

Technische und methodische Hilfsmittel im Schneesport mit Menschen mit Beeinträchtigung

Thematik	Mögliche Herausforderungen	Mögliche Hilfsmittel	Einsatz
Kommunikation	Erschwerte verbale Verständigung	Kommunikationsgerät / Sprachcomputer	Wird bei Bedarf von der Lehrperson im Rucksack mitgeführt
	Erschwerte verbale Verständigung	Piktogramme / Symbole	Wechsel von verbaler zu visueller Kommunikation
	Erschwertes Sprachverständnis	Porta-Gebärden (Gratis App)	Visuelle Unterstützung der Sprache
	Erschwerte akustische Verarbeitung	FM-Anlage, Vibrationsarmbänder	Die Lehrperson trägt den Sender während des Unterrichts auf sich
Orientierung	Schwierigkeiten bei der Rechts/Links- Unterscheidung	Verschiedenfarbige Aufkleber / Armbänder	Visuelle Orientierung (z. B. roter Kleber auf dem rechten Ski, blauer auf dem linken Ski)
Wahrnehmung	Reizüberflutung	Kapselgehörschutz (Pamir)	Dämpfung von Umgebungslärm zur Beruhigung und Konzentration
Bewegung & Koordination	Schwierigkeiten, Bewegungen zu planen oder sich diese vorzustellen	Trapez (Haltebügel mit Seilen) 1-2 Langstangen Bildhafte Sprache / Metaphern	Trapez: Gezielte Bewegungsunterstützung (z. B. wenn die Bewegungsanweisung zum Drehen des Beckens nicht verstanden wird) Metaphern: Verwenden von Bildern, z.B. „Laufe wie ein Pinguin“
Bewegung & Koordination	Unfähigkeit, die Beine zusammen- oder auseinanderzuführen und diese Position zu halten (z. B. für Pflugstellung)	Skiverbindung (Pflugbogenhilfe)	Elastische oder stabile Verbindung der Skispitzen, um die Pflugform stabil zu halten
Bewegung & Koordination	Häufiges Überkreuzen der Skispitzen / koordinative Schwächen	Skiverbindung mit Abstandshalter	Stabilisiert die Skiführung und verhindert das Überkreuzen
Emotionen	Schwierigkeiten, Gefühle zu regulieren	Plüschtier	Kann als Glücksbringer oder Beruhigungsobjekt mitgenommen werden
Emotionen	Ausgeprägte Angst oder Unsicherheit	Langstange	Bietet physische Stabilität und hilft bei der Überwindung von Blockaden

Hilfsmitteltabelle Schneesport

Kraft & Motorik	Schmerzen an der Achillessehne / Wade (häufig bei Halbseitenlähmung)	Fersenkeil	Entlastet die Sehne bei einer Spitzfussproblematik
Kraft & Motorik	Skistock kann aufgrund eingeschränkter Handfunktion nicht gehalten werden	Leki Klick-System, Fixationshilfen / Klettsysteme aus Neopren	Feste Verbindung von Hand bzw. Handschuh und Stock zur Entlastung der Greiffunktion
Kraft & Motorik	Beinkraft/ Koordination knapp ausreichend für stehendes Fahren	Lang-Stabilos Handführung (Snowboard)	Können das stehende Fahren unterstützen
Sitzendes Fahren	Sitzend Fahren ist selbstständig möglich durch gute Armfunktion	Monoskibob	Einsatz bzw. Unterricht durch eine Fachperson
Sitzendes Fahren	Sitzend Fahren ist nicht selbstständig möglich	Dualskibob Tandemski	Einsatz bzw. Unterricht durch eine Fachperson
Sehvermögen	Eingeschränkte Kontrastwahrnehmung	Leuchtweste (oder Dunkelweste)	Erhöht die Sichtbarkeit der Lehrperson (je nach Problematik farblich angepasst)
Sehvermögen	Eingeschränkte Sehfähigkeit	Funkgerät oder Lautsprecher Handführung (Snowboard) Glöckchen an Langlaufstöcken	Zur akustischen Orientierung und zum aktiven Guiden (Führen) auf der Piste Zur akustischen Orientierung beim Langlauf
Sehvermögen	Lichtempfindlichkeit	Dunkle Skibrille / Sonnenbrille	Dämpft blendendes Licht und schützt die Augen