

Modul H Mobilität und Bewegungserziehung

Einleitung

„So verschieden, wie Kinder sind, so unterschiedlich, wie sie aufwachsen, so verschieden sind natürlich auch die Auswirkungen der Sehschädigung auf die psycho- und sportmotorischen Möglichkeiten und Fähigkeiten der Kinder“ (Thiele 2001a, 21). Grundsätzlich gilt jedoch, dass das Fehlen oder eine starke Minderung des Sehsinnes die Orientierung und die (Fort-) Bewegungsmöglichkeiten einschränken. Das ist nicht eine unmittelbare Folge der Sehschädigung, sondern das Ergebnis des Mangels an Bewegungserfahrungen. Dieser schränkt nicht nur die Handlungsfähigkeit bei Bewegung jeglicher Art, bei der Orientierung und Mobilität, bei Spiel und Sport ein. Er kann auch die kognitive Entwicklung, z. B. die Begriffsbildung und die Ausbildung sozialer Kompetenzen erschweren.

Dieses Modul gibt im ersten Baustein eine Einführung in einige Techniken der Orientierung und Mobilität, die sehende Begleiter eines Menschen mit Sehschädigung kennen sollten. Im zweiten Baustein werden Anregungen zum gemeinsamen Sportunterricht von Kindern mit und ohne Sehschädigung gegeben.

H 1 Orientierung und Mobilität

Die Teilnehmerinnen sollen über die besonderen Bedürfnisse von Schülerinnen mit Blindheit im Bereich Orientierung und Mobilität informiert werden, unter der Augenbinde Raumerfahrungen machen und verstehen, dass Raum- und Umfeldwahrnehmung anders strukturiert sind, wenn der Sehsinn ausfällt. Sie sollen Körperschutz- und Führtechniken kennen lernen, die für den Schulalltag in einer Klasse, in der auch ein Kind mit Blindheit unterrichtet wird, von Bedeutung sind.

Sequenz	Inhalt	Methode	Medien
1 15 Min.	Orientierungs- u. Mobilitätsunterricht als Bestandteil der blindenspezifischen Unterstützung Vorstellung des Ablaufs dieses Bausteins	Vortrag	Anlage H 1 a
2 60 Min. 2.1 2.2 2.3	Raumerkundung Einführung Erklärung der Ilvesheimer Zeichenfolie Einführung in die Körperschutztechniken Raumerfahrung Auswertung der Erfahrungen	Vortrag Demonstration und Gespräch Selbsterfahrung unter der Augenbinde Moderiertes Gespräch	Namensschilder Anlage H 1 b Ilvesheimer Zeichenfolie, Silikonunterlage, Büroklammern, Kugelschreiber oder Punkschriftgriffel Anlagen H 1 b 1 bis H 1 b 5 Augenbinden Anlage H 1 c Flipchart

<p>3 75 Min.</p> <p>3.1</p> <p>3.2</p> <p>3.3</p>	<p>Sehende Begleitung im Schulalltag für das Kind mit Blindheit</p> <p>Einführung der Begleittechniken</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundtechnik - Richtungswechsel - Seitenwechsel - Enge Stelle - Türen - Treppen <p>Durchführung mit sehender Partnerin</p> <p>Auswertung der Erfahrungen</p>	<p>Demonstration und Gespräch</p> <p>Selbsterfahrung</p> <p>Moderiertes Gespräch</p>	<p>Anlage H 1 d</p> <p>Anlage H 1 d 1 bis H 1 d 3</p> <p>Augenbinden</p> <p>Flipchart</p> <p>Anlage H 1 e</p>
<p>4 90 Min.</p> <p>4.1</p> <p>4.2</p> <p>4.3</p> <p>4.4</p>	<p>Orientierung eines Menschen mit Blindheit in der Stadt</p> <p>Einführung: Anregungen zum Erkunden der Stadt unter Einsatz aller Sinne außer dem Sehsinn</p> <p>Durchführung</p> <p>Auswertung der Erfahrungen</p> <p>Folgerungen für den Schulalltag</p>	<p>Vortrag und Gespräch</p> <p>Selbsterfahrung</p> <p>Moderiertes Gespräch</p> <p>Moderiertes Gespräch</p>	<p>Anlage H 1 f</p> <p>Augenbinden</p> <p>Anlage H 1 g</p>
<p>5 15 Min.</p>	<p>Abschlussphase</p>	<p>Moderiertes Gespräch</p>	<p>Anlage H 1 h</p>

Anlage H 1 a

In einem kurzen Vortrag wird das Berufsbild der Orientierungs- und Mobilitätslehrerin vorgestellt. Gleichzeitig wird erörtert, warum für das Kind mit Blindheit eine besondere Förderung im Bereich Orientierung und Mobilität notwendig ist. Das Training mit dem Kind mit Sehschädigung obliegt ausgebildeten Orientierungs- und Mobilitätslehrern.

„2.1 Orientierung und Mobilität

Blindheit und hochgradige Sehbehinderung schränken sowohl das Orientierungsvermögen als auch die Bewegungsfreiheit in hohem Maß ein. Diese Beeinträchtigung führt auch zu Erleben von Abhängigkeiten und zu Mangel an Selbstständigkeit in den verschiedensten Bereichen der Lebensbewältigung.

Voraussetzungen für Mobilität sind Bewegungsfähigkeit, Orientierungsvermögen sowie das Wissen und Verstehen von Umweltkonzepten.

Die Orientierung ist der kognitive Vorgang, bei dem unter Anwendung und Ausnutzung aller zugänglichen Sinnesinformationen, die eigene Position zu allen anderen Objekten der Umwelt bestimmt wird (Suterko 1973, 279 ff). In diesem Prozess sollen die Schüler die eigene Position und die Beziehung zu allen anderen bedeutsamen Personen und Objekten ergründen und verstehen. Neben einer Vielzahl von Sinnesindrücken berücksichtigen sie auch Erinnerungs- und Erfahrungswerte. Erst dann können sie Wissen über die eigene Lage erwerben, können Raumvorstellungen bilden, schematische Darstellungen und verbale Beschreibungen von räumlichen Gegebenheiten verstehen. Aus diesen Leistungen zur Einschätzung der eigenen Person im Raum erwächst dann die Möglichkeit einer zielgerichteten Bewegung.

Mobilität umfasst Fähigkeiten, Fertigkeiten und Bereitschaft von Blinden und hochgradig Sehbehinderten, sich weitestgehend unabhängig, sicher und zielgerichtet in der Umwelt zu bewegen. Mobilität hat deshalb zunächst einen motorischen Aspekt: die möglichst freie und eigenständige Fortbewegung. Tiefgreifende affektive Komponenten haben wesentlichen Einfluss auf diese motorischen Aktivitäten. Wer über Mobilität verfügt, kann Kontakte zu den Mitmenschen knüpfen und aufrechterhalten. Mobilität baut in hohem Maß Selbstvertrauen auf und steigert das Selbstwertgefühl. Mobilität als umfassende Fähigkeit beschränkt sich nicht nur auf das selbstständige Begehen von gelernten Wege. Sie hat darüber hinaus eine soziale Zielsetzung. Mobilität bietet die Grundlage, sich in der Welt der Sehenden zurechtzufinden. Sie ist

zugleich Voraussetzung dafür, dass Blinde und hochgradig Sehbehinderte von der Umwelt als eigenständige Persönlichkeiten akzeptiert werden. Sichere und unabhängige Fortbewegung unterstützt und erschließt selbstständiges Verhalten mit dem Ziel der aktiven Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.

...

2.3 Mobilitätserziehung und Lebenspraktische Erziehung

Blinde und hochgradig Sehbehinderte sollen fähig werden, integriert mit Sehenden zusammenzuleben. Dabei sollen sie einerseits einen möglichst hohen Grad an Unabhängigkeit und Selbstständigkeit besitzen, der sich ausdrückt in physischer Mobilität, Selbstständigkeit in alltäglichen Lebenstechniken und in einem, im Kennen der psychosozialen Situation, aufgeklärten Selbstbewusstsein. Andererseits sollen soziale Integrationsformen nicht zu einem unangemessenen Anpassungsstress führen. Durch fehlendes oder eingeschränktes Sehvermögen sind blinde oder sehbehinderte Kinder und Jugendliche in ihrer Entwicklung in unterschiedlichem Maß beeinträchtigt. Diese Tatsache zeigt sich vor allem in der Fähigkeit, sich zu orientieren und sich fortzubewegen - besonders in nicht ausreichend bekannter Umgebung - und beim Erwerb lebenspraktischer Fertigkeiten. Mobilitätserziehung und Lebenspraktische Erziehung von Blinden und hochgradig Sehbehinderten erweisen sich als Teil einer ganzheitlichen Förderung. Grundlegender Baustein ist die Entwicklung des eigenen Körperschemas und die Anbahnung angemessener Bewegungsformen. Die Schüler sollen Abhängigkeiten von anderen so weit wie möglich verringern. Sie sollen Selbstständigkeit und Unabhängigkeit mit dem Ziel einer eigenverantwortlichen Lebensgestaltung erwerben. Ihre vorhandenen Fähigkeiten sollen erkannt und gestärkt und die durch die Behinderung bedingten Beeinträchtigungen weitgehend ausgeglichen werden. Um diese Entwicklung zu fördern, sollen Trainer aus Rehabilitationsbereich, Schule, Elternhaus, Internat und Tagesstätte weitgehend alle Bildungsziele und -inhalte abstimmen und Selbstständigkeitserziehung hoch einschätzen. Die Förderung ist soweit wie möglich in den Tagesablauf zu integrieren. Ebenso muss sie inhaltlich und zeitlich auf den Entwicklungsstand der Kinder und Jugendlichen abgestimmt werden.

Zielorientierte Vermittlung von Fertigkeiten und Verhaltensweisen erfolgen größtenteils im individuellen Lernprozess. Dabei ist es von Bedeutung, dass jeder Schüler Freude an der Bewegung und an der Erkundung der Umwelt gewinnen kann.

2.4 Orientierungs- und Mobilitätstraining

Durch das Orientierungs- und Mobilitätstraining werden blinden und hochgradig sehbehinderten Menschen unentbehrliche Verhaltensweisen und Techniken vermittelt, die sie zu möglichst selbstständiger und sicherer Fortbewegung in der Lebenswelt befähigen. Das Training umfasst ein Schulungsprogramm mit dem Ziel, die Selbstständigkeit und Sicherheit im Bewegungsverhalten dieser Menschen zu verbessern. Die Schulung der Orientierung, das Ausnützen der Restsinne, die Wahrnehmungsförderung, die begriffliche Durchdringung der Umwelt, die Klärung von Vorstellungen und deren Erweiterung durch konkrete Erfahrungen sowie das Beherrschen von Umweltkonzepten sind besondere Schwerpunkte im Trainingsprozess. Verkehrserziehung mit dem Ziel einer sicheren Fortbewegung im Straßenverkehr setzt umfangreiches Wissen und praktische Erfahrungen voraus. Ferner ist der effektive Gebrauch von Hilfsmitteln ein wichtiger Bereich des Mobilitätstrainings. Durch den Trainingsprozess soll der Schüler eine wirklichkeitsnahe Selbsteinschätzung entwickeln. Um für sich und andere verantwortlich handeln zu können, ist es für ihn notwendig, die eigenen Möglichkeiten und Stärken, aber auch individuelle Grenzen und Schwächen kennen zu lernen und zu akzeptieren. Für Blinde und hochgradig Sehbehinderte ist es wichtig zu erkennen, ob und in welchem Umfang Hilfe durch Sehende nötig und nützlich ist. Es soll auch die Bereitschaft gefördert werden, angemessene Hilfsangebote anzunehmen. Jedes Trainingsprogramm orientiert sich an den psychosozialen Bedingungen des Schülers und seiner Umwelt. Wesentliche Faktoren für Dauer und Erfolg sind Alter, Zeitpunkt der Erblindung, Motivation und Leistungsvermögen des Blinden. Von hoher Bedeutung sind auch die häusliche Umgebung und die Einstellung der Angehörigen zur Blindheit. Als weitere Faktoren muss man sonstige Erkrankungen oder Mehrfachbehinderungen in die zeitliche und inhaltliche Planung des Orientierungs- und Mobilitätstrainings einbeziehen. Ausgebildete Orientierungs- und Mobilitätslehrer führen die Trainingsmaßnahmen als individuelle Einzelförderung durch. Das Schulungsprogramm ist systematisch aufgebaut, die verschiedenen Maßnahmen werden nicht auf die einzelnen Altersstufen festgelegt. Eine vertrauensvolle Zusammenarbeit zwischen Trainer und Lernendem ist unabdingbare Voraussetzung für erfolgreiche Förderung.

...

2.6 Trainingsprinzipien

Die nachfolgenden Trainingsabschnitte lassen sich nur in der Theorie klar trennen. In der Praxis können die Lerninhalte und Lernschwerpunkte der einzelnen Bereiche in der Reihenfolge verschoben oder verknüpft werden, da der Trainingsprozess individuell auf den Menschen und seine Lebensumstände abgestimmt werden muss.

Wenn sich der Blinde oder hochgradig Sehbehinderte für Mobilitätstraining oder für das Training Lebenspraktischer Fertigkeiten entschließt, bedeutet dies nicht zwangsläufig, dass er alle Trainingsbereiche durchläuft.

Übergeordnete Lerninhalte, wie etwa das Training der Restsinne, werden kontinuierlich in alle Trainingsbereiche einbezogen. Stets sollen die emotionalen und körperlichen Sicherheitsbedürfnisse des sehgeschädigten Schülers berücksichtigt werden, Selbstwertgefühl gefördert und der Drang nach Fortentwicklung gestärkt werden. Innerhalb jeder Phase wird die Komplexität der Aufgabe sowie die Erfahrung der eigenen Selbstständigkeit und Verantwortung gesteigert. Im gleichen Umfang nehmen Initiativen, Aktivitäten und Verantwortung des Trainers ab" (Staatsinstitut für Schulpädagogik und Bildungsforschung (Hrsg.): ²2001).

Hinweis

Es ist wichtig zu betonen, dass das Orientierungs- und Mobilitätstraining nur von zertifizierten Orientierungs- und Mobilitätslehrerinnen durchgeführt werden soll.

Anlage H 1 b

Raumerkundung

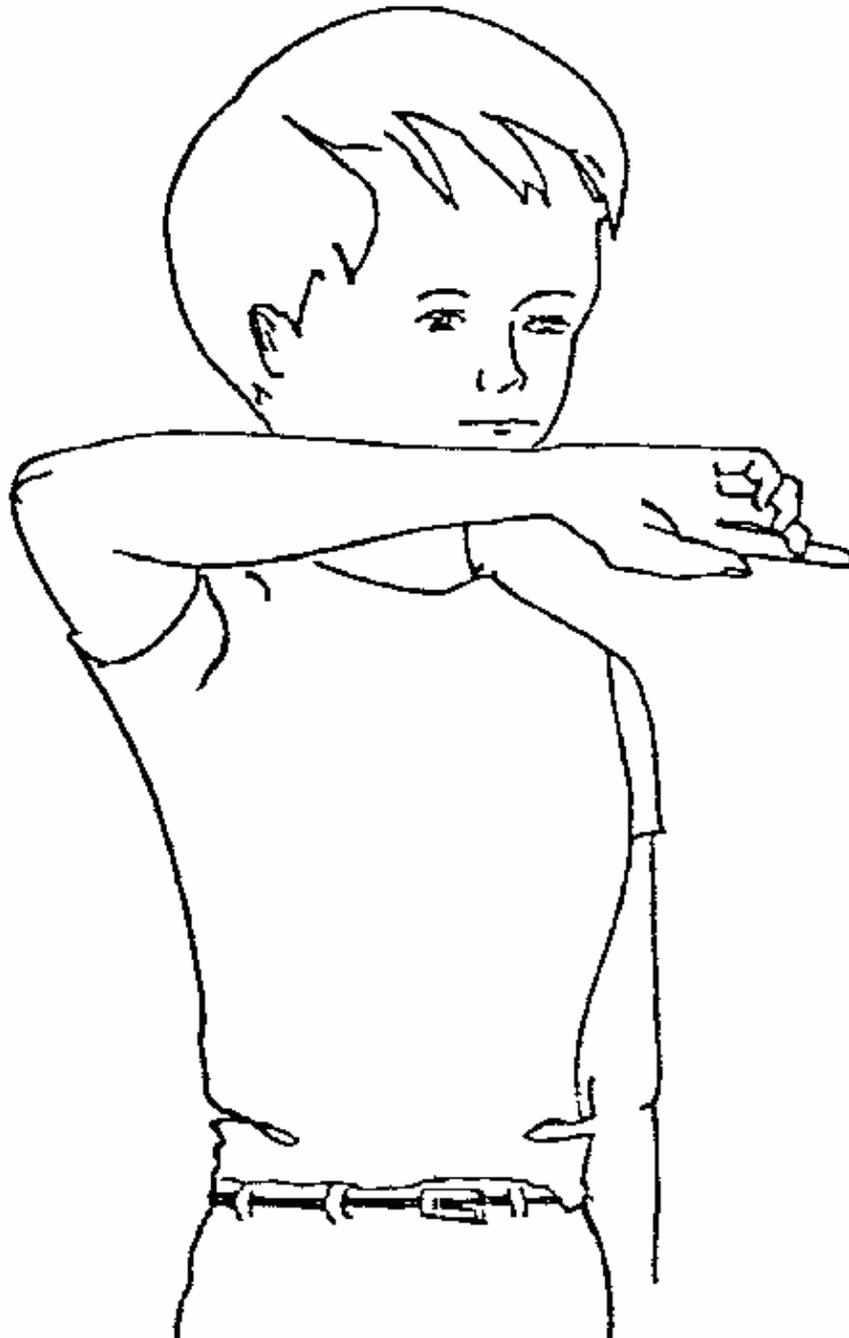
Die Teilnehmerinnen werden gebeten, Namensschilder zu tragen, damit sie während der Selbsterfahrungsphase persönlich angesprochen werden können.

Die Handhabung der Ilvesheimer Zeichenfolie wird erklärt. Sie dient der Anfertigung von Positivzeichnungen: Die Folie wird auf eine Silikon-Zeichenunterlage gelegt. Mit einem Punktschriftgriffel oder einem Kugelschreiber (möglichst mit einer Mine, die keine Farbe mehr abgibt) werden auf der Folie Linien gezeichnet, die erhaben hervortreten und deshalb tastbar sind. So kann am Ende von Sequenz 2 (Raumerkundung) von den Teilnehmerinnen eine taktile Skizze erstellt werden.

Einführung in die Körperschutztechniken

Es wird gemeinsam erarbeitet, warum es notwendig ist, den Körper beim Erkunden eines unbekanntes Raumes zu schützen und in welchen Situationen des Schulalltags diese Techniken für die Schülerin mit Blindheit wichtig sind.

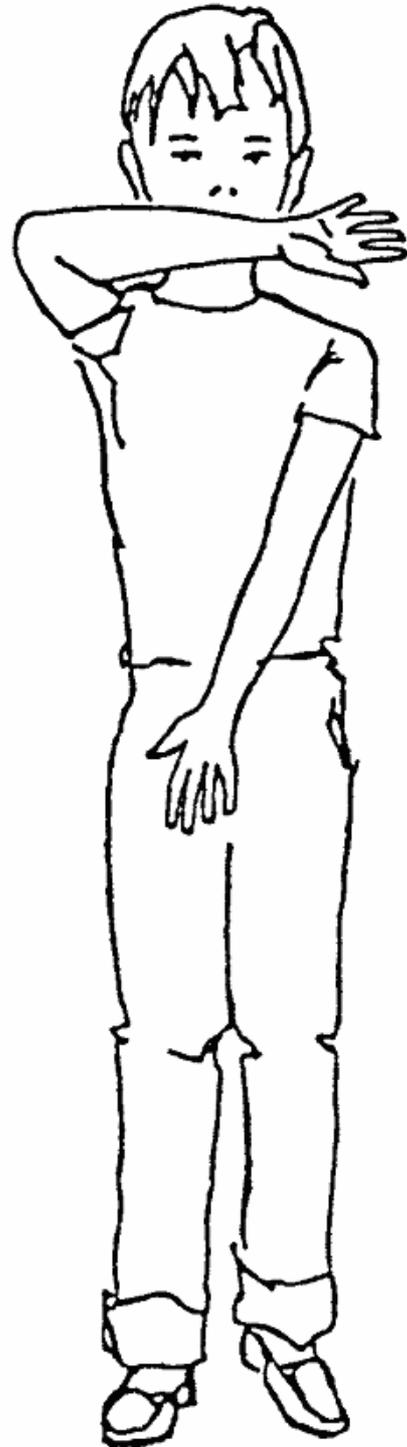
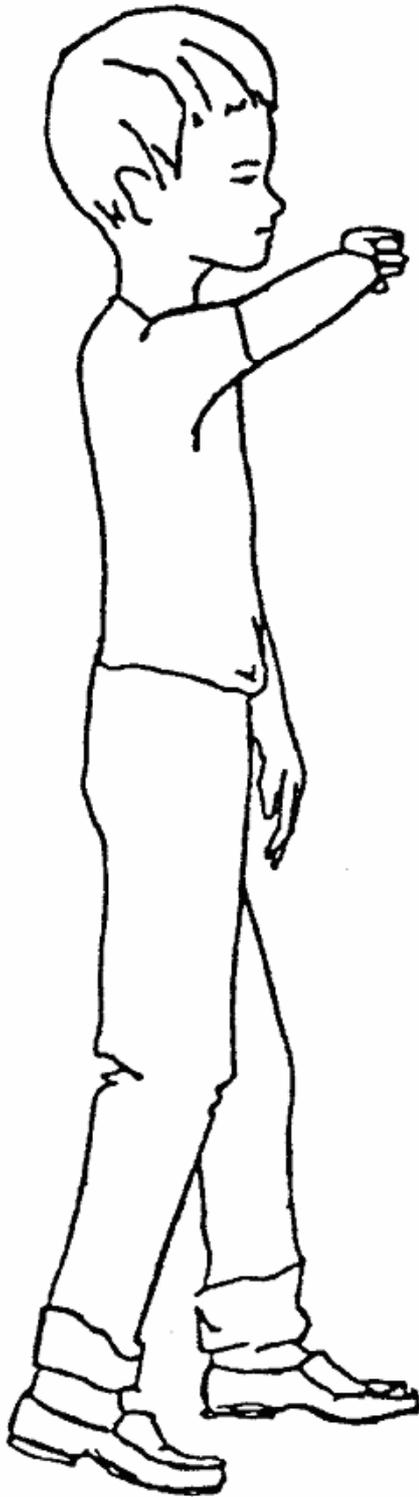
Anlage H 1 b 1



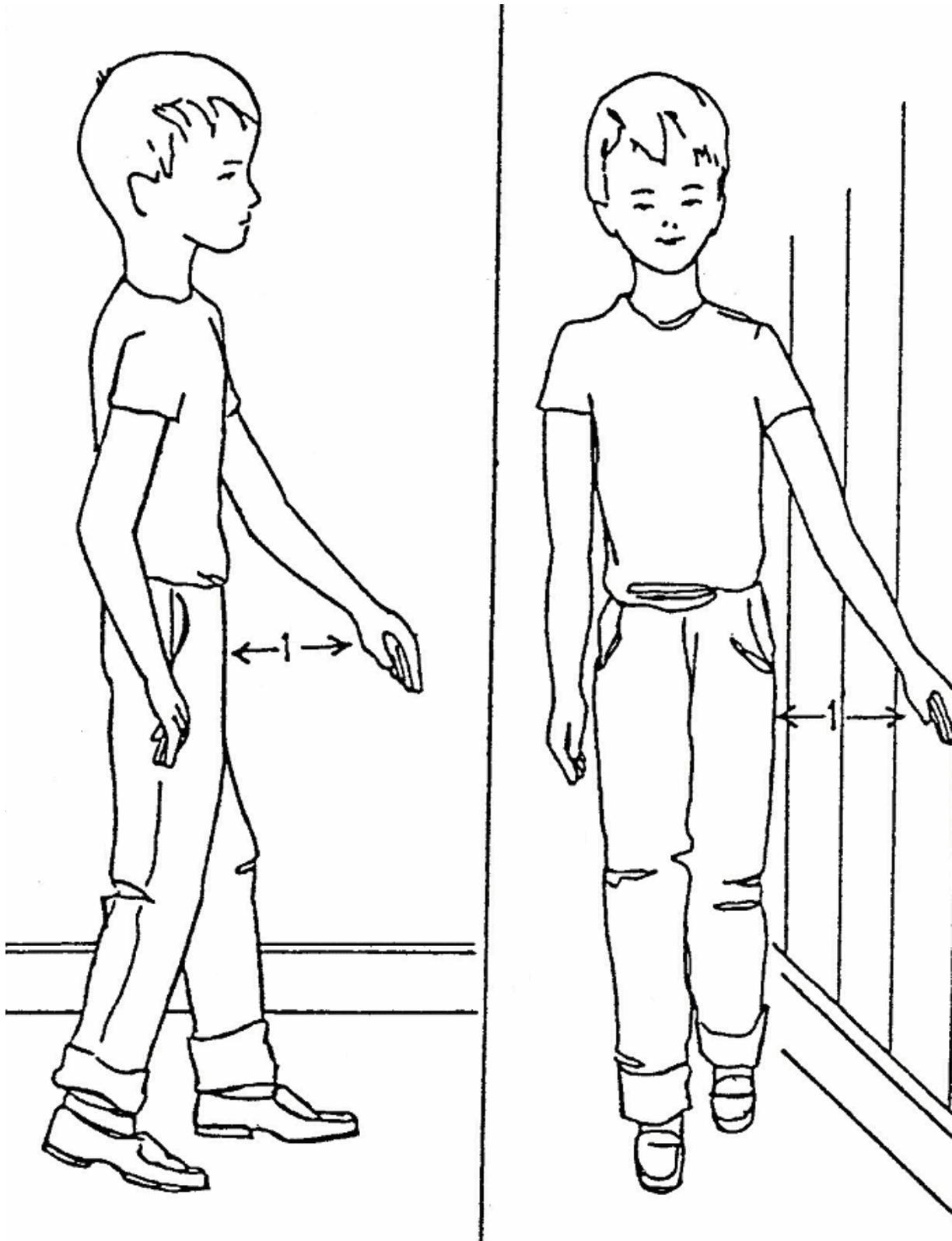
Anlage H 1 b 2



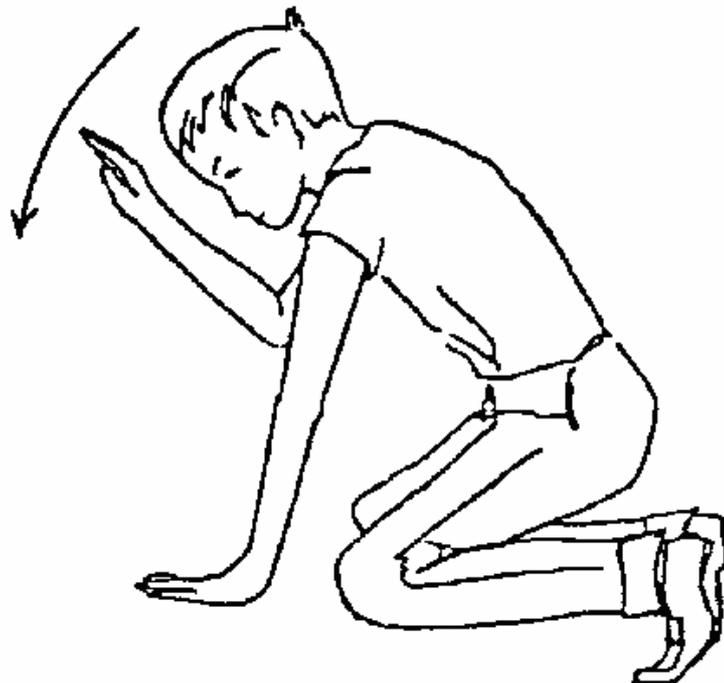
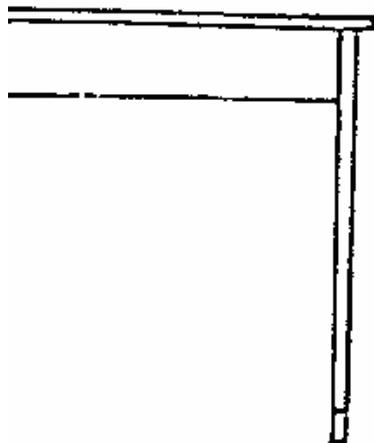
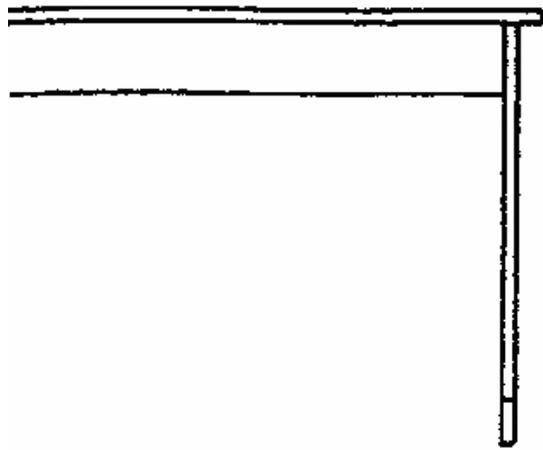
Anlage H 1 b 3



Anlage H 1 b 4



Anlage H 1 b 5



Anlage H 1 c

Raumerfahrung

Die Teilnehmerinnen werden nacheinander in einen für sie unbekanntem Raum geführt, mit dem Auftrag, ihn zu erkunden und sich eine geistige Karte von diesem Raum zu machen.

Am Ende der Erkundungsphase sollen die Teilnehmerinnen unter der Augenbinde eine Zeichnung von dem erkundeten Raum auf der Ilvesheimer Zeichenfolie anfertigen.

Gemeinsame **Auswertung der Erfahrungen und Eindrücke** unter Berücksichtigung folgender Aspekte:

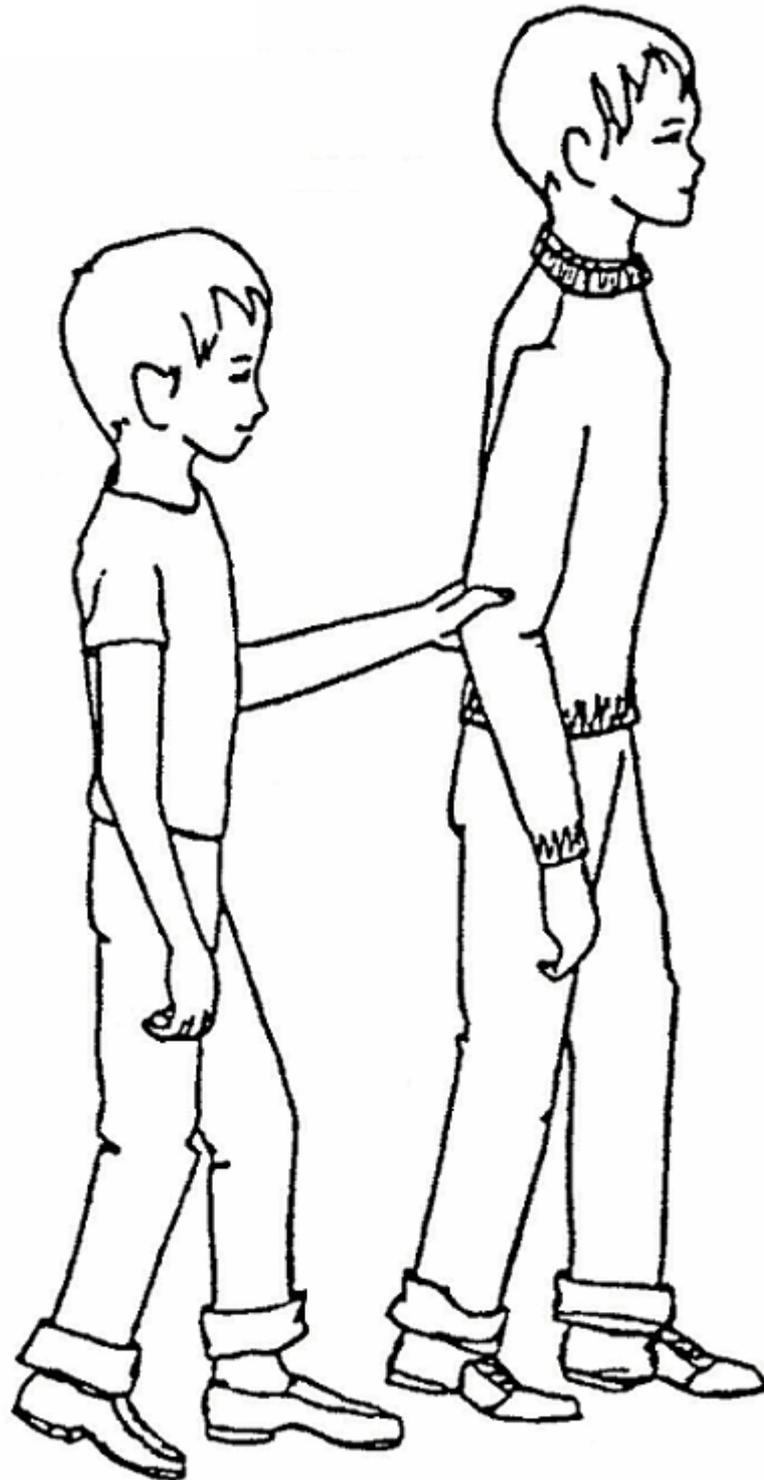
- Wie verändert sich unter der Augenbinde die Raumwahrnehmung und Raumvorstellung gegenüber der visuellen Wahrnehmung?
- Wie verändern sich die Sinneswahrnehmungen?
- Welchen Einfluss übt die „Blindheit“ auf das Bewegungsverhalten der Teilnehmerinnen aus?
- Welche Strategien haben die Teilnehmerinnen angewendet und warum?
- Wie können Primarschullehrerinnen den Klassenraum gestalten, um dem Kind mit Blindheit die Orientierung zu erleichtern?

Anlage H 1 d

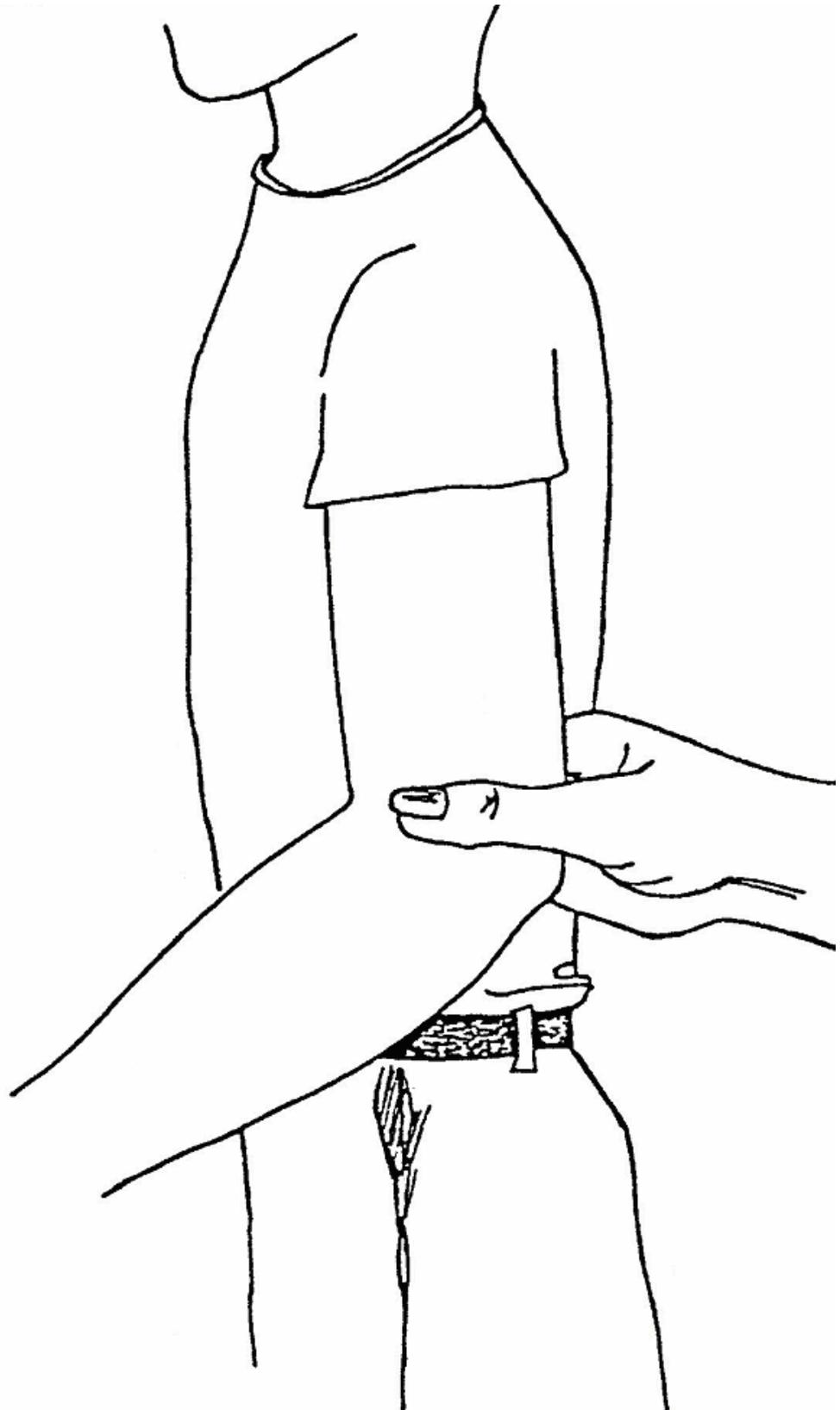
Zunächst werden die Begleittechniken besprochen und demonstriert. Danach werden sie mit einer Partnerin erprobt. Die Begleittechniken werden in einem Gebäude eingeführt, damit die Teilnehmerinnen die Möglichkeit haben, in einer ruhigen Umgebung Vertrauen zur Partnerin aufzubauen.

Die Rollen werden während der Selbsterfahrungsphase gewechselt.

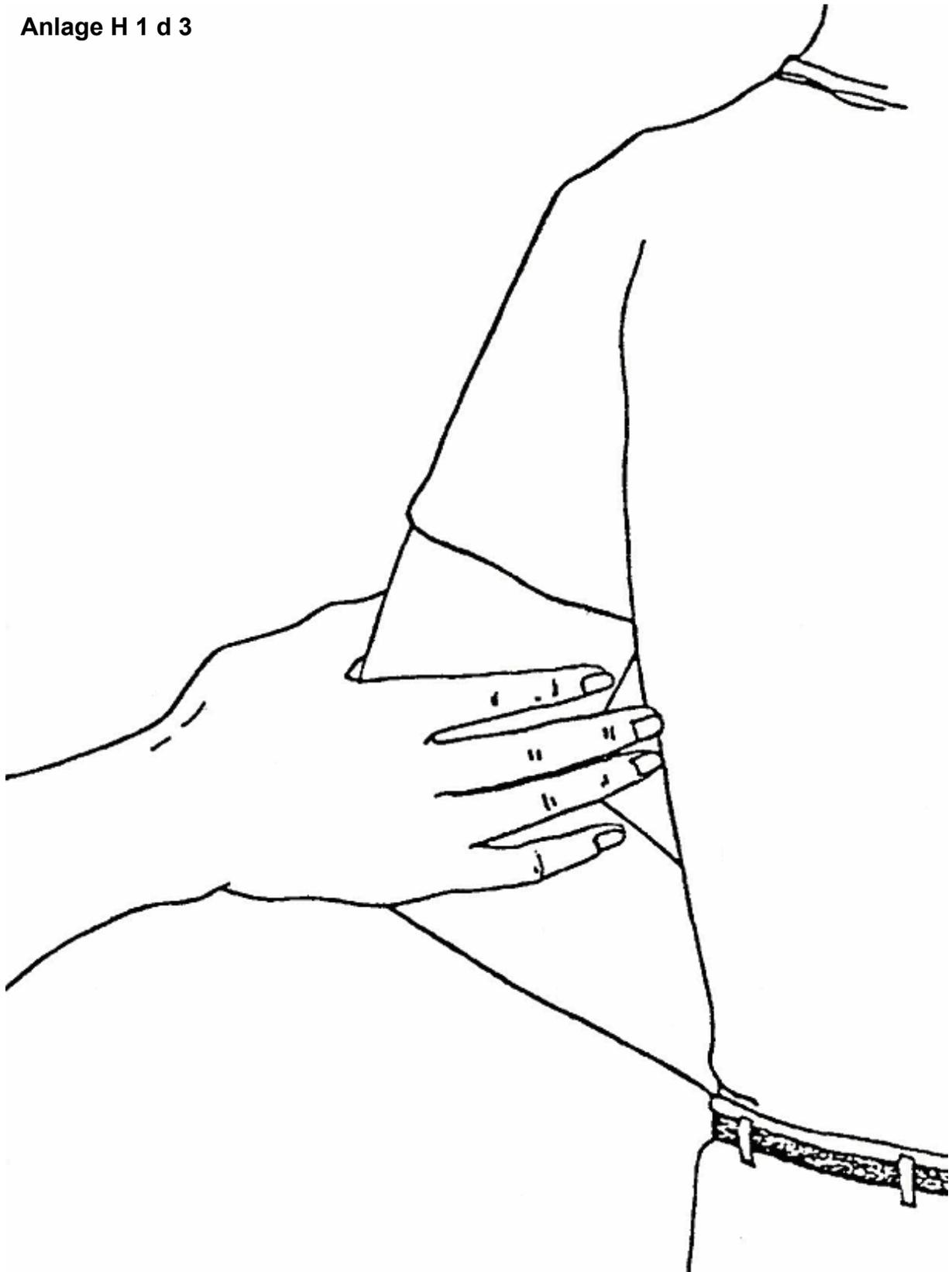
Anlage H 1 d 1



Anlage H 1 d 2



Anlage H 1 d 3



Anlage H 1 e

Auswertung der Sequenz "Sehende Begleitung" unter folgenden Aspekten:

- Wie habe ich mich unter der Augenbinde gefühlt, wie als sehende Begleiterin?
- Wann wendet man die Technik „Sehende Begleitung“ an?
- Welche Rolle spielt das Vertrauen in die sehende Partnerin?
- Die sehende Begleiterin ist ein Mittel zur Mobilität des Menschen mit Sehschädigung.
- Die Methode ist im Vergleich zur Fortbewegung mit dem Langstock meist effektiver, mit weniger Stress für den Menschen mit Sehschädigung verbunden und sozial unauffälliger.
- Dem Menschen mit Sehschädigung sollte genügend Zeit zur Verfügung stehen, um zu seiner Begleiterin Vertrauen aufbauen zu können.
- Die Kontaktaufnahme sollte vom Menschen mit Sehschädigung ausgehen. Er orientiert sich dabei an der Stimme des Sehenden.
- Modifizierungsmöglichkeiten der sehenden Begleitung
 - Das Kind mit Blindheit fasst die Begleiterin an deren Jackentasche an
 - Das Kind mit Blindheit fasst an deren Handgelenk an
 - Als Verbindung zur Begleiterin dient ein Stock oder ein Seil, das Kind kann sich so etwas freier bewegen
 - Das Kind mit Blindheit läuft frei, dabei wird die Wegstrecke von der Begleiterin laufend verbalisiert.
- Sehende Begleitung durch Mitschülerin
 - Vorbildliches Verhalten der Erwachsenen als Voraussetzung für die Imitation durch Mitschülerinnen
 - Mitschülerinnen werden durch Selbsterfahrung unter der Augenbinde sensibilisiert.

Anlage H 1 f

Die Teilnehmerinnen gehen paarweise in die Stadt und wenden die Technik „Sehende Begleitung“ in der Umwelt an.

Anregungen zum Erkunden der Stadt

- Einsatz des Geruchssinns zum Erkennen von Geschäften,
- Einsatz des Tastsinns zum Wahrnehmen unterschiedlicher Untergründe,
- Akustische Informationen durch Passantenverkehr in der Fußgängerzone,
- Einsatz des Tastsinns beim Telefonieren an einem öffentlichen Fernsprecher,
- Tätigen von Einkäufen,
 - Kommunikation mit Verkäuferinnen,
 - Akustik im Supermarkt (Zusammenschieben der Einkaufswagen, Kassengeräusche, Kundengespräche...),
 - Nutzung des Geruchsinns beim Auffinden der Fisch-, Käseabteilung u. a.

Den Teilnehmerinnen soll viel Freiraum zum Experimentieren und Ausprobieren gegeben werden.

Anlage H 1 g

Auswertung

- Diskussion über die Erfahrungen:
 - Wie veränderte sich die Wahrnehmung des Umfeldes „Fußgängerzone, Geschäfte...“ unter der Augenbinde?
 - Welche Informationen waren wichtig für die Orientierung in der Stadt (Verkehrsgeräusche, Passantenverkehr in der Fußgängerzone, Gerüche aus den Geschäften, verschiedene Untergründe, Sonnenstand, tiefe Eingänge, Überdachungen ...)?
- Folgerungen für den Schulalltag, für Unterrichtsgänge, Klassenausflüge u. ä.
 - Sehende Begleitung erleichtert dem Kind mit Blindheit die Mobilität und kann seinen Bewegungsradius erweitern (Entlastungsfaktor)
 - Sie kann aber auch zu unerwünschten Abhängigkeiten führen und die eigene Orientierung behindern. Für das Kind mit Blindheit ist es wichtig, dass die sehende Begleitung die Umgebung beschreibt, die Aufmerksam-

keit des Kindes auf markante Wegmarken lenkt und Impulse zum Gespräch über die Wahrnehmungen gibt.

- Die sehende Begleitung durch Mitschülerinnen hat auch eine wichtige soziale Komponente, sie kann Gelegenheit zum Gespräch zwischen den Kindern geben.
- Kinder können sich andererseits aber überfordert fühlen, wenn sie die Aufgabe der sehenden Begleitung zu häufig übernehmen müssen, insbesondere wenn sie von Erwachsenen dazu verpflichtet werden und sie als Einschränkung ihrer eigenen Bewegungsmöglichkeiten und eigenständig gewählter Sozialkontakte empfinden.

Anlage H 1 h

Die Teilnehmerinnen haben Gelegenheit, über das Erlebte zu sprechen, insbesondere über die Erfahrungen und Gefühle unter der Augenbinde. Die Moderatorin fordert die Teilnehmerinnen auf, das für sie Wichtige dieses Bausteins zu artikulieren.

Literaturnachweis

Staatsinstitut für Schulpädagogik und Bildungsforschung (Hrsg.): Mobilität und lebenspraktische Fertigkeiten im Unterricht mit sehgeschädigten Kindern und Jugendlichen. edition bentheim Würzburg ²2001. ISBN 3-934471-12-9

Klee, K.: Techniken der sehenden Begleitung und Körperschutztechniken. Arbeitshilfen für die Praxis. Heft 1. Fokus – Verein zur Förderung der selbständigen Lebensführung Blinder und Sehbehinderter e. V. Marburg/Lahn ³1992.

Widerberg, L., Kaarlela, R.: Grundelemente der Orientierung und Mobilität. Bearbeitet und übersetzt von Cory, D., Fischer, J., Fischer, B., unveröffentlichtes Manuskript Hamburg 1981. Verwendung der Abbildungen mit freundlicher Genehmigung der Autorinnen und Autoren.