bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

SPORTKARTE

BOCCIA

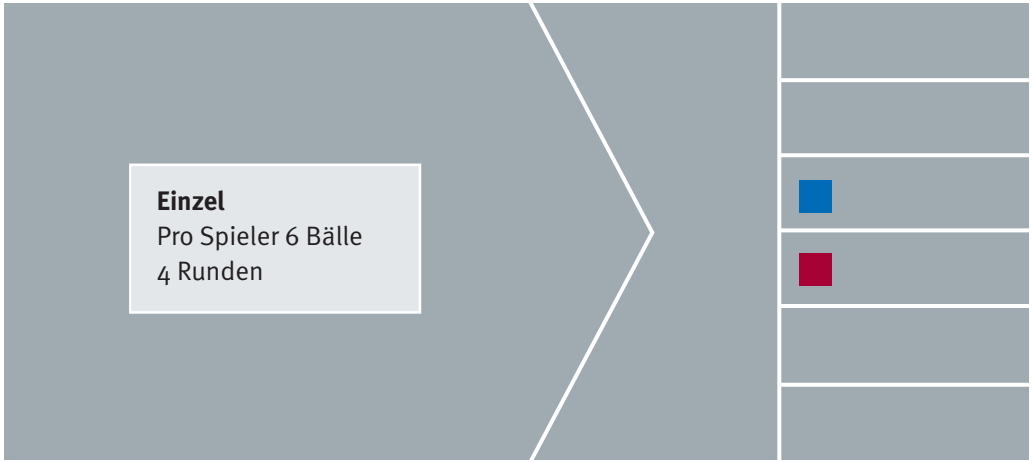
Was wird benötigt?

- Spielfeld (12,50 x 6 m) mit ebenem Boden
- Ballset bestehend aus sechs roten und sechs blauen Bällen und einem weißen Ball (Jackball)
- Abrollhilfen (z.B. Rampen)
- Ballbehälter
- für Schiedsrichter: Farbanzeiger (rot/blau), Maßband, Zirkel, Anzeigetafel

Spielideen

Das Ziel des Spiels ist es, möglichst viele eigene Bälle näher am Jackball zu platzieren als der Gegner. Das kann z.B. durch eigenes zielgenaues Platzieren, aber auch durch Wegtreiben des gegnerischen Balles geschehen oder durch Blockieren der gegnerischen Bahn.

Der Ball kann mit der Hand, dem Fuß oder mit einer Abrollhilfe (Rampe) gespielt werden.



Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

BOCCIA

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

Regeln

- Einzelwettbewerb: 6 Bälle einer Farbe pro Spieler; es werden vier Runden gespielt.
- Es wird von Wurfstand 3 mit roten und von Wurfstand 4 mit blauen Bällen gespielt.
- Durch Münzwurf wird entschieden:
  a) Spielen des Jackballs in Runde 1 und 3 oder
  b) Spielen des Jackballs in Runde 2 und 4
  c) Spielen von Wurfstand 3 oder 4
- Wer den Jackball spielt, spielt auch den ersten farbigen Ball.
- Anschließend bekommt die Gegenseite das Recht, ihre Bälle zu spielen.
- Eine Seite darf so lange die eigenen Bälle spielen, bis es ihr gelingt, einen Ball näher an den Jackball zu platzieren als der nächste Ball der Gegenseite.
- Für jeden Ball, der näher am Zielball liegt als der nächste Ball der Gegenseite, gibt es einen Punkt.
- Die Punkte der vier Runden werden addiert. Die Summe ergibt das Endergebnis.
- Gewinner ist der Spieler mit der höchsten Punktzahl.

Variationsmöglichkeiten

- Neben Einzelwettbewerben gibt es Paar- und Mannschaftswettbewerbe (3 gegen 3).
- Paarwettbewerb: 3 Bälle pro Spieler, Wurfstand 2 und/oder 3 und 5.
- Mannschaftswettbewerb: 2 Bälle pro Spieler, Wurfstand 1,3 und 5 oder 2,4 und 6.
- Spieler, die den Ball nicht mit der Hand spielen können, können ihn mit dem Fuß oder mit Hilfe einer Rampe und mit Unterstützung eines Assistenten ins Spiel bringen.
- Um Chancengleichheit zu ermöglichen, sollen Spieler mit vergleichbaren Fähigkeiten gegeneinander spielen.

Weitere Hinweise

Boccia ist eine paralympische Sportart – siehe www.bisfed.com und www.drs.org

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

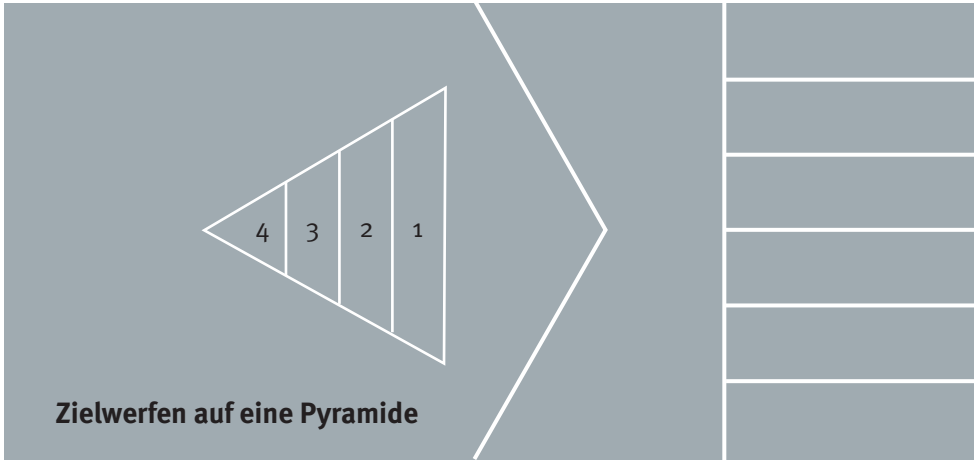
bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

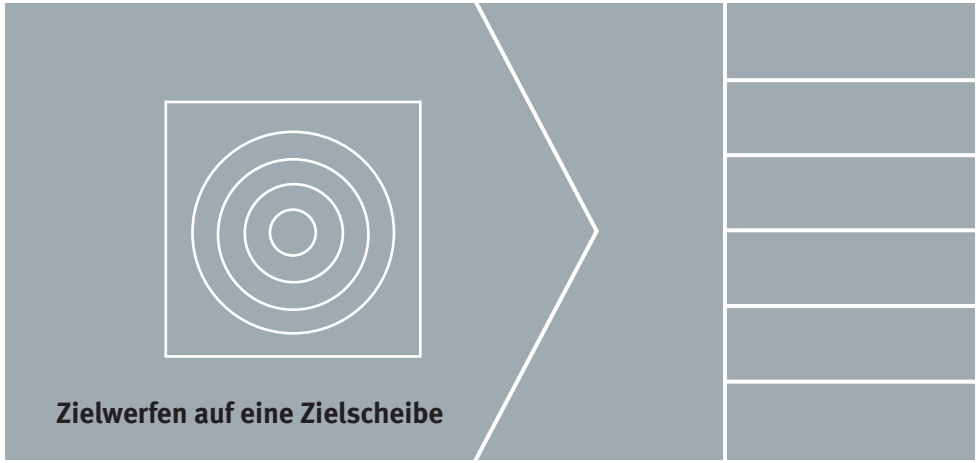
SPORTKARTE

BOCCIA - SPIELFORMEN

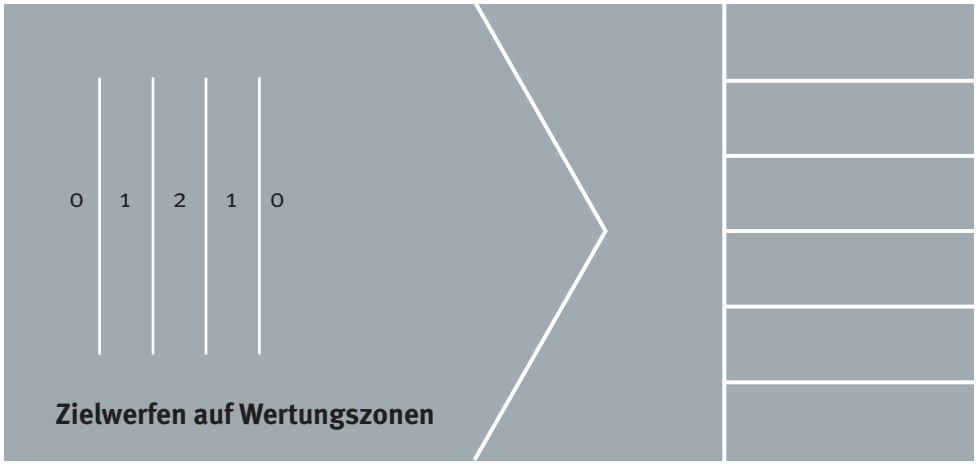
Im Spielfeld wird eine Zielscheibe (Plane) ausgelegt. Wie bei einer normalen Zielscheibe kann man durch das Treffen einzelner Kreise festgelegte Punkte erzielen, z.B. 4 Punkte für den Mittelkreis, 1 - 3 Punkte für die Außenkreise. Die Spieler werfen ihre Bälle abwechselnd. Bälle der Gegenseite dürfen weggetrieben werden. Gewinner ist der Spieler, der die meisten Punkte erzielt. (Weitere Variationen siehe nächste Spalte.)



Zielwerfen auf eine Pyramide



Zielwerfen auf eine Zielscheibe



Zielwerfen auf Wertungszonen

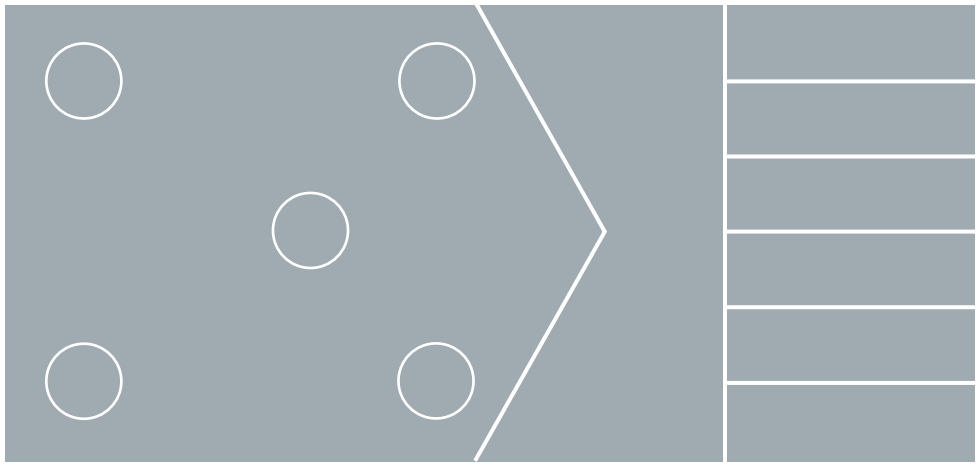
Mit freundlicher Unterstützung: AOK

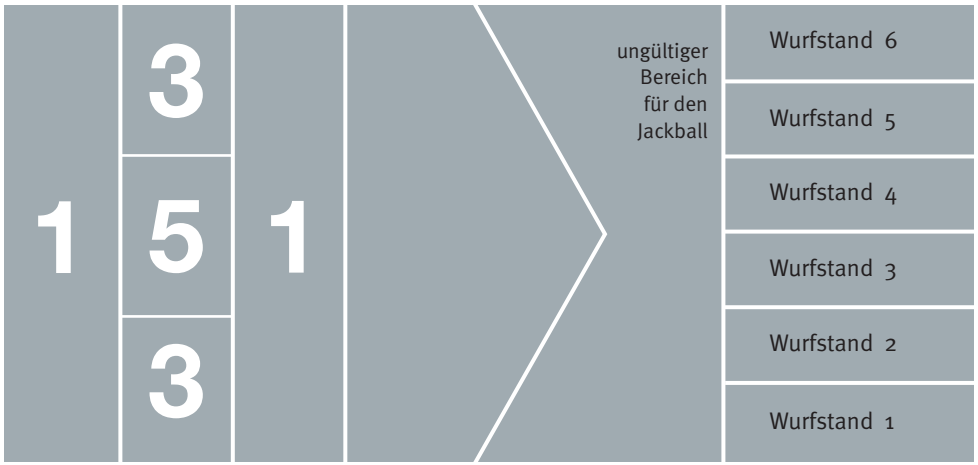
bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

SPORTKARTE

BOCCIA - SPIELFORMEN





Zielwürfe auf Reifen

Es wird abwechselnd geworfen. Die Spieler versuchen, alle Reifen mit einem Ball zu belegen.

Boccia 5-3-1

Auf dem Spielfeld sind 5 Felder aufgezeichnet, die eine unterschiedliche Wertigkeit besitzen. Die Spieler versuchen, möglichst viele eigene Bälle in den Feldern mit den höchsten Werten zu platzieren. Der Wurfmodus ist variabel und muss vorher vereinbart werden:

- abwechselnd oder
- zuerst alle Bälle einer Farbe, bevor die Gegenseite wirft.

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

SPORTKARTE

POLYBAT

Was wird benötigt?

- Tischtennis-Tisch ohne Netz
- Golfübungsbälle oder Unihoc-Bälle, Loch-Plastikbälle
- Banden mit einer Höhe von 10 cm, die an den Längsseiten befestigt werden
- Schiebeschläger mit Griff

Spielideen

Polybat ist ein Rückschlagspiel, welches dem Tischtennisspiel ähnelt. Es wird auf einem Tischtennistisch ohne Netz aber mit seitlichen Banden gespielt. Der Ball wird auf der Oberfläche des Tischtennistisches hin- und hergeschoben, bis er die Stirnseite des Gegners überschreitet oder dieser einen Fehler begeht.

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

POLYBAT

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

Regeln

- Es werden zwei Gewinnsätze bis 11 gespielt.
- Das Aufgaberecht wechselt nach zwei Aufschlägen.
- Beim Aufschlag muss gegen die Bande gespielt werden.
- Der Ball darf nur einmal gespielt werden.
  (Stoppen des Balles und dann weiterspielen ist nicht erlaubt.)
- Ein Punkt wird erzielt,
  – wenn der Ball über die Stirnseite des Gegenspielers rollt
  – wenn der Gegenspieler den Ball so spielt, dass er über die Stirnseite springt
  – wenn der Ball über die Bande springt
  – wenn der Ball mit dem Schläger oder Körper gestoppt oder mit dem Körper oder der Hand weitergespielt wird.
- Das Spiel kann als Einzel oder als Doppel gespielt werden.
- Es gibt ein umfangreiches Regel- und Klassifizierungswerk.

Variationsmöglichkeiten

- Stirnseite mit Hilfe der Banden verengen (siehe Bauanleitung)
- unterschiedliche Bälle nutzen
- unterschiedliche Schläger nutzen
- Doppelspiel
- ausschließlich über Bande spielen

Weitere Hinweise

Die einzelnen Spiele sollen so gestaltet werden, dass bei den Spielern eine Chancengleichheit besteht. Hierzu kann z. B. die Stirnseite bei nur einem Spieler verkleinert werden oder die Regel für den stärkeren Spieler aufgestellt werden, dass er immer über Bande spielen muss.

Das Regelwerk ist unter http://www.ntu.ac.uk/adapted_sports/adapted_games/polybat/index.html abrufbar.

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

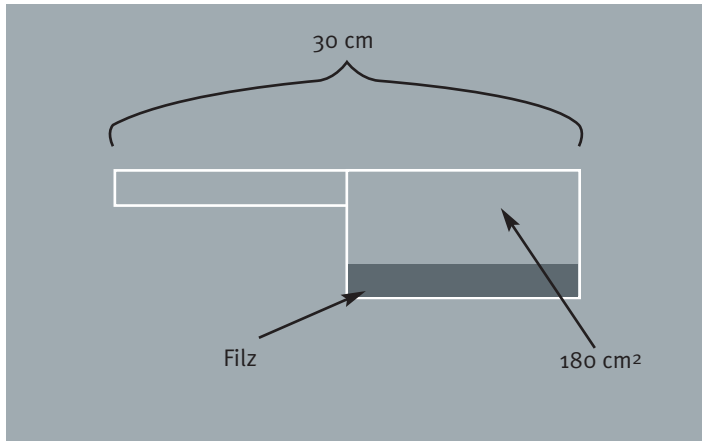
POLYBAT -
BAUANLEITUNG / MATERIALIEN

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

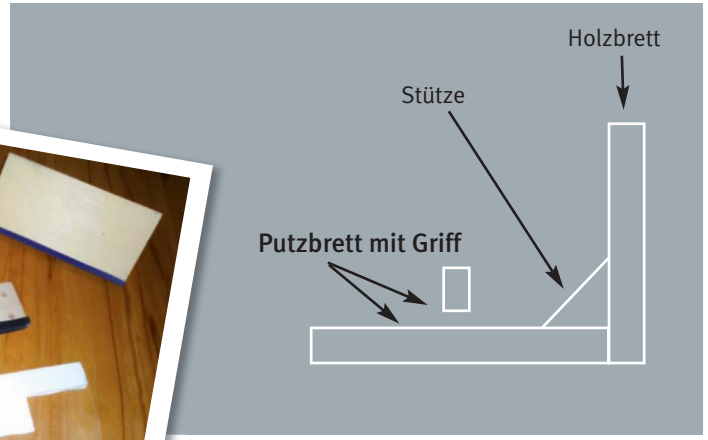
Bau eines Schlägers

- Es wird ein rechteckiges Holzbrett benötigt, das entsprechend der Zeichnung zugesägt wird.
- Die Fläche des normalen Schlägers soll laut Regelwerk 180 cm² nicht überschreiten, die Länge ist auf 30 cm begrenzt.
- Die Unterseite des Schlägers wird mit Filz beklebt. Hierdurch wird der Tischtennistisch geschont und ein einfacheres Schieben des Schlägers über die Platte ermöglicht.
- Es kann auch Sperrholz verwendet werden, um das Gewicht zu verringern.



Bau eines Schiebeschlägers

- Es wird ein Maurerputzbrett aus dem Baumarkt benötigt.
- Ein Holzbrett wird im rechten Winkel an der Vorderkante des Putzbrettes angebracht.
- Zur Stabilisierung werden auf beiden Seiten neben dem Griff dreieckige Stützen angeleimt.
- Die Unterseite und ein Teil des vorderen Brettes werden mit Filz beklebt.



Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

POLYBAT - BAUANLEITUNG / MATERIALIEN

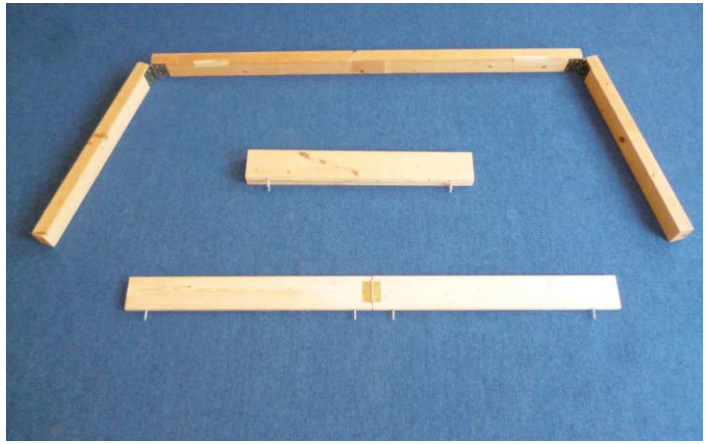
bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

Banden

Steckbanden

- Es werden vier Holzbretter in den Maßen 10 x 135 cm zugesägt.
- Unten werden jeweils 2 Stahlstifte eingelassen.
- In die Tischtennisplatte (nur alte verwenden) werden entsprechende Löcher gebohrt, in die dann die Bande gesteckt werden kann.



Banden mit einer Befestigung durch Schraubzwingen

- Es wird jeweils ein Holzbalken als Bande in der Länge des Tisches aufgelegt und mit Schraubzwingen befestigt.
- Zum besseren Transport können die Banden auch in der Mitte geteilt werden.
- Durch den Einsatz von dreigeteilten Banden kann die zu kontrollierende Torlinie verkleinert bzw. an die individuellen Möglichkeiten der Spieler angepasst werden.
- Um eine dreigeteilte Bande herzustellen, wird ein 2,7 m langer Balken im Verhältnis von 1:2:1 zersägt und an den Schnittstellen mit Scharnieren versehen.

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

SPORTKARTE

RADFAHREN

Radfahren kann als Freizeit-, Breiten- oder Leistungssport betrieben werden und hat darüber hinaus therapeutischen Nutzen.

Was wird benötigt?

- normales Zweirad bzw. Sportrenn-Zweirad
- Therapiedreirad bzw. Sportrenn-Dreirad
- Liegerad
- Sessel-Dreirad

Spielideen

- Schattenfahren
- Fahren auf Linien
- Fahren auf Kreisen und Achten
- einhändiges Fahren auf Kreisbahnen
- paarweises Fahren in Handfassung
- Fahren im Korridor
- durcheinander fahren und begrüßen
- auf Kommando bremsen

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

RADFAHREN

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

Regeln

Wo wird gefahren?

- Im Breitensport (z. B. bei Sport- und Spielfesten) wird überwiegend im Stadion oder auf Sportplätzen mit einer Runden-Tartanbahn gefahren. Streckenlänge: 1500 m und 3000 m.
- Im Leistungssport wird auf der Straße gefahren. Bei Trainingsfahrten erfolgt keine Absperrung. Die Verkehrsregeln müssen eingehalten werden. Beim Straßenrennen wird die Rennstrecke abgesperrt.

Startklasseneinteilung

Um Chancengleichheit bei Radfahrern mit unterschiedlichen Beeinträchtigungen zu gewährleisten, können diese in sogenannte Startklassen eingeteilt werden.

Beispiel Startklassen im CP-Sport:
Sportler der Klassen CP 3 bis CP 6 fahren mit Dreirad, Liegerad oder Sesseldreirad;
Sportler der Klassen CP 7 und CP 8 fahren mit einem Zweirad.

Im Leistungssport werden die internationalen Startklassen angewendet:
für Zweiradfahrer gibt es 4 C-Klassen
für Dreiradfahrer gibt es 2 T-Klassen

Variationsmöglichkeiten

- Geschicklichkeits-Parcours
- Schnecken-Rennen
- Fahrrad-Biathlon
- Synchronfahren

Weitere Hinweise

http://www.para-cycling.de/
http://www.bike-fitline.com/radfahren-handicap-behinderung.htm

Übungs- und Spielideen

Bundesverband der Unfallkassen (Hrsg.): Könnemann, W., „Vom Durcheinanderlaufen zum Miteinanderfahren“

http://www.dguv.de/medien/inhalt/praevention/themen_a_z/verkehr_sicher/documents/GUV_SI_8049.pdf

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

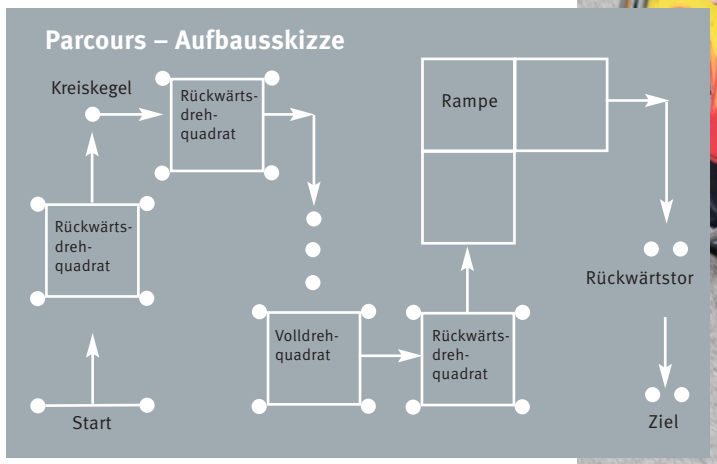
SPORTKARTE

ROLLSTUHLSLALOM

Was wird benötigt?

- Begrenzungshütchen (Pylone)
- Rampen
- Markierungsstreifen (Klebeband) für Start-, Ziel-, und Begrenzungslinien
- Stoppuhr
- Aktiv- oder Elektro-Rollstühle

Die exakte Aufbau-Skizze, Maße für den Parcours und die Rampe bzw. Hinweise zur Klassifizierung können beim bvkm angefordert werden.



Spielideen

- Ein Parcours soll von der Start- bis zur Ziellinie durchfahren werden.
- Dabei müssen die vorgegebenen Richtungen und Aufgaben (vorwärts, rückwärts, über eine Rampe fahren, Drehungen) eingehalten werden.
- Es können Elektrorollstühle und Aktivrollstühle verwendet werden.

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

ROLLSTUHLSLALOM

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

Regeln

- Es gilt, so schnell wie möglich den Parcours fehlerfrei zu durchfahren.
- Fehler werden in Strafsekunden berechnet für jeweils:
  – eine Berührung der Begrenzungslinie
  – ein Anfahren oder Berühren der Begrenzungshütchen
  – Fahren in die falsche Richtung

Erklärung der Begriffe in der Aufbau-Skizze

- **Rückwärtsquadrat:** Vorwärts hineinfahren, eine 180° - Drehung ausführen und rückwärts aus dem Quadrat herausfahren.
- **Kreiskegel:** Der Kegel muss vollständig umkreist werden.
- **Volldrehquadrat:** Vorwärts hineinfahren, eine 360° - Drehung ausführen und danach vorwärts aus dem Quadrat herausfahren.
- **Achterfigur:** Der Sportler muss alle drei Stempel vollständig umkreisen.
- **Rückwärtstor:** Der Sportler muss rückwärts durch das Tor fahren und anschließend vorwärts weiterfahren.
- **Rampe:** Die Rampe besteht aus einer Aufwärtsrampe, einem 15 cm hohen Podest und einer Abwärtsrampe.

Variationsmöglichkeiten

- mit und ohne Rampe
- Strecke verlängern oder verkürzen
- im Uhrzeigersinn / gegen den Uhrzeigersinn
- verbale Unterstützung

Weitere Hinweise

Der umseitig abgebildete Parcours ist ein Wettkampf-parcours. Das Regelwerk (auf Englisch) kann unter http://www.cpisra.org.za/files/manual10_9p/CPISRA_Sports_Manual_10th_Edition_Release_009_27_October_2010_Section_B_Sports_Rules_Wheelchair_Slalom.pdf abgerufen werden.

Grundsätzlich können aber verschiedenste Formen eines Parcours aufgebaut werden.

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

ZONEN-BASKETBALL

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

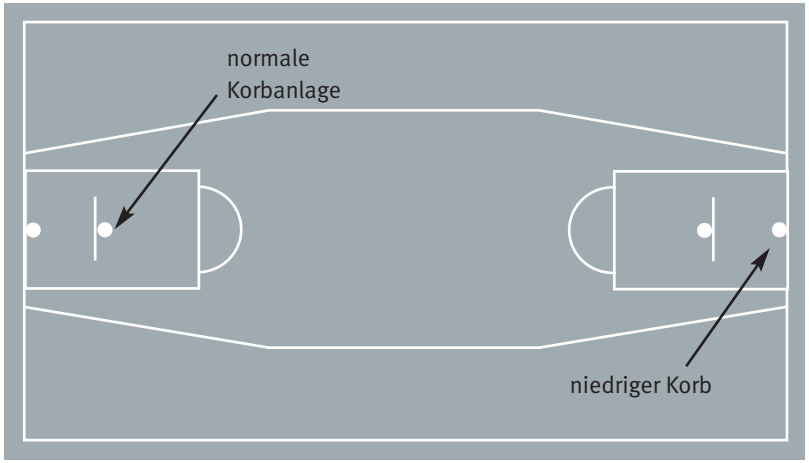
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

Was wird benötigt?

- Basketball
- Tripod-Basketballkorb oder ein umgedrehter kleiner Kasten (als alternatives Wurfziel)
- 4 Rollstühle
- verschiedenfarbige Leibchen oder Trikotsätze
- Klebeband zum Markieren der Zonen

Spielideen

Es wird ein modifiziertes Basketball-Spiel gespielt. Das Basketballfeld wird in drei Zonen unterteilt. In den Außenzonen spielen die gehfähigen Spieler, in der Mittelzone Rollstuhlnutzer gegeneinander. Zusätzlich zur normalen Korbanlage werden niedrige Körbe bzw. Wurfziele aufgestellt.



Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

ZONEN-BASKETBALL

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

Regeln

- Das Spiel wird als 4 gegen 4 - Variante gespielt, wobei in der mittleren Zone zwei Rollstuhlnutzer pro Mannschaft spielen.
- Es gelten die normalen Basketball-Regeln, mit folgenden Zusätzen:
  - Sportler mit Rollstuhl dürfen keinen Körperkontakt haben und müssen nach zwei Zügen abspielen, prellen oder werfen.
  - Gehfähige Sportler dürfen keinen Körperkontakt mit dem Gegner habenhaben und dürfen kein Doppel-Dribbling machen.
- Die eigene Zone darf nicht verlassen werden.
- Ein Hineinreichen in die andere Zone ist nicht erlaubt.
- Der Ball muss durch alle drei Zonen gespielt werden, bevor ein Korb erzielt werden kann.
- Die Mittelzone darf nicht überspielt werden.
- Es darf nur in der eigenen Hälfte verteidigt werden.
- Auf die niedrigen Körbe dürfen nur die Sportler werfen, die nicht in der Lage sind, Treffer in der normalen Korbanlage zu erzielen.
- Punkteregelung:
  - Zwei Punkte für einen Korbtreffer
  - Ein Punkt für einen Treffer in dem niedrigen Korb

Variationsmöglichkeiten

- Regelung für einzelne Spieler
- Punkte für einen Netz- oder Ringtreffer (Die Spieler, für die diese Regel gilt, werden entsprechend gekennzeichnet.)

Weitere Hinweise

Die Regeln sind unter http://www.gbwba.org.uk/gbwba/assets/File/Inclusive%20Zone%20Basketball%20L3%20Guidance%20Document%282%29.pdf abrufbar.

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

LUFTBALLON-VOLLEYBALL

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

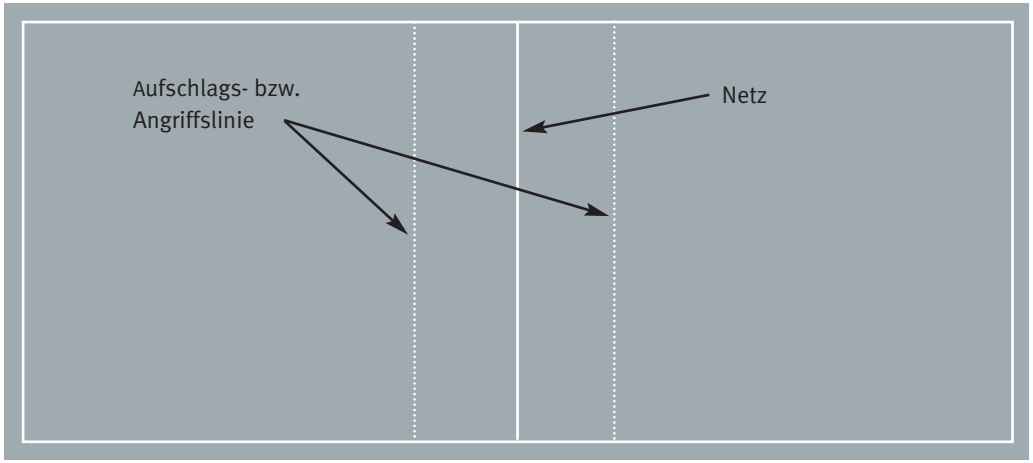
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

Was wird benötigt?

- Badminton-Spielfeld (6,10 m x 13,40 m)
- großer Luftballon (Durchmesser ca. 40 cm, möglichst mit zwei innenliegenden Glöckchen)
- Netz
- Trikots oder Leibchen in zwei unterschiedlichen Farben
- Stoppuhr

Spielideen

- Es wird ein volleyballähnliches Spiel mit einem Luftballon gespielt.
- Dabei muss der Luftballon von allen Spielern einer Mannschaft berührt werden, bevor er das Netz überquert.



Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

LUFTBALLON-VOLLEYBALL

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

Regeln
(in Anlehnung an das japanische Fusen-Volleyball)

- Das Spiel wird auf einem Badmintonfeld gespielt.
- Eine Mannschaft besteht aus bis zu sechs Spielern mit und ohne Beeinträchtigung.
- Ein Spiel besteht aus einem Satz, der höchstens 20 Minuten dauern soll.
- Sieger ist die Mannschaft, die zuerst 15 Punkte oder nach Ablauf der Zeit die meisten Punkte erreicht hat.
- Der Ball muss von allen Spielern einer Mannschaft berührt (gespielt) werden, bevor er wieder zurückgeschlagen werden kann.
- Er muss spätestens nach 10 Ballberührungen das Netz überqueren.
- Spieler, die einen Rollstuhl benutzen, können zum Ball geschoben werden und dürfen den Aufschlag an jeder beliebigen Stelle ausführen.
- Nach zwei Aufschlägen wechselt das Aufgaberecht.
- Der Aufschlag innerhalb der Mannschaften erfolgt nach dem Rotationsprinzip.

- Ein Punkt wird erzielt, wenn der Ballon das gegnerische Spielfeld berührt oder der Gegner zu einem der folgenden Fehler verleitet wird:
  - Der Ball wird ins Aus geschlagen.
  - Der Ball wird nicht von allen Mannschaftsmitgliedern berührt, bevor er über das Netz geschlagen wird.
  - Es gibt mehr als 10 Ballberührungen.
  - Es wird beim Aufschlag oder Angriff des Balls gesprungen.
  - Ein Spieler berührt das Netz.

Variationsmöglichkeiten

- Unterzahl- / Überzahlspiel
- Höhe des Netzes
- Zahl der Ballberührungen
- Zusammensetzung der Mannschaft

Weitere Hinweise

Auf der Homepage www.fusenvolleyball.blogspot.com können die ausführlichen Spiel- und Klassifizierungsregeln abgerufen werden.

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

SPORTKARTE

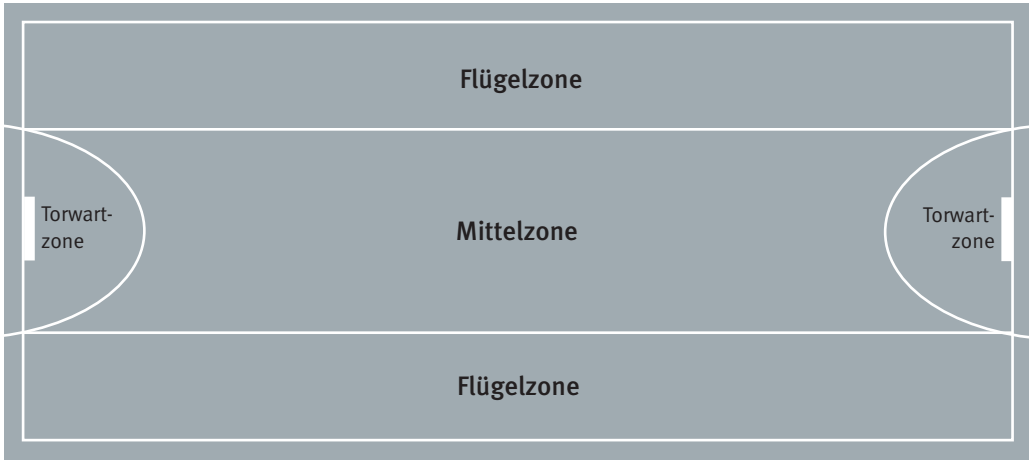
ZONEN-HOCKEY

Was wird benötigt?

- Unihoc-Schläger
- Unihoc-Ball
- T-Schläger (für Teilnehmer im Rollstuhl)
- verschiedenfarbige Leibchen oder Trikotsätze
- Klebeband oder Markierungshütchen zum Markieren der Zonen

Spielideen

Zonen-Hockey wird nach angepassten Hockey-Regeln gespielt. Der wichtigste Unterschied zum normalen Hockey-Spiel ist die Aufteilung des Spielfeldes in drei Zonen. In diesen Zonen spielen jeweils gleich starke Spieler gegeneinander. Die Zonen dürfen nicht verlassen werden.



Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

ZONEN-HOCKEY

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

Regeln

- In jeder Mannschaft spielen 4 Feldspieler und ein Torwart.
- In jeder Zone spielen Sportler mit vergleichbaren Handicaps gegeneinander.
- Die Zonen dürfen während des Spiels nicht verlassen werden.
- Die Besetzung der einzelnen Zonen ist von der Zusammensetzung der Teams abhängig. So können zum Beispiel in der Mittelzone jeweils zwei Spieler mit Elektrorollstuhl gegeneinander antreten. In einer Flügelzone spielen dann Spieler mit Aktivrollstühlen, in der anderen Zone gehfähige Spieler.
- Spieler mit stark eingeschränkter Mobilität (Rollstuhlnutzer) erhalten einen Assistenten (Pusher). Dieser unterstützt bei Fortbewegung, Ballannahme und Ballabgabe, darf das Spiel aber nicht beeinflussen.
- In der Torwartzone darf sich nur der Torwart aufhalten.

Variationsmöglichkeiten

- Veränderung der Spielerzahl pro Mannschaft
- Abweichende Regeln, z.B.:
  - Jeder Spieler muss angespielt werden.
  - Der Ball muss durch alle Zonen gespielt werden.

Weitere Hinweise

Das Regelwerk ist unter
http://www.ntu.ac.uk/adapted_sports/adapted_games/zone_hockey/index.html
und unter http://www.intensehockey.co.uk/Downloads/Rules_ZoneHockey.pdf abrufbar.

Mit freundlicher Unterstützung: AOK

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

SPORTKARTE

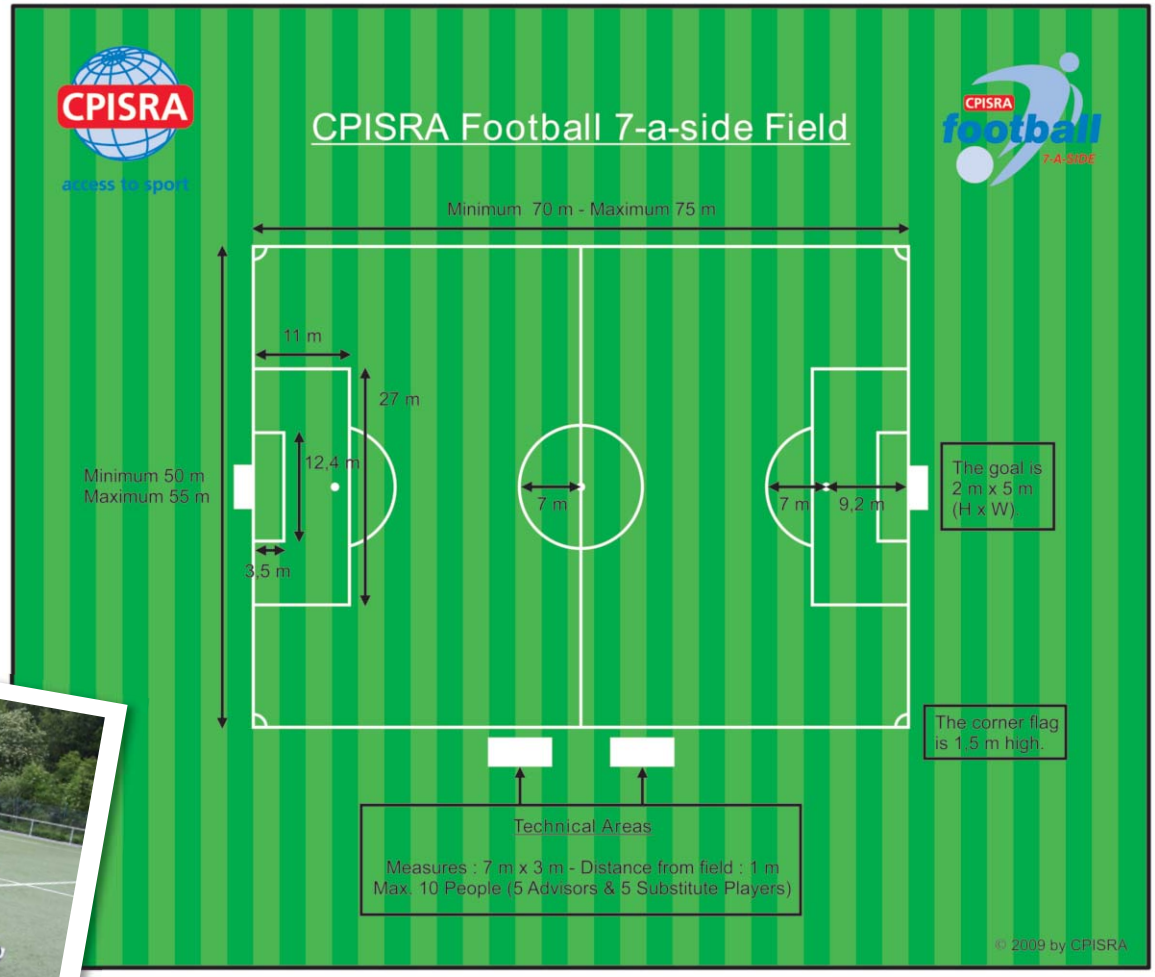
FUSSBALL

Was wird benötigt?

- Fußbälle
- Spielfeld
- Tore

Spielideen

„Fußball 7-a-side“ ist ein Mannschaftsspiel mit sehr hohem Aufforderungscharakter und erfreut sich größter Beliebtheit. Es wird von gehfähigen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen gespielt.



Mit freundlicher Unterstützung: AOK

SPORTKARTE

FUSSBALL

bvkm.
Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.

Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V.
Brehmstr. 5-7, 40239 Düsseldorf
www.bvkm.de

Regeln

- Wesentliche Abänderungen von den FIFA-Regeln:
- Mannschaftsgröße: 7 Spieler pro Mannschaft
- Spielfeldgröße: 70 - 75 x 50 - 55 m
- Torhöhe: 2 m
- Torbreite: 5 m
- Einwurf: Der Spieler darf den Ball ins Spiel rollen.
- Abseitsregel: wird nicht angewendet
- Spielzeit: zweimal 30 Minuten

Variationsmöglichkeiten

- Verkleinerung des Spielfeldes
- Verkleinerung des Tores
- Torschussspiele
- Kampfspiele auf ein Tor
- Kampfspiele auf zwei Tore:
  3 gegen 3, 4 gegen 4, 5 gegen 5 und 6 gegen 6
  mit oder ohne Tormann

Variationsmöglichkeiten

Fußball eignet sich, um

- mit Spielern vergleichbarer Fähigkeiten in einer Mannschaft zu spielen,
- Mannschaftsverhalten und -strategien zu erlernen und individuelle Fertigkeiten zu schulen.

Mit freundlicher Unterstützung: AOK