Special Olympics

Regelwerk

Motor Activities Training Program (MATP) –

Sport- und Bewegungsangebot für Menschen mit erhöhtem Unterstützungsbedarf

Erstellt von Maria Schönhofer, überarbeitet und ergänzt von Eveline Gröber, Thomas Gruber
Fachliche Beratung: Gerben Kamminga (Physiotherapeut)

SPEZIALBEWERB

Der Spezialbewerb besteht aus 10 Stationen

1. Station: Slalom mit einem Rollbrett, Rollstuhl, Rollator oder Einkaufswagerl

Der Teilnehmer muss auf einer Strecke mit einer Gesamtlänge von 5m, 6 Hütchen einer Markierung entlang umfahren.

2. Station: Station Sprossenwand

Der Teilnehmer muss als Startsignal eine Handpfeife drücken. Danach muss er sitzend drei rote und drei blaue Gegenstände von der Sprossenwand herunternehmen und in farbgleichen Boxen ablegen. Die Übung wird mit dem Drücken der Handpfeife beendet. Der Abstand zur Sprossenwand und die Höhe der Gegenstände wird an die Reichweite des Teilnehmers angepasst.

3. Station: Fahren durch eine Gasse oder balancieren über eine Langbank

Der Teilnehmer muss eine Gasse von 3 m Länge und einem Abstand von 10cm zusätzlich zur Rollstuhl-, Rollbrett- bzw. Rollatorbreite passieren oder über eine Langbank balancieren (ohne tuschieren oder heruntersteigen).

4. Station: Balltransport und zuordnen von Farben

Der Teilnehmer muss einen roten, gelben u. blauen Gegenstand zu einem gleichfärbigen Reifen bringen und hineinlegen (die Reifen liegen auf dem Boden). Es darf immer nur ein Ball transportiert werden, der Abstand von der Aufnahme des Balles bis zum Reifen beträgt 3m.

5. Station: Ballwurf im Sitzen

Der Teilnehmer muss sitzend 5 verschieden große Bälle (Tennisball, Gymnastikball, Softball, Volleyball, Medizinball) in 4 hintereinander aufgestellte Kastenteile (Entfernung ab 0,50m) werfen. Je größer die Entfernung, umso höher die erreichbare Punktezahl.

6. Station: Kegeln

Der Teilnehmer muss einen Gymnastikball auf neun Kegel rollen oder werfen. Er hat dabei 2 Versuche alle neun Kegel zu treffen, die Entfernung beträgt ca. 2,50m, bei Notwendigkeit kann der Ball über eine Rollbahn (Halbschale) gelenkt werden.

7. Station: Körperspannung

Der Teilnehmer muss auf einem Turnkasten in Bauchlage 10 Gegenstände umstoßen.
E-Roll Fahrer oder Teilnehmer die nicht aus dem Rollstuhl auf den Turnkasten können, dürfen mit seitlichem Abstand die 10 Gegenstände umstoßen.

8. Station: Seilziehen

Der Teilnehmer muss sich auf einem Rollbrett liegend oder sitzend bzw. im Rollstuhl sitzend an einem Seil in Richtung Zielpunkt ziehen, Länge des Seiles ca. 3 m (2 verschieden dicke Seile werden angeboten, Höhe variabel). Die Übung wird mit dem Drücken der Handpfeife beendet.

9. Station: Abstoßen

Der Teilnehmer muss sich auf einem Rollbrett liegend oder sitzend mit den Beinen oder Armen von einer Wand Abstoßen. Rollstuhlfahrer können dafür auch den Rollstuhl nutzen. Er hat 3 Versuche. Die weiteste erreichte Distanz wird gewertet.

10. Station: ROT-BLAU

Der Teilnehmer startet die Übung in dem er einen rot/blauen Gegenstand wirft und sich die sichtbare Farbe merkt. Danach fährt er mit dem Rollbrett, Rollstuhl oder Rollator zwischen zwei Langbänken an das Ende der Gasse. Dort nimmt er den Ball in der zuvor gemerkten Farbe auf und beendet die Übung mit einem gezielten Wurf auf einen Gegenstand. Wenn beim ersten Wurf der Gegenstand nicht getroffen wird, darf der zweite Ball für einen erneuten Versuch verwendet werden. Bei Notwendigkeit kann der Ball über eine Halbschale gerollt werden. (gilt nur für Mit Hilfe und Mit Hilfe ohne Zeit)

SPEZIALBEWERB MIT HILFE

Es müssen die gleichen Aufgaben wie beim Spezialbewerb bewältigt werden, es darf aber von einem Trainer die notwendige Hilfestellung gegeben werden.

SPEZIALBEWERB MIT HILFE OHNE ZEIT

Es müssen die gleichen Aufgaben wie beim Spezialbewerb bewältigt werden, es darf aber von einem Trainer die notwendige Hilfestellung gegeben werden.
Es werden nur Punkte vergeben. Die Zeitnehmung wird ausgesetzt.

BEWERTUNG SPEZIALBEWERB

Siehe Laufzettel MATP Bewerb Kategorie A, B, B1
Download unter https://specialolympics.at/matp/

ROLLSTUHLBEWERB

Allgemeine Regeln

a. Beide Vorderräder müssen beim Start hinter der Startlinie sein.
b. Elektrorollstühle sind von regulären Rollstuhlrennen ausgeschlossen.
c. An diesem Bewerb dürfen nur Sportler teilnehmen, die sich mit einem Rollstuhl fortbewegen.
d. Der Teilnehmer darf weder geschoben, gezogen oder sonst wie unterstützt werden (Ausnahmen entscheidet die Jury vor dem Bewerb).

5m und 15m

a. Beide Vorderräder müssen beim Start hinter der Startlinie sein.
b. Der Teilnehmer hat das Rennen beendet, wenn er mit beiden Vorderrädern die Ziellinie überquert.
c. Der Teilnehmer darf vom Start bis ins Ziel seine Bahn nicht verlassen und die anderen Teilnehmer in ihrem Fortkommen weder beeinträchtigen noch behindern (Ausnahmen entscheidet die Jury vor dem Bewerb).
d. Der Starter muss jedem Teilnehmer die Möglichkeit geben, sein Bestes zu geben.

ROLLATORBEWERB

5m und 15m

a. Der Teilnehmer startet mit seiner Gehhilfe hinter der Startlinie.
b. Auf das Startsignal hin nimmt der Teilnehmer das Rennen auf.
c. Der Teilnehmer legt die 5m bzw. 10m unter Mithilfe einer Gehhilfe zurück.
d. Der Teilnehmer darf die ihm zugewiesene Bahn nicht verlassen (Ausnahmen entscheidet die Jury vor dem Bewerb).
e. Der Teilnehmer darf keine Hilfe von Betreuern, Funktionären o.a. erhalten (Ausnahme, wenn Gefahr im Verzug).

BEWERTUNG ROLLSTUHL- UND ROLLATORBEWERB

- **Zeitnehmung**

GESCHICKLICHKEITSBEWERB MIT DREIRAD ODER STÜTZRAD

Der Geschicklichkeitsbewerb mit Dreirad oder Stützrad besteht aus 6 Hindernissen

1. Hindernis: Spurbrett

Bei diesem Hindernis muss der Teilnehmer sowohl mit dem Vorderreifen als auch mit den Hinterreifen das Spurbrett der Länge nach befahren, ohne dabei aus der Spur zu kommen

2. Hindernis: Achter

Die Breite der Fahrbahn des Achters beträgt 80 cm (wenn das Fahrrad breiter ist, wird die Breite des Achters angepasst). Der Teilnehmer muss den Achter so durchfahren, dass keiner der Begrenzungsklötze umgestoßen wird

3. Hindernis: Slalom

Der Teilnehmer muss 7 Stangen, die im abnehmenden Abstand auf einer geraden Linie aufgestellt sind, nacheinander umfahren, ohne die Stangen umzuwerfen

4. Hindernis: Schrägbrett

Dieses Hindernis besteht aus einer 3m langen und 80 cm breiten Holzbohle. Dem Teilnehmer wird das Fahren auf dem Hindernis durch eine seitliche Neigung der Fahrbahn erschwert. Die Räder des Dreirades bzw. Stützrades müssen das Innenfeld der Fahrbahn, welches farblich gekennzeichnet ist, zur Gänze überfahren (Hilfestellung vom freiwilligen Helfer bei Kippgefahr ist erlaubt)

5. Hindernis: Wölbung

Dieses Hindernis besteht aus 4 ungleichen Wölbungen. Der Teilnehmer muss diese hintereinander befahren

6. Hindernis: Zielbremsung

Der Teilnehmer muss in einem markierten Feld, das bei der Ziellinie beginnt, zum Stillstand kommen und darf dabei die Begrenzungslatte nicht abwerfen

Der Geschicklichkeitsparcours ist so aufgebaut, dass alle Übungen hintereinander durchfahren werden können.

Während der Fahrt dürfen die Füße den Boden nicht berühren.

Bei einem Fehler wird eine festgelegte Strafzeit abgezogen

Vor dem Bewerb soll es die Möglichkeit für einen Probedurchgang geben.

BEWERTUNG GESCHICKLICHKEITSBEWERB

- **Zeitnehmung**
- **Strafzeit**

ANHANG FÜR SPEZAILBEWERB MIT HILFE

1. Slalom

Der Teilnehmer muss den Slalom so selbständig wie möglich absolvieren. Der Trainer darf das Rollbrett, den Rollstuhl, den Rollator oder auch den Einkaufswagen korrigieren oder den Teilnehmer anleiten. Der Trainer darf den Teilnehmer jedoch nicht durch den Slalom fahren oder schieben, außer es ist am Formular „Mit Hilfe“ vermerkt. Ansonsten würde dies zu einem Streichresultat oder zu 0 Punkten führen.

2. Sprossenwand

Der Teilnehmer muss die Aufgabe so selbständig wie möglich absolvieren. Der Trainer darf bei der Streckung und der Farbzuordnung unterstützen.

3. Fahren durch eine Gasse oder Balancieren über eine Langbank

Der Teilnehmer muss so selbständig wie möglich durch die Gasse fahren. Das Handgeben beim Balancieren auf der Langbank ist erlaubt. Vollständiges Durchschieben durch den Trainer, wenn nicht am Formular „Mit Hilfe“ vermerkt, würde zu einem Streichresultat oder zu 0 Punkten führen.

4. Balltransport und Zuordnen von Farben

Der Trainer darf den Teilnehmer an der Hand führen, sich hinter die Ringe stellen oder durch Gesten korrigierend anleiten. Das vollständige Hin- und Zurückschieben des Rollstuhls durch den Trainer, wenn nicht am Formular „Mit Hilfe“ vermerkt, würde zu einem Streichresultat oder zu 0 Punkten führen.

5. Ballwurf im Sitzen

Der Teilnehmer muss den Wurf der Bälle mit der für ihn notwendigsten Hilfe durchführen. Ein Wurf des Trainers ohne Mitwirken des Teilnehmers würde zu einem Streichresultat oder zu 0 Punkten führen.

6. **Kegeln**

Der Trainer darf die Halbschale anlegen oder die Hand beim freien Wurf führen. Ein Wurf des Trainers ohne Mitwirken des Teilnehmers würde zu einem Streichresultat oder zu 0 Punkten führen.

7. **Körperspannung**

Der Teilnehmer muss soweit es möglich ist, wenn nötig mit geringstmöglicher Hilfe des Trainers, seine Beine in Bauchlage waagrecht ausstrecken und die Gegenstände selbständig umwerfen. Sollte ein Teilnehmer nur auf dem gedrehten Kasten liegen können (speziell Rollstuhlfahrer), so ist dies erlaubt. Ein Rollstuhlfahrer, dem der Transfer aus dem Rollstuhl auf den Kasten nicht möglich ist, kann auch parallel stehend zum Kasten mit etwas Abstand, sodass Körperspannung entsteht, die Gegenstände herunter- oder umwerfen.

8. **Seilziehen**

Der Trainer darf die Hand führen, anleiten und wenn nötig das Rollbrett/ den Rollstuhl in die richtige Richtung korrigieren.

9. **Abstoßen**

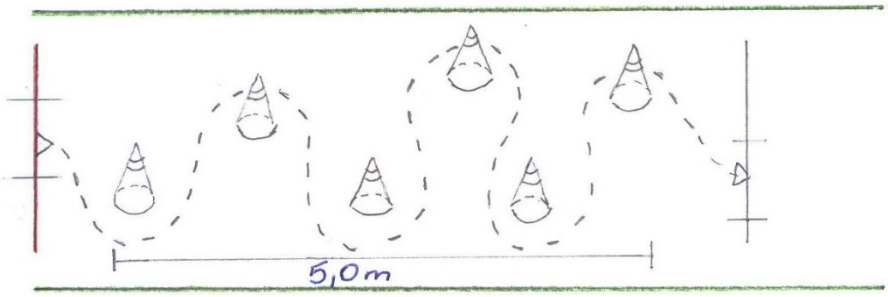
Der Trainer darf den Teilnehmer positionieren und verbal anleiten, jedoch das Rollbrett nicht abstoßen. Der Teilnehmer darf auf dem Rollbrett aufrecht sitzen und sich von der Wand oder von den Händen des Trainers abstoßen.

10. **ROT-BLAU**

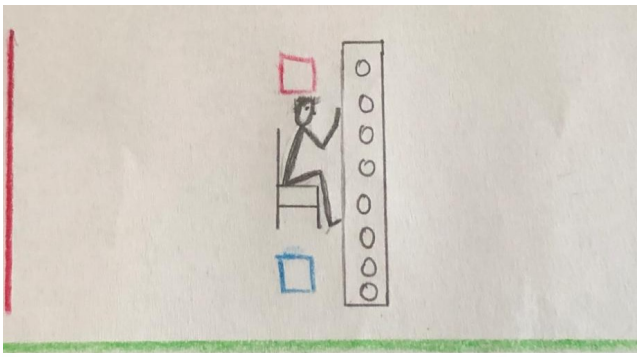
Der Teilnehmer muss die Aufgabe so selbständig wie möglich absolvieren. Der Trainer darf bei der Farberkennung unterstützen und den richtigen Weg zeigen.

Spezialbewerb Stationen

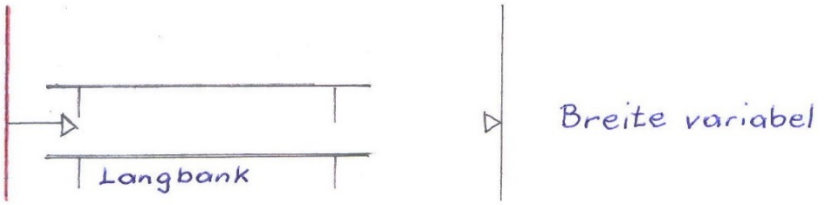
1



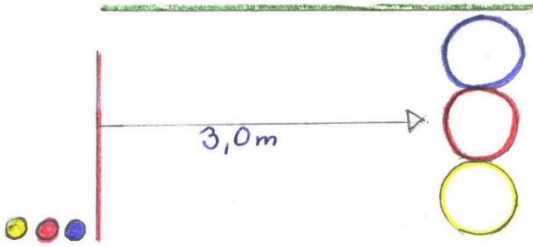
2



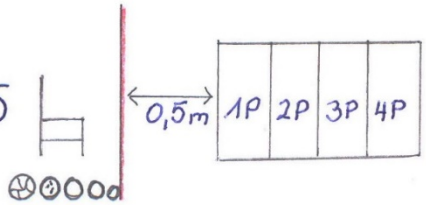
3



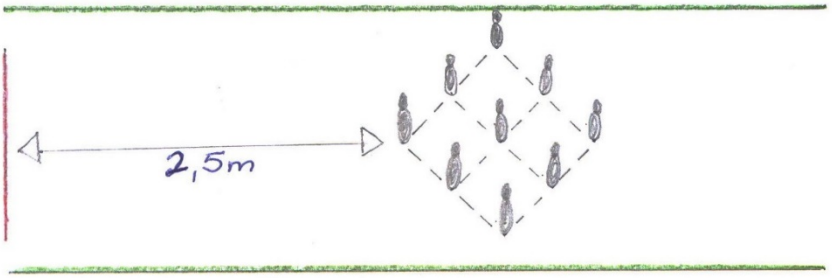
4



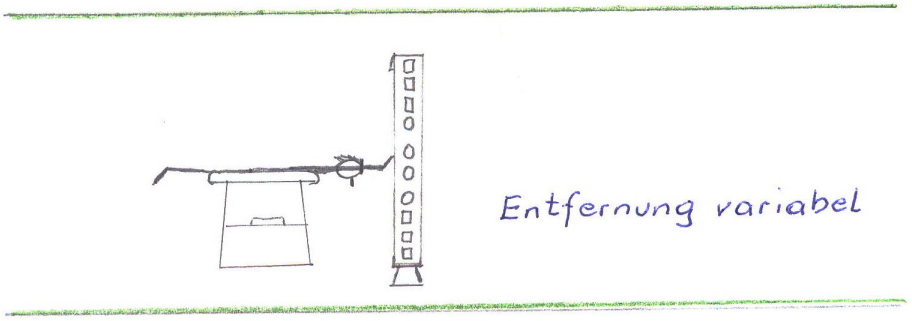
5



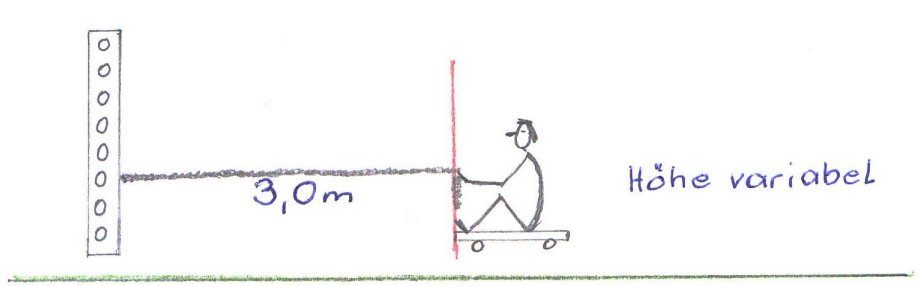
6



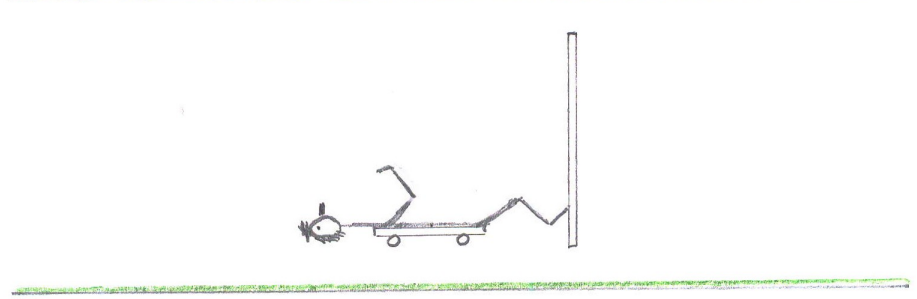
7



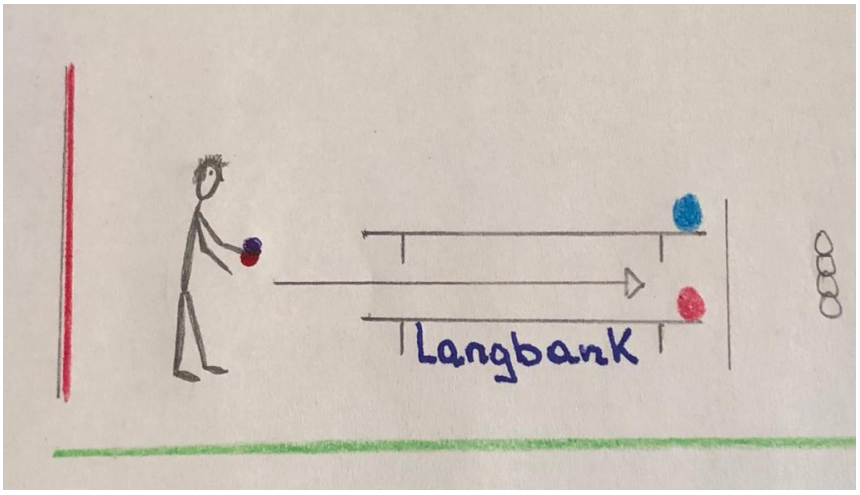
8



9



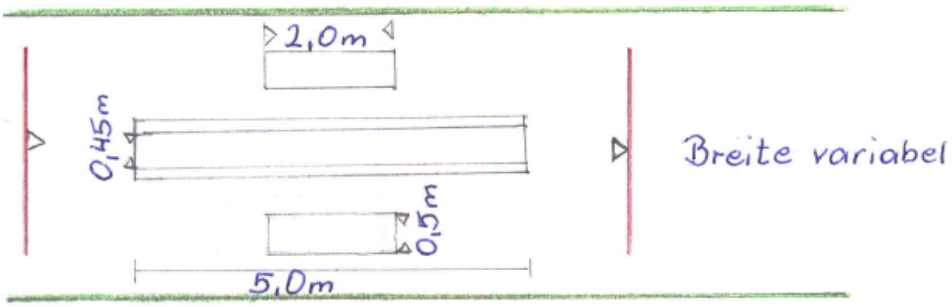
10



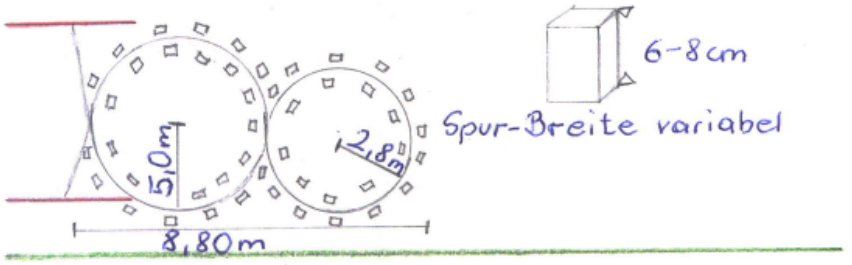
Stationen

Geschicklichkeitsbewerb m. Drei- od. Stützrad

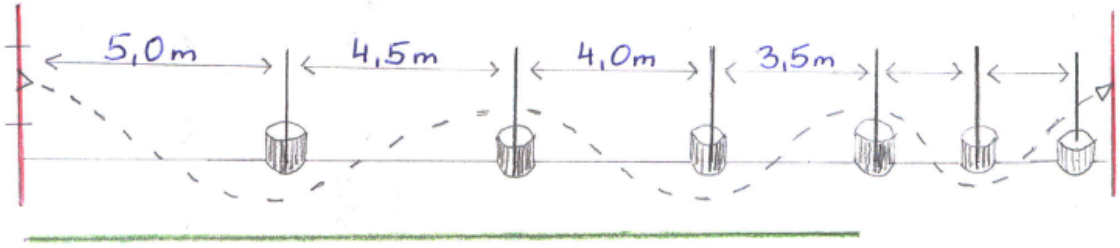
1



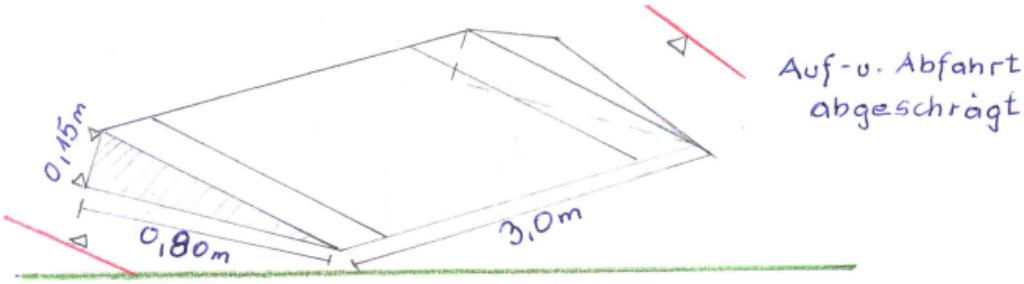
2



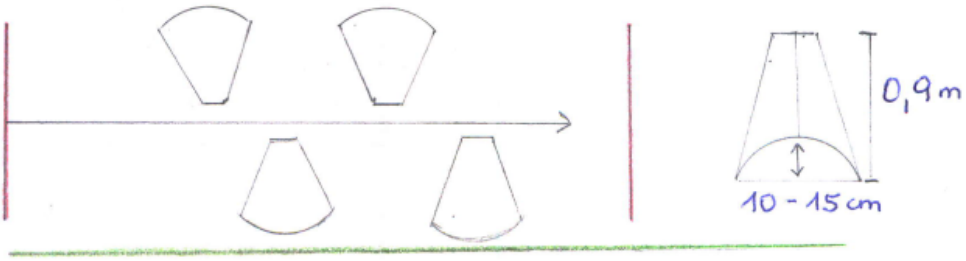
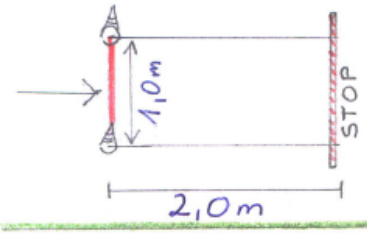
3



4



5



6