DEUTSCHER HOCKEY-BUND

Specialhockey



Foto: Sarah Rauch

Special Hockey Start-up Leitfaden

Einfach mal machen & Großes schaffen

Digitale Version



Foto: Sarah Rauch

Der Leitfaden hilft Hockey Vereinen erfolgreich ein Special Hockey Angebot aufzubauen.
Er bietet praxisnahe Tipps, Informationen und Hilfestellungen für die Arbeit mit Menschen mit Behinderung.
Inklusion im Hockey bedeutet: Gemeinschaft stärken, Teilhabe ermöglichen und neue Perspektiven gewinnen.

Einfach mal machen - es lohnt sich!

Special HOCKEY LOVE

Erlebe Special Hockey

Inhalt

Hockey für Menschen mit geistiger Beeinträchtigung 4

Was kann ein Special Hockey Angebot bewirken? 6

Die Zielgruppe 10

Start und Organisation eines Special Hockey Angebotes 11

Trainer 15

Die Athleten 17

Psychische Besonderheiten 18

Physische Besonderheiten 19

Soziale Besonderheiten 20

Inklusion und Vielfalt im Verein leben 22

Handlungs-Empfehlungen 23

Checkliste „Start-Up Special Hockey“ 24

Weitere Infos 27



Foto: Christoph Jungbluth





Foto: Will Palmer



Foto: World Sport Pics



Foto: Sarah Champion

Special Hockey

für Menschen mit geistiger Behinderung

Was braucht es für Special Hockey?

Special Hockey wurde bereits in den 1970ger Jahren in Mönchengladbach gestartet. Damals vom Ehepaar Walter und Ottimar Meyer, denen auch das Walter-Meyer-Gedächtnisturnier gewidmet ist.
Erste Schritte der Inklusion gab es bei der WM 2006 im Hockeypark mit der Ausrichtung eines internationalen Hockey Turnriers für Menschen mit Behinderung.

2016 widmete sich der DHB fokussiert der Inklusion und seit dem hat sich Vieles entwickelt. Danke einer Förderung der Aktion Mensch in den Jahren 2022-2025 wuchs das Netzwerk an Vereinen deutlich.

- Ausrichtung der EuroHockey ID Championships in 2023 und 2025
- Hockey erstmals bei den SO Landesspielen NRW 2022 in Bonn
- Hockey erstmals bei den **Special Olympics World Games 2023** in Berlin
- Erster SO Anerkennungs-Wettbewerb bei den SO LS 2024 in Münster
- Mehr als **90 ausgebildete Coach Specials**
- Erfolgreiches Unified Schiedsrichter Projekt ist **weltweiter Vorreiter**
- **Meilensteine der Inklusion** mit Einsätzen der Unified Schiedsrichter im Regel- Jugend-Spielbetrieb des WHV
- Seit 2022 **17 neue Special Hockey** Angebote- insgesamt nun 30
- Entwicklung eines **starken Netzwerkes** der Engagierten
- Start der **Special Kids Camps**



Foto: Sarah Rauch

Special Hockey

Gänehautmomente


Foto: Sarah Champion


Foto: Sarah Rauch


Foto: Sarah Rauch


Foto: Sarah Rauch


Foto: Sarah Rauch


Foto: Klaus Holzmüller


Foto: Weichselgärtner


Foto: Sarah Rauch


Foto: Martin Hannebeck

Videos


Foto: Martin Hannebeck

EM 2025



Kids Camp



Coach Special



Unified Schiedsrichter

Special Hockey

für Menschen mit geistiger Behinderung

Was braucht es für Special Hockey?

- Schaffung von Begegnungen und offener Sportangebote
- Förderung und Unterstützung, Einsatz und Engagement
- Entschlossenheit sich auf etwas Neues einzulassen
- Veränderungswillen

Der Sport inkludiert Menschen ganz natürlich. Sport ist Spaß und Spiel für alle Menschen gleichermaßen, mit der gleichen Freude und den gleichen Emotionen.

Der DHB hat ein Netzwerk aus allen Engagierten im Special Hockey. Man ist keineswegs allein, sondern trifft direkt auf andere Enthusiasten.

Special Hockey Netzwerk
Zukunft gestalten
Austausch fördern
Entwicklung stärken
Wir. Gemeinsam. Vernetzt.



Foto: Sarah Rauch



INKLUSION

Inklusion im Sport bedeutet, dass Menschen mit Behinderung ihre gewünschte Sportart **frei wählen** können und die Möglichkeit erhalten **aktiv** am Vereinsleben teilzuhaben. Ziel ist es, durch Sport eine Brücke zur gesellschaftlichen Teilhabe zu schaffen und **positive Wirkungen** auch über den Sport hinaus zu erzielen. Special Olympics

Foto: World Sport Pics

Special Hockey

Gewinn für alle

Gewinn für die Athleten

Special Hockey wirkt ganzheitlich – sportlich, persönlich und sozial

- Aktive Teilhabe am gesellschaftlichen Leben
- Zugehörigkeit zu einem Team
- Lebensfreude, Spaß und Gemeinschaft
- Stärkung von Selbstvertrauen und Selbstständigkeit
- Erweiterung sozialer Kontakte und Förderung der Persönlichkeitsentwicklung



Foto: Ulrich Schaarschmidt



Foto: Ulrich Schaarschmidt



Foto: Sarah Rauch



Foto: Ulrich Schaarschmidt

Wirkung auf die Vereinsmitglieder

Erleben echter Teilhabe und gemeinsamer Erlebnisse.

- Schaffung wertvoller Begegnungen zwischen Menschen mit und ohne Behinderung
- Abbau von Berührungsängsten und Vorurteilen
- Förderung von Miteinander, Verständnis und Zusammenhalt
- Stärkung von Empathie und gegenseitigem Respekt

Positive Effekte für den Verein

Special Hockey bereichert den Verein nachhaltig.

- Verbesserte Fördermöglichkeiten
- Positive öffentliche Wahrnehmung
- Alleinstellungsmerkmal



Foto: Olli Holzmüller



Foto: Sarah Rauch

Inklusive Sportangebote wie Special Hockey sind ein
Gewinn für alle!
Sie stärken Athleten,
beleben das Vereinsleben und
leisten einen wichtigen Beitrag zu einer offenen und solidarischen Gesellschaft.

Die Zielgruppe

Vielfalt als Stärke



Foto: Stefan Holzem



Foto: Stefan Holzem



Foto: Klaus Holzmüller

Special Hockey ist eine bewusst **heterogene** Sportgruppe: Teilnehmende unterscheiden sich in ihren körperlichen, kognitiven und persönlichen Voraussetzungen. Entscheidend ist nicht der Blick auf Defizite, sondern auf **Potenziale, Stärken und Entwicklungsmöglichkeiten**. Alle sind lernfähig – manchmal braucht es einfach etwas mehr Zeit.

Special HockeyProjekt

Start und Organisation

Standortanalyse

- Welche Einrichtungen der Behindertenhilfe (Inklusive Kitas Förderschule, Wohnheime oder Werkstätten) sind in der Nähe des Hockeyplatzes?

Trainingszeit

- Angebote für Kinder/Jugendliche - eher am Wochenende, aufgrund vieler Termine unter der Woche

- Angebote für Erwachsene – unter der Woche im Anschluss an die Schul- bzw. Arbeitszeiten, um von dort direkt zum Hockey zu fahren



Foto: Olli Holzmüller

Ansprache der Zielgruppe

- über Vereinsmitglieder
- Einrichtungen der Behindertenhilfe (Werkstätten, Wohnangebote)
- inklusive Schulen und Kitas
- Physio- und Ergotherapie Praxen
- Reha-Verein, Stiftungen, Selbsthilfegruppen
- Elternabende
- lokale Zeitungen und Beiträge in Print- und digitalen Medien

Eine Möglichkeit einen niedrigschwelligen Zugang zum Hockey zu ermöglichen, bieten Kooperationen bei denen für einen bestimmten Zeitraum Hockey während der Unterrichts-/ Arbeitszeit angeboten wird.

👉🏼 **Tipp** Wichtig ist es, die Inhalte in leichter Sprache zu verfassen und mit Bildern zu hinterlegen. Was ist Leichte Sprache? Info

Welche Materialien benötige ich?

- Vereins- Grundausstattung (Bälle, Hütchen, etc.)
- hilfreich sind **(XL-) Hütchen** in knalligen Farben
- gebrauchte Schläger von Mitgliedern
- einheitliche **Team T-Shirts** fördern das Teamgefühl



Foto: Olli Holzmüller

Finanzierungen und Fördermöglichkeiten

Da die Mitgliedsbeiträge von Hockeyvereinen oftmals den im Vergleich geringen Beiträgen in Mehrspartenvereinen übersteigen, ist es notwendig eine machbare Lösung zu finden. Bei den meisten Vereinen hat sich eine 0 € Mitgliedschaft durchgesetzt.

Es gibt aber noch weitere Möglichkeiten, finanzielle Unterstützung zu bekommen:

- Förderung durch die Landes- und Kreissportbünde
- Stiftungen: www.stiftungen.org.
- Aktion Mensch e.V.: www.aktion-mensch.de
- Preise und Gewinnspiele
- Sponsoren: oftmals bereit das Projekt zu unterstützen
- Patenschaften zur Übernahme des Mitgliedsbeitrages
- Spende statt Geschenke

GEMEINSAM Special HOCKEY FÖRDERN

Der Verein zur Förderung von Special Hockey engagiert sich für die Akquirierung von Geldern, um die Entwicklungen im Special Hockey zu fördern und Projekte zu unterstützen, die Menschen mit geistiger Behinderung in ihren Verein aktiv einbinden.



Foto: Sarah Rauch



INKLUSION

Chancengleichheit besteht nicht darin, dass jeder einen Apfel pflücken darf, sondern dass **der Zwerg eine Leiter bekommt.**

Reinhard Turre

Foto: Sarah Rauch

Trainer im Special Hockey

Besonderheiten des Coach Special

Ein Special-Hockey-Training kann von allen durchgeführt werden, die neben grundlegenden Hockeykenntnissen vor allem pädagogisches Geschick und Einfühlungsvermögen mitbringen.

Geduld, Empathie und Freude an der Arbeit mit Menschen mit Behinderung sowie die Offenheit für neue Erfahrungen, und der Wunsch, positive Sport- und Erfolgserlebnisse für alle Teilnehmenden zu ermöglichen, ist entscheidend.

Die Freude am Hockey steht im Vordergrund.

Kennzeichen eines Coach Special

- wertschätzender Umgang mit Vielfalt
- kreative Anpassung der Trainingsinhalte
- Förderung sportlicher als auch sozialer Kompetenzen
- Schaffung eines motivierenden Umfeldes
- Teilhabe und Gemeinschaft erlebbar machen

Diese Haltung – getragen von Engagement, Begeisterungsfähigkeit und Lernbereitschaft – macht Special-Trainer besonders.

Ziel ist es, die Potenziale aller Teilnehmenden zu erkennen und bestmöglich zu entfalten.





Die Athleten

Und ihre individuelle Bedürfnisse kennenlernen

Im Aufbau eines Special Hockey Teams ist es entscheidend, die einzelnen Spieler gut kennenzulernen. Das **Stammdatenblatt** bietet dafür eine wertvolle Grundlage und kann durch Eltern und Betreuende beantwortet werden.

- Welche Fähigkeiten und Stärken bringt der Athlet mit?
- Welche sportlichen Vorerfahrungen und Bewegungsformen sind bekannt?
- Gibt es Besonderheiten, die im Training berücksichtigt werden sollten?
- Wie ausgeprägt sind Motivation, Begeisterungsfähigkeit und Frustrationstoleranz?


Foto: Sarah Rauch

Psychische Besonderheiten

Was kann für mich ungewohnt sein?

Selbstständigkeit
Die Selbstständigkeit ist sehr unterschiedlich ausgeprägt: Die Athleten haben bspw. Schwierigkeiten ihre Schuhe zu schnüren oder Stutzen anzuziehen.

Geistige Entwicklung
Sportler mit geistiger Behinderung befinden sich oftmals auf einam anderen geistigen Entwicklungsstand als ihr äußeres Alter vermuten lässt.

Emotionalität
Gefühle werden oft sehr direkt und intensiv gezeigt. Das Verhalten kann dabei von starker Anhänglichkeit bis hin zu Zurückhaltung reichen und wird durch Unsicherheit, fehlende Ausdrucksmöglichkeiten oder situative Überforderung beeinflusst.

Frustration und Aggression
Teilweise sind die Frustrationsschwellen sehr niedrig. Zu schwierige oder unverständliche Aufgaben können daher schnell Ärger, Rückzug oder aggressives Verhalten auslösen.

Sensomotorik
Kognitive oder motorische Beeinträchtigungen können das Zusammenspiel von Wahrnehmung, Situationsverarbeitung und Umsetzung in gezielten Bewegungen erschweren.

Feste Gewohnheiten und Abläufe
Routinen und feste Abläufe helfen der Orientierung. Diese Struktur vermittelt Sicherheit und schafft eine stabile Grundlage, um neue oder anspruchsvollere Aufgaben zu bewältigen.


Foto: Sarah Rauch

Praxis Tipp

- frühzeitig das **Gespräch mit Bezugspersonen** und Betreuenden suchen
- Sportler bewusst kennenlernen und **individuell einschätzen**
- Misslingen nicht dem Sportler zuschreiben – **Ursachen hinterfragen**
- **Kreative Lösungen finden** um Erfolgserlebnisse zu schaffen

Prüfen, ob die Situation nicht verstanden,
nicht verarbeitet oder nicht in Handlung umgesetzt werden kann.

Physische Besonderheiten

Was kann für mich ungewohnt sein?

Neben der geistigen Behinderung können auch weitere sichtbare oder unsichtbare körperliche Beeinträchtigungen bestehen, die die Leistungsfähigkeit beeinflussen. Im Training ist daher ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Förderung und Überforderung entscheidend.

Übergewicht
Viele Menschen mit geistiger Behinderung sind von Übergewicht betroffen – häufig durch Bewegungsmangel, Nebenwirkungen von Medikamenten oder fehlendes Wissen über Ernährung und Bewegung.

Neigung zu epileptischen Anfällen
Epilepsie tritt bei Menschen mit geistiger Behinderung häufig als Begleiterscheinung auf. Die Anfälle können in Intensität und Auslösern variieren.

Hyperbeweglichkeit
Besonders bei Menschen mit Trisomie 21 (Down-Syndrom) kommen überbewegliche Gelenke, ein geringerer Muskeltonus und schwächeres Bindegewebe vor. Dadurch steigt das Risiko für Verletzungen.



Foto: Ulrich Schaarschmidt

Praxis Tipp

- regelmäßig Kräftigungs- und Gleichgewichtsübungen
- **Motivation zu regelmäßiger Bewegung** und Alltagsaktivität schaffen
- **Aufklärung zu Ernährung** und Bewegung in das Training integrieren
- Übungen in verschiedenen Schwierigkeitsgraden anbieten
- sportler Bedarf bremsen oder zusätzlich motivieren
- **Gute Struktur, regelmäßig wiederkehrende Abläufe**, viele Wiederholungen anleiten

Soziale Besonderheiten

Was kann für mich ungewohnt sein?

Aufgrund der nach wie vor bestehenden Trennung von Lebenswelten sind Menschen mit Behinderung teilweise weniger mit gesellschaftlichen Normen vertraut.

- Unkenntnis von Regeln und Normen
- Probleme mit Ironie und Abstraktem
- Nichtverstehen von anscheinend Offensichtlichem
- offenes und direktes Verhalten
- ein ausgeprägten Ausleben von Emotionen



Praxis Tipp

- klare Grenzen setzen
- gemeinsame Aktivitäten außerhalb des Sports fördern
- positive Ansprache
- Kommunikation in Leichter Sprache
- Geduld + Geduld + Geduld



INKLUSION

„Die **Menschlichkeit** einer **Gesellschaft** zeigt sich nicht zuletzt daran, wie sie mit den **schwächsten** Mitgliedern umgeht."

Helmut Kohl

Foto: Sarah Rauch

Inklusion und Vielfalt im Verein leben

Inklusion gelingt, wenn der Wille da ist.

Wichtig ist, dass alle Mitglieder informiert sind und Menschen mit Behinderung **selbstverständlich** als Teil der Vereinsgemeinschaft angenommen werden – sichtbar unterstützt durch die Vereinsführung.

So gelingt die Integration im Vereinsalltag:

- Trainingszeit bewusst an Jugendtrainings anknüpfen
- Special Hockeyspieler aktiv an den Vereinsveranstaltungen teilhaben lassen
- das Team gleichwertig wie alle andern Teams integrieren
- Präsenz zeigen: Berichte und Bilder auf der Homepage, etc,
- Patenschaften zwischen Menschen mit und ohne Behinderung fördern
- gemeinsame Erlebnisse schaffen (Ausflüge, Veranstaltungen, Spiele, etc.)



Foto: Mario Romme



Foto: Sarah Rauch

Handlungsempfehlungen

zu den gelingens Faktoren für Inklusion im Sport

von der Universität Paderborn

Kultur- Haltung zeigt Wirkung

- Willkommenskultur leben: Türen und „Köpfe“ öffnen
- Wertschätzung und Gleichbehandlung der Special Athleten
- gezielte Kommunikation und sichtbare Öffentlichkeitsarbeit
- geselligkeit und Gemeinschaft aktiv fördern

Struktur – Inklusion verankern

- inklusives Leitbild als Grundlage für den gesamten Verein
- engagierte Personen gezielt einbinden und stärken
- Kooperationen nutzen, um Angebote nachhaltig zu fördern

Mitglieder – gemeinsam Veränderungen gestalten

- Vereinsverantwortliche als Unterstützer gewinnen
- Mehrwert inklusiver Angebote intern und extern aufzeigen
- gemeinsame Aktivitäten zur Stärkung des Wir-Gefühls

Aktionen – Inklusion praktisch leben

- Hospitation für Jugendliche ermöglichen
- gemeinsames Training und Spiele durchführen
- inklusive Wettbewerbe und Veranstaltungen durchführen



Foto: Sarah Rauch





Foto: World Sport Pics

Checkliste

Start-up Special Hockey

Zielsetzung

- Was möchten wir mit einem Special Hockey Angebot erreichen?

Zielgruppen

- Welche Zielgruppe sprechen wir an?
- Welche Angebotsform eignet sich für unsere Zielgruppe?

Personal

- Welche Übungsleiter stehen für das Angebot zur Verfügung?
- Wer übernimmt die Betreuung und Organisation?
- Wer hat Kontakte zu Einrichtungen der Behindertenhilfe?
- Wer ist Hauptansprechperson für das Angebot?

Angebot

- Wie viel Stunden pro Woche können wir aufwenden?
- Wann und wo kann das Angebot stattfinden?

Material

- Wie viel Platz steht uns zur Verfügung?
- Welches Material steht uns zur Verfügung?
- Welche Neuanschaffungen sind notwendig?

Kommunikation

- Wer übernimmt die Bewerbung des Angebotes?
- Wer erstellt Flyer und digitale Inhalte?
- Welche Kommunikationskanäle nutzen wir?
- Wie stellen wir das Angebot im Verein vor?

Kooperationen

- Welche Einrichtungen kommen als Kooperationspartner in Frage?
- Welche Ziele und Erwartungen haben wir an die Zusammenarbeit?

Vereinsbindung

- Wen können wir im Verein für das Angebot gewinnen?
- Welche Vereins- oder externe Partner unterstützen das Projekt?
- Gibt es Familien mit Kindern mit geistiger Behinderung in unserem Verein?
- Wie gestalten wir den Mitgliedsbeitrag?
- Welche Maßnahmen zur Barrierefreiheit sind nötig?

Entscheidung

- Welche Erwartungen haben wir an das Angebot?
- Welche Ressourcen (Zeit, Personal, Kosten) stehen uns zur Verfügung?
- Wie können wir uns vorbereiten?

Planung

- Wann wollen wir mit der Bewerbung des Angebotes starten?
- Welche Qualifizierungen sind vorab sinnvoll?
- Welchen Zeitplan setzen wir uns?
- Evaluation (nach ein paar Monaten)
- Wie funktioniert die Kommunikation unter den Verantwortlichen?
- Wo sehen wir Optimierungsbedarf?
- Welche Ressourcen fehlen?
- Konnten die Ziele erreicht werden?
- Sind die Erwartungen allen Beteiligten erfüllt?

Evaluation

- Evaluation (nach ein paar Monaten)
- Wie funktioniert die Kommunikation unter den Verantwortlichen?
- Wo sehen wir Optimierungsbedarf?
- Welche Ressourcen fehlen?
- Konnten die Ziele erreicht werden?
- Sind die Erwartungen aller Beteiligten erfüllt?

Einfach mal machen!



Foto: Weichselgärtner

INKLUSION

Wer Inklusion will, findet Wege.

Wer Inklusion nicht möchte, findet Gründe.

Special Hockey im DHB

Unified Schiedsrichter





Foto: Susanne Breithaupt



Foto: World Sport Pics

Das Unified Schiedsrichter Programm bringt Special Athleten und Schiedsrichter zusammen. In einer gemeinsamen Ausbildung werden sie auf ihre Einsätze vorbereitet. Sie sind Partner an der Pfeife und stehen für:

- Inklusion auf Augenhöhe
- Respektvolles Miteinander
- Förderung von Stärken
- Vielfalt auf dem Platz

Mehr Informationen hier

Unified SCHIEDS RICHTER Partner an der Pfeife

Gefördert durch die Aktion Mensch

DHB Deutscher Hockey-Bund e.V.

Special Hockey im DHB

Coach Special Ausbildung







Der Start in dein Special Hockey Projekt:
Der DHB Coach Special Lehrgang.

- Wechsel deine Perspektive
- Erweitere deinen Horizont
- Gewinne neue Kompetenzen
- Stärke dein Bewusstsein

Das Rund-um Paket bereitet dich bestens auf dein Inklusions-Projekt in deinem Verein vor.

Mehr Informationen hier

COACH
Für Vielfalt im Hockey
Special

Gefördert durch die Aktion Mensch

DHB Deutscher Hockey-Bund e.V.

Weiterführende Informationen

Special Hockey im DHB

- Instagram Special Hockey Team - Link
- DHB Special Hockey- Alle Infos hier
- Stammdaten-Blatt - Link
- SOD Hockey Regeln in Leichter Sprache-Link
- Special Olympics Landesverbände- Übersicht
- Materialien für Gesundheit und Athletik für Athlet*innen- Hier
- Special Hockey Bildungsanagebote - Hier



Foto: World Sport Pics

- **Bildung und Teilhabe:** Familienportal
- **Persönliches Budget:** Familienratgeber
- **Special Olympics Akademie:** Bildungsangebote
- **Bundesverband Deutscher Stiftungen:** www.stiftungen.org
- **Aktion Mensch:** www.aktion-mensch.de
- **Epilepsie Vereinigung**: www.epilepsie-vereinigung.de
- **Deutsche Sportjugend:** Selbstcheck „Inklusion – Teilhabe und Vielfalt"
- **Leichte Sprache:**
- Netzwerk leichte Sprache
- „Leichte Sprache. Ein Ratgeber"

Impressum

Die Informationen basieren zum großen Teil auf der Informationsbroschüre „Sport inklusiv" von Special Olympics Deutschland e.V.

Der vorliegende Leitfaden wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder die Autoren noch der DHB können für eventuelle Schäden, die aus den im Leitfaden vorgestellten Informationen resultieren, Haftung übernehmen.

Deutscher Hockey-Bund e.V.

Linda van Overmeire-Sandkaulen
Projektleitung Special Hockey
Am Hockeypark 1
41179 Mönchengladbach
www.hockey.de
sandkaulen@deutscher-hockey-bund.de



INKLUSION

„Vielfalt heißt zur Party eingeladen zu werden, Inklusion heißt zum Tanzen aufgefordert zu werden“

Verna Myers

Foto: Sarah Rauch