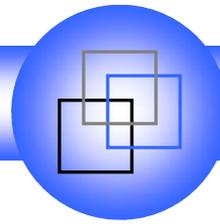
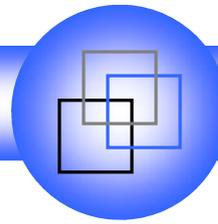


<p>Ziel:</p> 	<p>Die Schüler untersuchen die Schulhausumgebung und ihren Schulweg nach Kriterien zur Rollstuhltauglichkeit und entwickeln ein Verständnis für die Anliegen der behinderten Menschen. Die Schüler können einige Übungen mit dem Rollstuhl selber ausprobieren.</p>
<p>Arbeitsauftrag:</p> 	<p>Die Schüler sitzen im Kreis und betrachten einen Rollstuhl und äussern sich frei dazu. Die Schüler werden aufgefordert, Fragen zu stellen oder Vermutungen zu den Funktionen zu äussern. Sie sollen sich auch dazu äussern, welche Unterstützung der Rollstuhl im Alltag der betreffenden Menschen sein kann und welche Schwierigkeiten ihnen in den Sinn kommen.</p> <p>Behinderte Personen, welche sich im Rollstuhl fortbewegen, werden mit unterschiedlichsten Problemen konfrontiert, die ein Fussgänger oft nicht erkennt oder nur sehr schwer nachvollziehen kann. Damit die Schüler ein Verständnis dafür entwickeln können, sollen sie den Rollstuhl für die eigene Fortbewegung verwenden können. In der Turnhalle werden dazu einige Übungen gemacht. In einer anschliessenden Gesprächsrunde werden die Erfahrungen ausgetauscht. Da dem Fussgänger im Gegensatz zum Rollstuhlfahrer alle Muskeln zur Verfügung stehen und diese auch eingesetzt werden, kann nur eine ähnliche Situation erlebt werden. Es ist unmöglich, Behinderung so zu simulieren, dass der Muskelausfall nachempfunden werden kann. Es ist also auch nach den Übungen immer noch nicht die tatsächliche Situation erlebt worden. Doch zumindest die Perspektive konnte erfahren werden; ein Rollstuhlfahrer unter Fussgängern sieht lauter Beine.</p> <p>Die Schulhausumgebung wird nun noch nach der Rollstuhltauglichkeit untersucht, damit den Schülern die vielen Schwierigkeiten im Alltag nochmals bewusst werden. Anhand der Ergebnisse werden mögliche behindertengerechte Veränderungen besprochen. Ziel ist es, dass die Schüler ein Verständnis für die Anliegen der behinderten Menschen nach einer behindertengerechten Bauweise entwickeln.</p> <p>Als Auftrag untersuchen nun die Schüler ihren Schulweg, wie rollstuhlgerecht dieser ist. Am anderen Tag werden die Schulwege gemeinsam besprochen.</p>
<p>Material:</p> 	<p>Rollstühle</p>
<p>Sozialform:</p> 	<p>Plenum Gruppenarbeit</p>
<p>Zeit:</p> 	<p>ca. 45 Minuten</p>



Zusätzliche Informationen

- Damit diese Übungen durchgeführt werden können, ist es zwingend, dass die Lehrperson selbst mit der Rollstuhlhandhabung und dem Umgang damit vertraut ist und die wichtigsten Sicherheitsregeln eingehalten werden, um Unfälle zu verhindern. Kursangebote finden Sie bei der SPV in Nottwil, genauere Informationen zur Kursanmeldung sind unter www.spv.ch zu finden. Nach dem Besuch des Kurses werden Ihnen Rollstühle leihweise zur Verfügung gestellt.
- Damit die Schüler im Rollstuhl fahren können, ist es Grundvoraussetzung, dass die Lehrperson sie gut einführt und mit der Rollstuhlhandhabung vertraut macht. Damit die Sicherheit gewährleistet werden kann, sind die Schüler in Dreiergruppen zusammen, zwei Schüler übernehmen die Rolle der Helfenden, einer sitzt im Rollstuhl und versucht, die Übung durchzuführen.



Mögliche Übungen mit dem Rollstuhl in der Turnhalle:

Rollstuhl sichern

Der Rollstuhl muss im Stehen immer gesichert werden, dies bedeutet:

- Bremsen anziehen (Bremsen nicht zur Tempoverringerung benutzen!)
- Die vorderen kleinen Räder nach vorne stellen

Techniken

Vorwärtsfahren

Den Greifreifen so weit hinten wie angenehm möglich fassen, die Arme nach vorne unten strecken und dort einen Moment gestreckt verbleiben lassen. Möglichst lange Schübe erreichen.

Rückwärtsfahren

Ebenfalls möglichst lange Schübe, die Arme sollen nach jedem Schub nach hinten unten gestreckt werden.

Richtungsänderungen

Das Rad im Innern der Kurve wird gebremst, das äussere beschleunigt.

Drehungen

Drehungen sind für Rollstuhlfahrer sehr wichtig, da sie sich oft im engen Raum bewegen müssen!

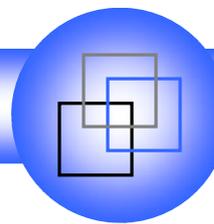
Wird das innere Rad abgebremst und gleichzeitig das äussere beschleunigt, entsteht ein relativ weiter Kreis.

Wird das innere Rad gestoppt und das äussere beschleunigt, gibt es einen engen Kreis.

Wird das innere Rad rückwärts und das äussere vorwärts bewegt, entsteht ein sehr enger Radius und das Drehen an Ort wird möglich.

Starten und Stoppen

Zum Starten wird der Rumpf nach vorne gebeugt, zum Stoppen wird der Oberkörper nach hinten verlagert.



Schräge befahren

Aufwärts: Vorwärts auf allen vier Rädern, Rumpf weit nach vorn. Beim Schieben darf der Rollstuhlfahrer niemals stehen gelassen werden, da Kippgefahr besteht!

Abwärts: Vorwärts auf allen vier Rädern, Rumpf weit nach hinten legen.

Randsteine befahren

Fortgeschrittene können diese Übung selbstständig versuchen, sonst nur mit Helfer.

Aufwärts: Das Hindernis mit dem Rollstuhl vorwärts anfahren, vor dem Hindernis anklicken und die kleinen Räder auf dem Randstein absetzen. Der Rumpf wird weit nach vorn gebeugt und die grossen Räder werden hochgezogen.

Abwärts: Rückwärts, mit vorgelegtem Rumpf, erst die grossen, dann die kleinen Räder.



Geschicklichkeitsfahren (vorwärts und rückwärts)

Alle Übungen werden zuerst langsam ausprobiert, das Tempo wird dann immer gesteigert. Bevor Drehungen und Richtungsänderungen ausgeführt werden, wird das Tempo wieder verlangsamt. Nie mit hohem Tempo Drehungen und Richtungsänderungen ausführen!

- Den auf dem Boden gezeichneten Linien nachfahren
- Mit zwei Tauen eine rollstuhlbreite Gasse legen, dazwischen durchfahren
- Über ein Tau fahren (das Tau befindet sich zwischen den Rädern)
- Slalom fahren um Stangen, Hütchen, Keulen
- Tunnel aus Kastenteilen und ein Tuch als Dach bauen, das nicht viel höher ist als die Rollstuhlhöhe, damit der Oberkörper möglichst weit nach vorne gebeugt werden muss
- Mit Kasten oder Matten einen Lift darstellen; hineinfahren, drehen, hinausfahren

Geschicklichkeit/Transport/Aufheben

Etwas vom Boden aufzuheben, kann einem Rollstuhlfahrer grosse Mühe bereiten und gehört dennoch zur Alltagsbewältigung.

- Eine Strecke befahren und unterwegs Dinge vom Boden aufheben
- Gegenstände in der linken oder rechten Hand über eine gewisse Strecke transportieren
- Basketballwerfen auf Korb, verschiedene Distanzen ausprobieren, Schwierigkeitsgrad erhöhen, indem der Ball wieder gefangen werden soll
- Im Rollstuhl sitzend einen Ball prellen, verschiedene Bälle (Tennisball, Fussball, Basketball) ausprobieren