ohne Beeinträchtigung), sodass keiner auf der Strecke bleibt.

Es kann auch sein, dass eine zusätzliche Assistentkraft nötig ist, die kein Trainer ist und ausschließlich für situationsbedingte Momente für einzelne Sportlern anwesend sein muss. Entweder bringt dieser Sportler seinen persönlichen Assistenten gleich mit oder ihr motiviert jemanden, Teambetreuer zu sein, damit ihr euch ausschließlich dem Training widmen könnt. Ob eine Assistent notwendig ist oder nicht, solltet ihr durch persönliche Gespräche mit euren Sportlern erfragen.

TIPP: Viele Landessportbünde und Behindertensportbünde unterstützen den Assistentbedarf in inklusiven Gruppen finanziell!

→ **Wen spreche ich als Trainer bei Fragen an?**

[inklusion@ccvd.de](mailto:inklusion@ccvd.de)

→ **Welche Informationen brauche ich im Vorfeld von den Sportlern?**

Informationen zur genauen Beeinträchtigung der Sportler sind absolut nötig, um z.B. Assistenzbedarf zu klären oder bei Problemen jeglicher Art angemessen reagieren zu können. Gerade die wichtigsten Ansprechpartner oder auch Informationen zu Medikamenten etc. sind im Vorfeld einzuholen.

→ **Wie finde ich als beeinträchtigter Sportler ein Team?**

Wenn du eine Beeinträchtigung hast und gerne Cheerleading oder Performance Cheer betreiben möchtest, dann suche nach einem bestehenden Team in deiner Nähe. Nimm Kontakt mit dem Trainer auf und frage nach einem Probetraining.

Sei mutig und geh ganz offen mit deiner Beeinträchtigung um. Rede über deine Möglichkeiten und Grenzen. Wenn deine Beeinträchtigung eine Assistenz notwendig macht, nimm eine geeignete Person mit.

Wenn du dich für Cheerleading interessierst, empfehlen wir ein Team zu suchen, das in den Leveln 0 bis 3 trainiert. Wenn du an einem Probetraining teilnehmen darfst, frage, ob die Trainingsmöglichkeiten barrierefrei sind (wenn hier Bedarf besteht).

Und wenn du ganz mutig bist, überlege, ob du nicht einfach selbst ein Team aufbauen möchtest.

→ **Woher weiß ich als beeinträchtigter Sportler, dass ich „gut genug“ bin?**

Für Cheerleading und Performance Cheer im Breitensport sind alle Sportler geeignet, die in der Lage sind, sich auf ihre Art und Weise sportlich einzubringen! Durch die Vielfalt unserer Sportart ist es möglich, für jeden die richtige Position zu finden und die Routines am Leistungsstand des jeweiligen Sportlers zu orientieren.

Inklusive Wettkampfteams sollen langfristig im CCVD ebenfalls eine eigene Kategorie bekommen. Auch hier kann jeder Sportler seine Position finden, die seinen Fähigkeiten entspricht.

Bei regulären Wettkampfteams liegt es an den Zielen des Vereins und des Trainers und an den Inhalten des Regelwerks, inwiefern beeinträchtigte Sportler integriert werden können.

→ **Warum heißt es plötzlich „Adaptive Abilities Cheer/Performance Cheer“ und nicht mehr Paracheer?**

Das liegt an einer Rechtsgrundlage, die den Begriff "Para" ausschließlich den Sportarten zugesteht, in denen auf gleiche Art beeinträchtigte Sportler im Wettkampf gegeneinander antreten.

→ **Was bedeuten die Begriffe „Unified“ und „Traditional“?**

Unified: Bei dieser Bezeichnung handelt es sich um eine inklusive Kategorie, in der Beeinträchtigte und Nicht-beeinträchtigte Sportler zusammen Sport treiben.

Traditional: Bei dieser Bezeichnung handelt es sich um eine Kategorie, in der zu 100% beeinträchtigte Sportler ihren Teamsport ausüben.

→ **Kann man im CCVD mit einem inklusiven Team auf einer Meisterschaft starten?**

Ja! Bisher ist dies nur als Präsentationsteam möglich, eine eigene Kategorie ist derzeit in Planung.

→ **Warum gibt es keine inklusiven Teams in den regulären Kategorien?**

a) Der "offensichtlich" inklusive Cheerleadingsport entwickelt sich gerade erst. Das heißt nicht, dass nicht längst inklusive Teams seit Jahren in den regulären Kategorien an den Start gehen. Die beeinträchtigten Sportler haben jedoch nicht sichtbare Beeinträchtigungen, sind "versteckt" im Team und können mit dem Teamstandard im besten Fall mithalten.

b) Die regulären Kategorien im Cheerleading sind in der Regel Wettkampfkategorien, die unter hohen Leistungsanforderungen trainiert werden. Bestimmte Beeinträchtigungen (wie z.B. Blindheit, schwere geistige Beeinträchtigung) wären hier aus Sicherheitsgründen von vornherein ausgeschlossen.

c) In den regulären Kategorien im Cheerleading und Performance Cheer wird neben anderen Bewertungskriterien ein großer Wert auf den Teamausnutzungsfaktor gelegt. Dies ist im inklusiven Sport nicht eins zu eins umzusetzen, da hier ein größerer Wert auf den optimalen Einsatz der Sportler mit all ihren Fähigkeiten in einer kreativen Routine gelegt wird. Würde ein inklusives Team in einer regulären Kategorie starten, müsste es auch nach regulären Kriterien bewertet werden und hätte hier, zum Beispiel, bei einem 50%igen Team mit Rollstuhlfahrern einen rechnerischen Nachteil, da nur 50% des Teams Turnen und Springen könnte.

→ **Welche Adaptive Abilities Kategorien gibt es International?**

Bei ICU und ECU werden die Kategorien Senior Adaptive Abilities Unified Cheer L3 und L4 angeboten, sowie Senior Adaptive Abilities Unified Freestyle Pom und - HipHop.