Inklusion und Intergeneration im Schießsport: Eine Erfolgsgeschichte im Auflage-Schießen

In einer Zeit, in der gesellschaftlicher Zusammenhalt und Inklusion immer wichtiger werden, zeigt der Schießsport, wie diese Werte aktiv gelebt werden können. Was diesen Sport besonders auszeichnet, ist die Möglichkeit, Menschen jeden Alters und mit verschiedenen Fähigkeiten zusammenzubringen. Der Deutsche Schützenbund bietet ein vielfältiges Angebot, das nicht nur für junge, sondern auch für ältere Menschen und Personen mit körperlichen Einschränkungen attraktiv ist. Ein hervorragendes Beispiel dafür sind die Auflagedisziplinen.

Die Entwicklung der Auflagedisziplinen im Schießsport

Anfangs wurden die Auflagedisziplinen im Schießsport von vielen belächelt. Doch mittlerweile haben sie sich sowohl im Gewehr- als auch Pistolenbereich als feste Bestandteile etabliert. Die stetig steigenden Teilnehmerzahlen bei den Deutschen Meisterschaften unterstreichen die wachsende Beliebtheit dieser Disziplinen. Insbesondere älteren Schützen oder Menschen mit körperlichen Einschränkungen ermöglichen sie, weiterhin aktiv am Schießsport teilzunehmen. Der entscheidende Vorteil: Die Waffe muss nicht im freien Anschlag gehalten werden, was den körperlichen Anforderungen entgegenkommt.

Quelle: DSB

Das Auflageschießen hat sich längst etabliert.

- **Sport, Alter und Inklusion, eine enge Verbindung**

Sport hat das Potenzial, Menschen unabhängig von Alter, Geschlecht oder körperlichen Fähigkeiten zu vereinen. Besonders im Schießsport lassen sich verschiedene zentrale Aspekte von Sport, Alter und Inklusion miteinander verbinden:

- **Förderung der Gesundheit und Lebensqualität**

Sport ist ein wichtiger Faktor für Gesundheit und Wohlbefinden. Für ältere Menschen und Personen mit Behinderungen kann der Schießsport zur Erhaltung der körperlichen Fitness, zur Verbesserung der Mobilität und zur Vorbeugung von Krankheiten beitragen. Durch die spezifischen Angebote im Schießsport, wie die Auflagedisziplinen, wird es möglich, auf die individuellen Bedürfnisse und Möglichkeiten der Teilnehmenden einzugehen.

- **Soziale Teilhabe und Integration**

Der Schießsport bietet eine Plattform für soziale Interaktion und ermöglicht es Menschen, unabhängig von ihren individuellen Voraussetzungen, aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Hier treffen sich Menschen unterschiedlichen Alters und mit verschiedenen Lebenshintergründen, was den sozialen Austausch fördert und das Gemeinschaftsgefühl stärkt.

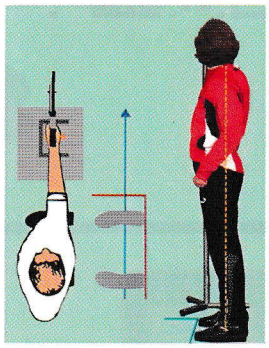
- **Abbau von Barrieren**

Inklusion im Sport bedeutet auch, Barrieren abzubauen. Im Schießsport geschieht dies durch die Bereitstellung barrierefreier Sportanlagen, angepasster Regelwerke und spezialisierter Sportgeräte. Für ältere Menschen werden zudem altersgerechte Angebote geschaffen, die Rücksicht auf ihre körperlichen Möglichkeiten nehmen und ihnen die Teilnahme erleichtern.

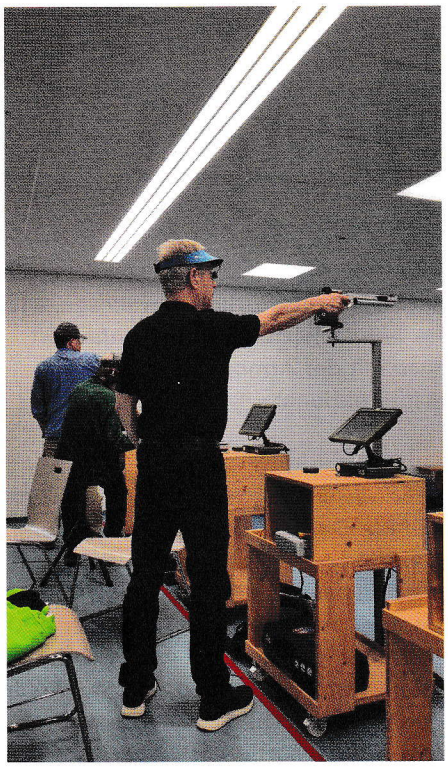
- **Förderung von Selbstbewusstsein und Selbstständigkeit**

Der Schießsport ermöglicht es Menschen, ihre Fähigkeiten zu entdecken, ihre Grenzen zu erweitern und dadurch Selbstbewusstsein aufzubauen. Egal ob jung oder alt, mit oder ohne Einschränkung – der Erfolg im Sport stärkt das Selbstwertgefühl und fördert ein selbstbestimmtes Leben.

1. Anschlag



Quelle: DSB Ausbildungsmappe, Seite 157
Fred Joachim Keller, DOSB - Trainer



Quelle: Thomas Themsfeldt

Der DSB bietet Lehrgänge zum Auflageschießen an, hier mit der Luftpistole.

- **Vermittlung von Werten**

Sport vermittelt wichtige Werte wie Teamgeist, Fairplay, Respekt und Toleranz. Gerade im Schießsport werden diese Werte tagtäglich gelebt. Hier zählt der Respekt vor der Leistung des Einzelnen, unabhängig von den individuellen Voraussetzungen. Dies ist ein entscheidender Beitrag zu einer inklusiven Gesellschaft, in der jeder seinen Platz findet.

- **Intergenerationelle Begegnungen**

Der Schießsport schafft Begegnungen zwischen Jung und Alt. Die gemeinsame Ausübung des Sports fördert den Austausch zwischen den Generationen, baut Vorurteile ab und schafft ein besseres Verständnis füreinander. Dies trägt zu einem positiven gesellschaftlichen Miteinander bei.

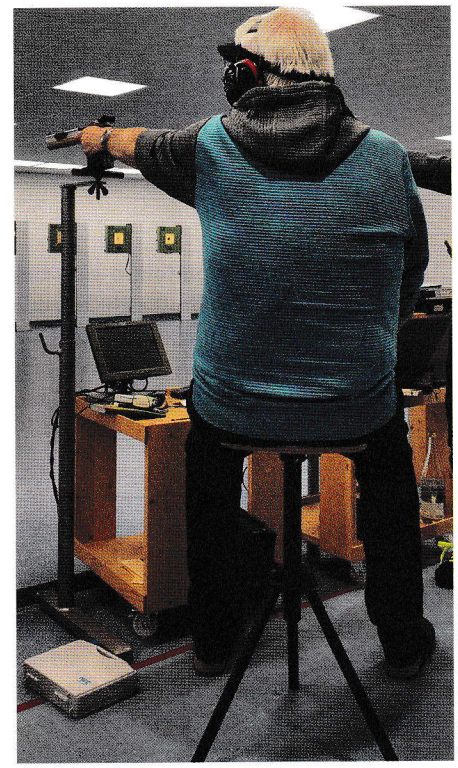
Fazit

Der Schießsport zeigt auf eindrucksvolle Weise, wie Sport, Alter und Inklusion erfolgreich miteinander verbunden werden können. Durch Disziplinen wie das Auflageschießen werden Zugangsbarrieren abgebaut und Menschen unterschiedlichen Alters und mit verschiedenen körperlichen Voraussetzungen die Teilnahme am Sport ermöglicht. Dabei steht nicht nur der sportliche Erfolg im Vordergrund, sondern auch der soziale Austausch, die Förderung der Gesundheit und die Vermittlung wichtiger gesellschaftlicher Werte. Der Schießsport leistet so einen wertvollen Beitrag zu einer inklusiven und generationenübergreifenden Gesellschaft. In unserem Sport finden sich diese Werte auf besonders eindrucksvolle Weise wieder. Daher möchte ich mich in den kommenden Ausgaben ausführlich mit der Disziplin „LP-Auflage" befassen.

Im Verlaufe der Beiträge werde ich auf folgende Aspekte eingehen.

- Anschlag
- Bewegungsablauf
- Technikelemente

Anfänglich dachte ich, was soll das! Ist doch ganz einfach! Also kein Problem! Doch nach einigen Versuchen habe ich feststellen müssen, dass ich zwar die Scheibe treffen konnte, aber im Gegensatz zum Schießen ohne Auflage habe ich nicht die Trefferlage erreicht, wie ich es erwartet hätte und gewohnt war. Also Resignation und die Frage, was ist anders in dieser Disziplin! Und das werde ich schildern.



Quelle: Thomas Themsfeldt

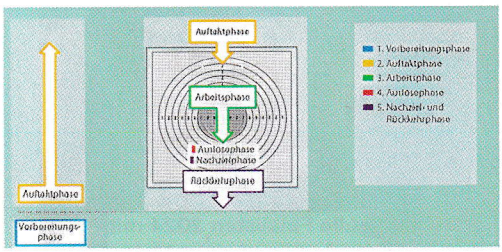
Das Auflageschießen fördert insbesondere die Integration.

LEHRGANGS-ANGEBOTE BEI DSB UND NWDSB

Hinweis: Der Deutsche Schützenbund bietet unter der Leitung von Astrid Harbeck, Leiterin der Schießsportschule, ein umfassendes Aus- und Fortbildungsprogramm an (siehe: https://www.dsb.de/der-verband/wissen/aus-und-fortbildungen), darunter auch Lehrgänge zur LP-Auflage bei Fred Joachim Keller, an dem ich selber teilnahm, echt toll. Auch der NWDSB hat sich entschlossen, solche Trainingstage anzubieten, die bei Andrea Mehlhop (andrea.mehlhop@nwdsb.de) angefragt werden können. Wer Interesse hat, sollte diese Gelegenheit nutzen – es lohnt sich!

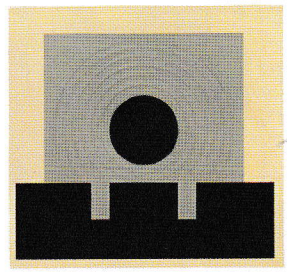
Dies sind Ausbildungsinhalte zum Auflageschießen.

2. Bewegungsablauf



Quelle: DSB Ausbildungsmappe, Seite 158

3. Technikelemente



Quelle: DSB Ausbildungsmappe, Seite 159