



SPORT MIT AUTISMUS

April 2020

HERAUSGEBER

Birgit Carl, Annetra Sander: Dozentinnen an
der Professional School of Education (PSE)
der Julius-Maximilians-Universität Würzburg

Priv.-Doz. Dr. Regina Taurines, Klinik und Poliklinik
für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik
und Psychotherapie des Universitätsklinikums Würzburg

SEMINAR

„Es ist gut, wenn alles sein System hat“
Gelingensfaktoren für Kinder
mit Autismus-Spektrum-Störung · WS 2019/20

STUDIERENDE

Philippa Görg, Johann Habenstein, Johannes Heinz,
Norina Michel, Katerina Petzolt

GESTALTUNG UND DESIGN

Theresa Hartlieb, www.theresahartlieb.com

DANKESCHÖN!

Wir bedanken uns bei der Professional School
of Education (PSE) der Julius-Maximilians-Universität
Würzburg für die Organisation des Seminars,
bei MenschensKinder e.V für die kostenlose Möglichkeit,
die Broschüren auf der Homepage herunterzuladen
und bei allen anderen, die uns so tatkräftig unter-
stützt haben.

Besonderer Dank geht an Frau Annette Kitzinger
(METACOM Symbole © Annette Kitzinger).

VORWORT

Sportunterricht ist in allen Schularten und Jahrgangsstufen sehr beliebt.

Sport verbessert das Wohlbefinden, er stärkt Konzentration, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit, fördert die Selbstwirksamkeit und den Teamgeist. Bei Kindern und Jugendlichen mit Autismus-Spektrum-Störung (ASS) bestehen häufig motorische Entwicklungsauffälligkeiten, die für die Lehrenden in mangelnder Körperbeherrschung, einem auffälligen Bewegungsablauf und Muskeltonus, in Schwerfälligkeit und Ungeschicklichkeit sichtbar werden können. Die im Lehrplan verankerten Lernziele im Sport erfordern Orientierungsfähigkeit, Zielgerichtetheit, Entscheidungsfähigkeit, das richtige Timing, Teamgeist, Regelkenntnis und Regelbeachtung, Fähigkeiten, die Schüler*innen mit ASS oft vor große Herausforderungen stellen.

In Erfahrungsberichten von Schüler*innen mit ASS werden zahlreiche „Hürden“ rund um den Sportunterricht genannt, beispiels-

weise im Umkleideraum (Lärm, Geruch), beim Weitspringen (Wie finde ich den richtigen Absprung?), beim Seilspringen (Wie koordiniere ich Hände und Füße?) oder bei Mannschaftsspielen (Welche Strategie verfolgen die Mitspieler?).

Das Wissen um neuropsychologische Besonderheiten bei Kindern und Jugendlichen mit ASS hilft uns im pädagogischen Verstehen und im didaktischen Handeln. Mit den wissenschaftlichen Erkenntnissen über die Besonderheiten bei ASS in der

- Theory of Mind (Schwierigkeit, die Absichten anderer zu erkennen),
- Verarbeitung von Gefühlen,
- sozialen Reaktivität (u.a. mangelndes Imitationsverhalten),
- zentralen Kohärenz (Orientierung an Einzelaspekten) und
- exekutiven Funktion (Schwierigkeiten in der Handlungsplanung)

gelingt uns eine gezieltere Beobachtung und eine Einordnung von Verhalten.

Wir werden angehalten zu hinterfragen, sowie nachzufragen bei Eltern, Fachdiensten und vor allem bei den Schüler*innen mit ASS selbst. Hiermit übernehmen wir Verantwortung und zeigen Haltung.

Im Seminar zur Inklusion von Schüler*innen mit ASS im WS 2019/2020 interviewten wir Jugendliche und Kinder mit ASS zu ihren Erfahrungen im Sportunterricht, um Einblick in ihre individuelle Wahrnehmung und ihr Empfinden zu erhalten. Herzlichen Dank für die Offenheit unsere Fragen zum Sportunterricht zu beantworten!

Unter dem Punkt „Was man sofort umsetzen kann“ in der vorliegenden Handreichung, können Lehrkräfte im Sportunterricht präventiv Unterstützung anbieten und Strukturierungshilfen nach dem TEACCH-Ansatz einsetzen.

Individuelle Hürden verlangen nach individuellen Lösungswegen (s. dazu die Punkte „Variantenplan“, Social Stories) und einer offenen Kommunikation mit Schüler*Innen mit ASS.

Inklusion besteht, wenn alle mit ihren individuellen Stärken und Schwächen mitmachen.

Wir wünschen nun viel Freude im Sportunterricht.



Birgit Carl, Dozentin



Annetrin Sander, Dozentin



**ERFAHRUNGEN
VON SCHÜLER*INNEN
MIT ASS IM
SPORTUNTERRICHT**



INTERVIEWERIN

Fällt es dir leicht eine(n)
Partner*in für eine
gemeinsame Übung
zu suchen?



ANTWORT

Ich würde am liebsten
mit meinem Freund
die Übungen machen.
Das klappt am besten.



INTERVIEWERIN

Wie kann die Lehrkraft dir am besten Hilfestellung bei den Übungen geben?



ANTWORT

Ich mag es nicht, wenn man mich anfasst. Am besten ist es, wenn man mir genau sagt und erklärt, was ich tun soll.



INTERVIEWERIN

Was fällt dir
beim Sport leicht?



ANTWORT

Ausdauerlauf
finde ich super.



INTERVIEWERIN

Wie soll dich
die Lehrerin
/ der Lehrer
ermutigen?



ANTWORT

Die Lehrerin / der
Lehrer soll mir sagen,
dass ich es lernen
werde und es nicht
gleich klappen muss.
Manchmal hilft auch
eine Pause oder ein
nochmaliger Versuch.

”

INTERVIEWERIN

Du willst nicht in
die Umkleide?
Was stört dich?

”

ANTWORT

Ich mag nicht, wenn
die anderen mich
ohne Kleidung sehen.
Das ist mir unangenehm.
Außerdem ist es in
der Umkleide laut,
eng und es stinkt.



INTERVIEWERIN

Wie nimmst du
die Lautstärke in
der Turnhalle wahr?



ANTWORT

Ich mag die Trillerpfeife
gar nicht. Auch die Musik
ist mir viel zu laut.



WAS MAN SOFORT IM SPORTUNTERRICHT UMSETZEN KANN

INTERVENTIONEN, DIE ALLEN SCHÜLER*INNEN ZUGUTEKOMMEN

- Bestimmung des Treffpunkts in der Halle
- Kennzeichnung der Ruhekreisecke
- Kopfhörer anbieten
- Strukturvorgaben für den Sportunterricht (z.B. Ablaufplan)

ABLAUFPLAN BEISPIEL

- 15 Minuten Aufwärmen (z.B. Gymnastik, Turnen)
- 30 Minuten Übungen am Balken (z.B. balancieren)
- 20 Minuten Handballspiel
- 15 Minuten Entspannung



INDIVIDUELLE HÜRDEN



IM SPORT-
UNTERRICHT



BLICKKONTAKT

Spreche mich direkt an,
ich kann nicht intuitiv
erkennen, was du möchtest.



PARTNERWAHL

Gut ist, wenn ich
mit einem festen
Partner turne.

SPIELTAKTIK

Ordne mir meine Rolle zu.
Sag mir genau, was ich
tun soll, meine Freunde
können mir dabei helfen.



Zeige mir Schritt für
Schritt, wie ich die
Übung erfolgreich
ausführen kann.



BEWEGUNGSABFOLGEN

Visualisiere die einzelnen Bewegungsabfolgen oder zeige mir ein Video. Ich muss verstehen, was ich tun soll und lerne leichter über Bilder.

SCHNELLIGKEIT

Lass mir Zeit bei
der Umsetzung.



Halte bitte Abstand
– auch beim Anstellen.

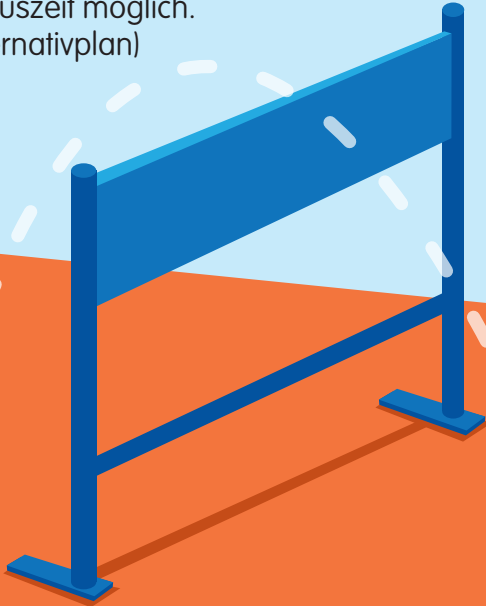


UNBEKANNTES

Gib mir Gelegenheit
und Zeit, mich damit
auseinander zu setzen.

REIZÜBERFLUTUNG

Hilf mir den Blick auf das Wesentliche und die Regeln zu lenken. Mache mir ggf. eine Auszeit möglich.
(s. Alternativplan)

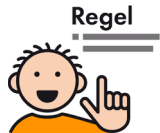


Hier können Sie weitere individuelle Hürden beschreiben und beim Schüler und den Eltern / Fachdiensten nachfragen.

**MANCHMAL
HELFE
ALTERNATIV-
ÜBERSICHTEN
ZUM BESSEREN
VERSTÄNDNIS**



VARIANTENPLAN

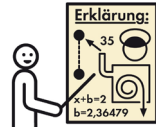


Eine Regel im Sportunterricht ist die:

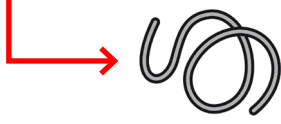
Ich darf die Sportgeräte nur unter Aufsicht der Lehrerin nutzen.



In der Turnhalle hängen verschiedene Seile.



Manchmal nutzen wir die Ringe an den Seilen für ein Training.



Wenn wir nicht an den Ringen trainieren, dann muss ich die Ringe und alle anderen Seile in Ruhe lassen.



Das ist eine Regel.



Die Lehrerin erklärt mir genau, wie ich an den Ringen trainieren soll.



Wenn ich so trainiere, wie es die Lehrerin erklärt hat, bin ich und sind meine Mitschüler sicher.



Dann werde ich fit und lerne dazu.
Das macht Spaß.



Wenn ich zwischendurch mit den Seilen spiele oder sie benutze, dann kann das für mich und meine Mitschüler gefährlich sein.



Wenn ich mich nicht an diese Regel halte, dann muss ich auf der Bank eine Auszeit nehmen.



Das macht keinen Spaß.

SOCIAL STORIES ZUM SPORTUNTERRICHT



WARUM SPORT- UNTERRICHT?

In der Schule **lerne** ich viel durch Lesen, Schreiben und Denken.



Es ist aber auch wichtig, dass ich mich immer wieder **bewege**.



Dafür ist der Sportunterricht in der Schule gedacht.

Sport ist wichtig, damit ich **gesund und fit** bleibe.



Nicht nur der Kopf soll neue Dinge lernen. Auch der Körper soll neue **Bewegungen** lernen.



Die Bewegung und der **Sport** helfen auch, danach konzentrierter zu denken und zu lernen.



Im Sportunterricht kann ich mit **meinen Mitschülern** neue Erfahrungen machen. Auch das ist wichtig.



Sportunterricht kann schön sein und Spaß machen. Aber manchmal kann er auch anstrengend sein. Dann gibt es **Hilfen**.

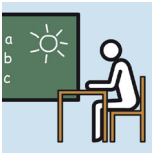


UMKLEIDE

In der **Umkleide** ist es eng und laut und es riecht komisch. Ich kann zusammen mit dem Lehrer überlegen, wie ich die Situation gut schaffe. Hier einige Möglichkeiten:



- Ich kann mich in der **Lehrerumkleide** umziehen.



- Ich kann mich im **Klassenzimmer** umziehen.



- Ich kann kurz vor oder kurz nach meiner Klasse **alleine** in der Umkleide sein.
- ... (weitere Ideen)



SPORTUNTERRICHT

Auch im **Sportunterricht** möchte ich bei so viel wie möglich gut mitmachen.

Wenn aber Situationen für mich sehr anstrengend sind, kann ich mir Hilfe holen.



- Es gibt eine **Ruhe-Ecke**, in die ich mich zurückziehen kann.



- Ich kann mir einen **Lärmschutz** aufsetzen.



- Ich darf bei neuen Übungen erst einmal **zuschauen**, bevor ich sie selber ausprobiere.



- Ich habe **Freunde**, denen ich vertraue und die mir in neuen Situationen helfen.
- Dafür muss ich lernen, sie um **Hilfe** zu bitten.
- ... (weitere Ideen)



Das alles muss ich natürlich mit meiner Lehrerin / meinem Lehrer besprechen.



Ich schaffe es, im Sportunterricht klar zu kommen und **Neues** zu lernen.

WEITERE INFORMATIONEN

- **Banik, B.:** Bewegung, Spiel und Sport. Autismus: Spektrum, Ursachen, Diagnostik, Intervention, Perspektiven. Bülte Sven (Hrg), Huber Verlag, Bern 2009
- **Häußler, A.:** Der TEACCH Ansatz zur Förderung von Menschen mit Autismus. Verlag modernes Lernen, Dortmund 2006
- **Häußler, A.; Bernhard-Opitz, V.:** Praktische Hilfen für Kinder mit Autismus-Spektrum-Störungen (ASS); Fördermaterialien für visuell Lernende, Stuttgart 2013
- **Castaneda, C.; Hallbauer, A.:** Einander verstehen lernen. Ein Praxisbuch für Menschen mit und ohne Autismus, Holtener Verlag, Kiel 2013
- **Fröhlich, N.; Castaneda, C.; Waigand, M.:** (K)eine Alternative haben zu herausforderndem Verhalten?! Heigenbrücken 2019; www.ukcouch.de
- **Symbole:** METACOM Symbole © Annette Kitzinger
- **Bundesverband zur Förderung von Menschen mit Autismus e.V.,** Stellungnahmen zur Inklusion
- **Autismus-Kompetenzzentren in den bayerischen Regierungsbezirken:** Oberfranken, Unterfranken, Mittelfranken, Oberpfalz, Schwaben Nord, Oberbayern, Schwaben



Zentrum für
Psychische
Gesundheit



Professional
School of Education