

Vorwort	4
Einführung: Theoretische Hintergründe	5
<i>Einordnung in den Lehrplan, zugrunde liegende Methoden und Prinzipien</i>	5
<i>Methodische Hinweise</i>	5
Aufbau und Handhabung des Buches	5
Empfehlungen zur Durchführung im Unterricht	6
Unterstützte Kommunikation	7
10 basale Aktionsgeschichten	9
<i>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik:</i>	9
Die Alpenwanderung	9
Das Astronautentraining	14
Auf der Kirmes	19
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen:</i>	24
Der Wellnessstag	24
<i>Bewegen im Wasser:</i>	32
Im Schwimmbad	32
<i>Bewegen an Geräten – Turnen:</i>	37
Die Piratenausbildung	37
Der Winterurlaub	42
Tiere im Wald	47
Der Dschungel	52
<i>Gleiten, fahren, rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport:</i>	57
Das Formel-1-Rennen	57
Beispielhafte Handlungsanweisungen für Individualbegleitungen	62
Laufzettel	63
Literatur	64

Schülerinnen und Schüler mit schweren Mehrfachbehinderungen verfügen über deutlich weniger Bewegungsmöglichkeiten und -erfahrungen als ihre gleichaltrigen Mitschülerinnen und Mitschüler (Bergeest, Boenisch & Daut, 2015). Viele von ihnen sind auf umfassende Unterstützung angewiesen, um sich fortzubewegen, ihre Körperpositionen zu wechseln oder an Bewegungsspielen im Sportunterricht teilzunehmen. Diese Lernvoraussetzungen stellen uns Lehrkräfte im Sportunterricht vor große Herausforderungen.

In diesem Kontext ist dieses Buch entstanden. Wir möchten Lehrkräfte mit unseren basalen Aktionsgeschichten dabei unterstützen, den Sportunterricht für Kinder und Jugendliche mit Schwerstmehrfachbehinderung effektiv zu planen und durchzuführen. Unser Ziel ist es, einen inklusiven Sportunterricht zu gestalten, der für jede Schülerin und jeden Schüler bereichernd und motivierend ist. Lernenden mit schweren Mehrfachbehinderungen soll ihr Recht auf Teilhabe an Sport und den damit verbundenen sozialen Interaktionen ermöglicht werden, um ihnen Freude an körperlicher Betätigung zu vermitteln und die Erweiterung der eigenen Bewegungs-, Körper- und Materialerfahrungen zu gewinnen (Schoo & Mihajlovic, 2021).

Um echte Teilhabe zu erreichen, orientiert sich dieses Material daher an den Themen und Kompetenzen des allgemeinen Sportlehrplans. Um Zugangsbarrieren abzubauen, haben wir die Vorgaben des Sportunterrichts so elementarisiert, dass sie den individuellen Bedürfnissen und Fähigkeiten dieser Lerngruppe entsprechen. Herausfordernd sind dabei die vielfältigen motorischen, sensorischen, kognitiven und kommunikativen Möglichkeiten sowie die unterschiedlichen Lernwege dieser Schülerinnen und Schüler. Daher haben wir uns bemüht, möglichst basale (d. h. voraussetzungslose) und damit für alle zugängliche Bildungs- und Förderangebote bereitzustellen, die gleichzeitig individuelle, herausfordernde und motivierende Lernmöglichkeiten bieten.

Für die Entwicklung unseres Materials nutzen wir daher die Erkenntnisse von Experten, wie z. B. Andreas Fröhlich, der in seinem Konzept der basalen Stimulation betont, dass bereits intrauterin grundlegende Fähigkeiten zur Wahrnehmung und Reaktion auf vestibuläre, vibratorische und sensorische Reize entwickelt werden, auf die jeder Mensch – egal wie schwer beeinträchtigt – zurückgreifen und daher zum Lernen und Erkunden seiner Umwelt nutzen kann (Mohr, Zündel & Fröhlich, 2019). Derartige vestibuläre und somatische Wahrnehmungserfahrungen sind also voraussetzungslos und spielen eine entscheidende Rolle bei der Förderung schwerst-mehrfach beeinträchtigter Personen. Sie wurden daher auch bei der Gestaltung der basalen Aktionsgeschichten als Bewegungserfahrung und Aneignungsmöglichkeit von Lerninhalten berücksichtigt.

Ein weiterer berücksichtigter Aspekt ist die Tatsache, dass Menschen, die sich nicht selbstständig laufend fortbewegen können, eine veränderte Wahrnehmung haben (Fröhlich, 2003). Daher ist es bei der Förderung dieser Personengruppe wichtig, neue und alternative Reize anzubieten, beispielsweise durch Veränderung der Lage.

Wir sind davon überzeugt, dass Schülerinnen und Schüler mit schwersten Mehrfachbehinderungen durch eine gezielte Förderung im Sportunterricht positive Körper- und Bewegungserfahrungen sammeln und ihre motorischen, kognitiven und sozialen Fähigkeiten erweitern können. Unsere Arbeit basiert auf dem Prinzip der Inklusion und der Überzeugung, dass jeder Mensch das Recht hat, aktiv am Sportunterricht teilzunehmen und von den damit verbundenen Möglichkeiten zu profitieren.

Viel Spaß beim Einsatz der basalen Aktionsgeschichten wünschen Ihnen

Henrike Vogtmann und Eleni Andreadakis

Station 1: Wanderwege

Material:

- 4 Hütchen
- Seile
- eine Matte
- taktile Pads (alternativ: Steine, Körnerkissen, Bodenfliesen aus Filz)
- Taster mit Sommergeräuschen (z. B. Vogelzwitschern, Grillenzirpen)



Text		Aktion
Einleitung	Es ist ein herrlicher Sommertag in den Alpen.	Sommergeräusche einspielen
	Ein wunderbarer Tag für eine Wanderung.	Leicht die Beine kneten
	Was uns wohl auf der Wanderung erwartet?	Stationskarte anschauen
	Du ziehst deine Wanderschuhe an und los geht's.	Schuhe anziehen
Hauptteil	Du wanderst zuerst auf Asphalt. Der Boden ist hart. Es ist leicht zu gehen/fahren.	Über den Hallenboden gehen/fahren
	Nun gehst du in den Wald. Auf dem Boden fühlst du viele Baumwurzeln. Pass auf, dass du nicht stolperst!	Über ausgelegte Seile gehen/fahren
	Was ist denn das? Dort fließt ein Bach! Du gehst durch den Bach.	Über eine Matte gehen/fahren
	Nun liegen auf deinem Weg viele Steine. Es ist ganz schön anstrengend.	Über taktile Pads gehen/fahren
Schluss	Das war anstrengend. Deine Füße brauchen eine kleine Pause.	Schuhe ausziehen und Füße kurz durchkneten
	Aber der Tag ist noch nicht vorbei. Die Wanderung geht weiter.	Stationswechsel

Station 2: Gipfelwanderung

Anmerkung: Diese Station kann nicht im Rollstuhl sitzend absolviert werden.

Alternative: Je nach Körpergröße und -gewicht können diese Schülerinnen und Schüler auf die Bänke gelegt oder gesetzt werden und dann mit Unterstützung hoch- und heruntergeschoben werden.



Material:

- Kasten
- 2 Bänke
- 4 Matten
- Taster mit Sommergeräuschen (Vogel, Grille, ...)

Text		Aktion
Einleitung	Es ist ein herrlicher Sommertag in den Alpen.	Sommergeräusche einspielen
	Ein wunderbarer Tag für eine Wanderung.	Leicht die Beine kneten
	Was uns wohl auf der Wanderung erwartet?	Stationskarte anschauen
	Du ziehst deine Wanderschuhe an und los geht's.	Schuhe anziehen
Hauptteil	Du willst heute den Berggipfel erklimmen.	Zum Startpunkt gehen
	Es geht steil bergauf.	Auf die Bank klettern
	Du gehst immer weiter und weiter nach oben.	Die Bank hinaufgehen
	Endlich bist du oben angekommen und genießt die Aussicht.	Am höchsten Punkt stehen bleiben
	Wind weht dir um die Nase.	Mit der Hand Luft zufächeln
	Nun gehst du wieder bergab. Das geht viel leichter als hoch.	Die Bank wieder hinuntergehen
	Jetzt bist du wieder am Fuß des Berges angekommen.	Von der Bank herunterklettern
Schluss	Das war anstrengend. Deine Füße brauchen eine kleine Pause.	Schuhe ausziehen und Füße kurz durchkneten
	Aber der Tag ist noch nicht vorbei. Die Wanderung geht weiter.	Stationswechsel

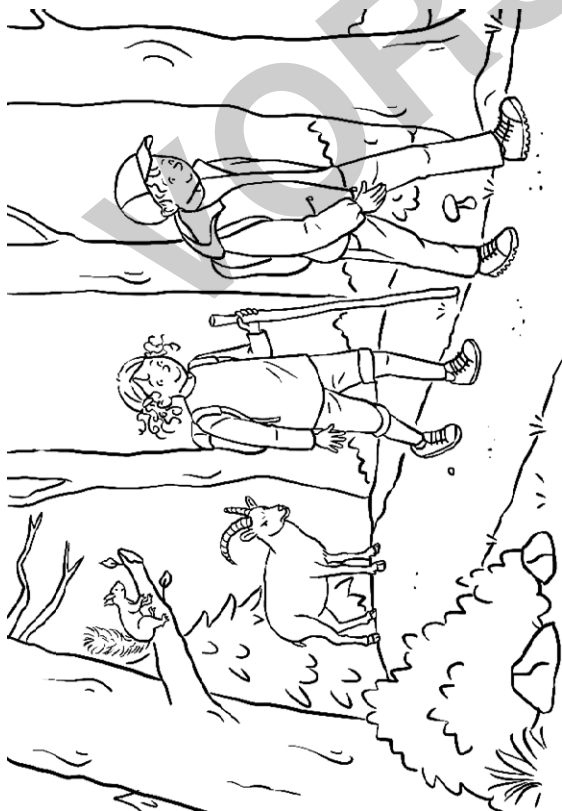
Station 1: Wanderwege



Station 2: Gipfelwanderung



Station 3: Abenteuerwanderung



Station 4: Waldwanderung



Station 4: Schlammbad

Material:

- 2 Weichturnmatten
- Wärmedecke
- Räucherstäbchen
- Entspannungsmusik



Text		Aktion
Einleitung	Heute befindest du dich im Wellnesszentrum. Hier ist es sehr warm.	Wärmedecke
	Du riechst einen holzigen Duft.	Räucherstäbchen
	Du entdeckst deinen persönlichen Ort der Entspannung und erlebst pure Erholung.	Entspannungsmusik
Hauptteil	Ein Spa-Mitarbeiter führt dich zu deiner Schlammbadbehandlung. Du betrittst den Raum, in dem das Schlammbad auf dich wartet.	S auf die Matte legen
	Du steigst in die mit Schlamm gefüllte Wanne und spürst, wie die wohlige Wärme sich langsam über deinen Körper ausbreitet. Der Schlamm umhüllt dich.	Matte auf S legen
	Du bewegst dich behutsam und fühlst die Entspannung, die sich langsam einstellt.	Im Sandwich liegen, akklimatisieren und den Körper spüren
Schluss	Nachdem du die Schlammbadbehandlung beendet hast, fühlst du dich herrlich entspannt.	Strecken und gähnen
	Neugierig erkundest du die anderen Räume des Wellnesszentrums. Du bist bereit, dich weiter verwöhnen zu lassen und jeden Moment der Entspannung auszukosten.	Station wechseln

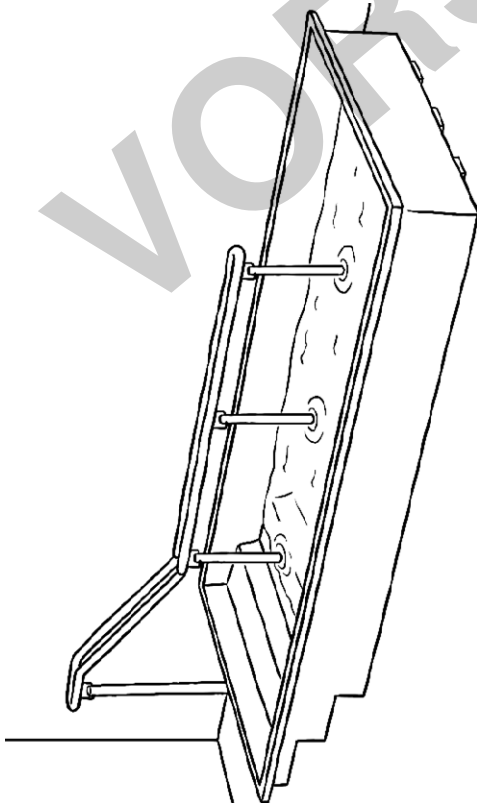
Station 1: Durchbewegen fürs Wohlbefinden



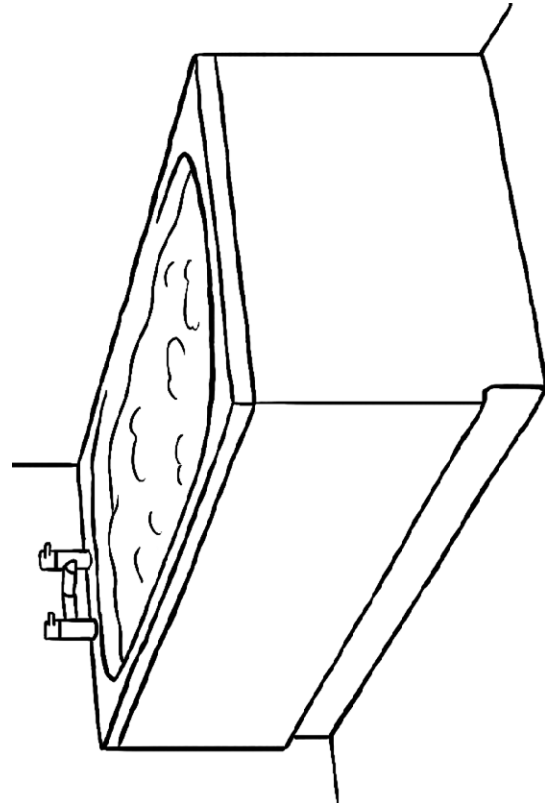
Station 2: Massage



Station 3: Das Fußtretbecken



Station 4: Schlammbad



Station 1: Entspannung im Wasser

kein zusätzliches Material erforderlich

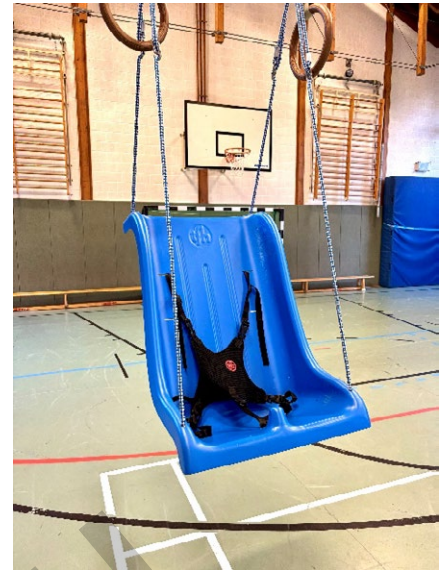


Text		Aktion
Einleitung	An einem besonders heißen Tag ist es Zeit für eine Abkühlung im Schwimmbad!	Planschgeräusche (Planschen im Wasser)
	Du suchst dir einen freien Platz am Beckenrand und lässt dich langsam ins erfrischende Wasser gleiten.	Ins Therapiebecken steigen
	Das Wasser umhüllt dich sofort wie eine willkommene Umarmung.	Akklimatisieren, Ankommen im Wasser
Hauptteil	Du lässt dich treiben und genießt das Gefühl der Schwerelosigkeit.	Beine vom Boden lösen und in mit Unterstützung Rückenlage schweben
	Jeder Atemzug wird zu einem tiefen, befreienden Zug frischer Luft, der dich mit neuer Energie füllt.	Auf dem Wasser schweben
	Unter Wasser fühlst du dich ruhig und friedlich. Deine Muskeln entspannen sich.	Mit Unterstützung durch das Becken gleiten
	Du genießt es, vom Wasser getragen zu werden.	Durch das Becken gleiten
Schluss	Du schwimmst zurück zum Beckenrand.	Im Wasser stehen
	Du steigst aus dem Becken und erkundest weiter das große Schwimmbad.	Station wechseln

Station 1: Im Unterdeck

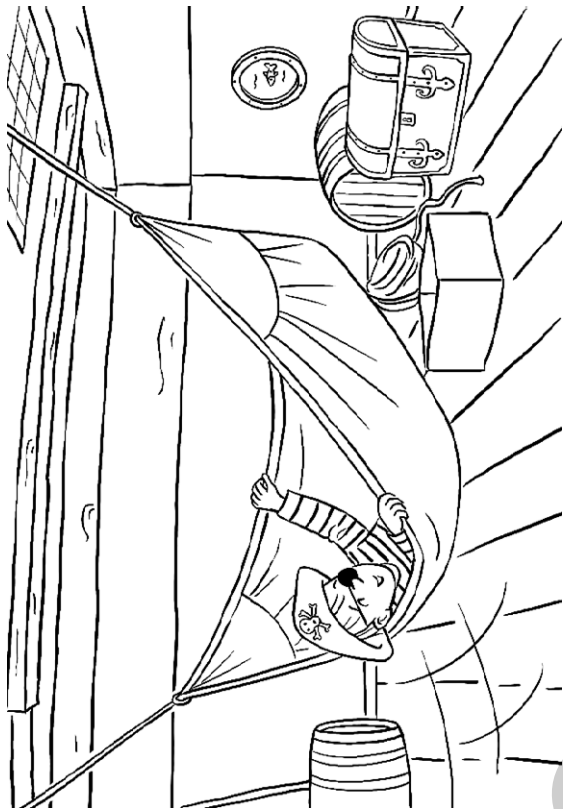
Materialien:

- Schaukelsitz
- individuelle UK-Hilfsmittel
(z. B. Taster/Talker/Gebärden/Bildkarten)



Text		Aktion	
Einleitung	Die Piratenausbildung beginnt!	S in die Sitzschaukel setzen oder legen	
Hauptteil	Auf dem Schiff ist es sehr windig.	S leicht anschaukeln	
	Auf dem Unterdeck ist es wackliger als gedacht.	S leicht anschaukeln	
	Das Meer ist sehr unruhig. Eine große Welle bringt das Schiff zum Wackeln.	S mit Schwung anschaukeln	
	Das Meer beruhigt sich. Captain Jack fragt dich: „Möchtest du noch mal üben? Oder bist du fertig?“	Schaukel bremsen Ggf. Taster/Talker anreichen S antwortet mit FERTIG oder NOCH MAL	
	Je nach Entscheidung der Schülerin / des Schülers:		
		NOCH MAL = weiter mit Schwung anschaukeln Sitzschaukel erneut bremsen und S noch mal fragen: „Möchtest du noch mal üben? Oder bist du fertig?“	FERTIG = nächste Station auswählen
	Sitzschaukel erneut bremsen und S noch mal fragen: „Möchtest du noch mal üben? Oder bist du fertig?“	S eine kurze Pause gewähren und erneut fragen; wenn S sich erneut für fertig entscheidet, die nächste Station wählen lassen	
Schluss	Captain Jack schickt dich zur nächsten Aufgabe.	Auf die Schulter klopfen Station wechseln	

Station 1: Im Unterdeck



Station 2: Das Ruder



Station 3: Das Oberdeck



Station 4: Das Meer



Station 1: Die Pandahöhle

Material:

- Taster mit Dschungelgeräuschen
- Schwungtuch
- ein Weichbodenmatte
- ein Tor
- 2 Turnkästen



Text		Aktion
Einleitung	Inmitten des dichten Dschungels findest du dich wieder, umgeben von den lebendigen Geräuschen der Natur. Die Atmosphäre des Dschungels erfüllt dich mit einem Gefühl der Abenteuerlust.	Dschungelgeräusche
	Du wanderst durch den Dschungel und triffst deinen Freund, den Panda, der dich freundlich begrüßt und dich einlädt, ihm zu folgen.	Stationskarte zeigen, S mit „Hallo“ begrüßen und winken
	Der Panda führt dich zu seiner geliebten Höhle, die von einem dichten Blätterdach verdeckt ist.	In die Höhle krabbeln/ gehen/fahren
Hauptteil	Du setzt dich auf ein weiches Moosbett im Inneren der Höhle.	Auf die weiche Matte in der Höhle setzen/legen
	Plötzlich verschwindet der Panda in einem kleinen Versteck und du folgst ihm schnell.	Schwungtuch über S legen
	Ein starker Wind weht durch den Dschungel.	Schwungtuch schwingen
	Ihr wagt einen Blick nach draußen, um zu sehen, was vor sich geht.	Schwungtuch in der Luft halten
	Noch mal weht ein starker Wind durch Dschungel.	Schwungtuch schwingen
	Schnell vergrabt ihr euch wieder tief im Versteck.	Schwungtuch über S legen
	Zusammen übersteht ihr den Sturm im Dschungel und genießt die auftretende Ruhe.	Schwungtuch entfernen, gemeinsam entspannen
Schluss	Du krabbelst aus dem Versteck und verlässt die Höhle.	Aus der Höhle krabbeln/ gehen/fahren und S den Rolli setzen
	Der Panda zieht nun weiter und verschwindet in den Tiefen des Dschungels.	Zur nächsten Station gehen/fahren