

# Skiunterricht für Kinder mit Autismus

Kinder mit Autismus können Skifahren lernen. Nebst der oftmals grossen Freude, die das Skifahren den autistischen Kindern vermittelt, erweitert es ihre Bewegungsfähigkeiten, ihre Koordination und kann sie zu einem Erfolgserlebnis führen. Zusätzlich kann regelmässiger Sport Menschen mit Autismus helfen, Angst und Hyperaktivität abzubauen.

## AUTISMUS



### BEGRIFFSERKLÄRUNG:

Autismus wird von der WHO als tiefgreifende Entwicklungsstörung beschrieben, ist keiner Behinderungsgruppe zugeordnet und stammt aus dem Griechischen mit der Bedeutung «sehr auf sich bezogen sein».

Es gibt 3 Haupttypen von Autismus:

- Frühkindlicher Autismus (Kanner)
- Atypischer Autismus
- Asperger-Syndrom (Asperger Autismus)



### Veränderte Wahrnehmung und Sinneserfahrungen:

- Über- oder Unterempfindlichkeiten einzelner Sinnesbereiche und/oder Schwierigkeiten, aufgenommene Reize sinnvoll zu interpretieren

### Verändertes Sozialverhalten:

- Meidet oft den Blickkontakt
- Spielt und kommuniziert nicht mit anderen Kindern
- Fehlendes Verständnis für Abläufe innerhalb einer Gruppe



## SYMPTOME



### Störung der Sprache und Kommunikationsfähigkeit

### Stereotype und repetitive Verhaltensmuster



### Äussere Merkmale:

- Leerer Gesichtsausdruck mit einem auf unbestimmte Distanz gerichteten Blick

### Weiterführende Literatur:

- Kinder mit frühkindlichem Autismus lernen Skifahren (2011), Schneesportlehrer BBT Facharbeit, Manuela Brunner
- Bernhard-Opitz, Vera (2005): Kinder mit Autismus Spektrum Störungen (ASS). Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH
- [www.autismus-approach.ch](http://www.autismus-approach.ch)
- Gadiant, V. (2010): Schneesport Schweiz Band 2/2010 Ski. Belp: Swiss Snowsports Association

# Die aktuelle Situation – Bedeutung im Skiunterricht mit Kindern mit Autismus

## Situative Gegebenheiten:

- Stöcke im Einsteigerunterricht weglassen, da die Konzentration beeinträchtigt wird
- Skilänge im Einsteigerbereich: Brusthöhe
- Kleiderwahl: Über- oder Unterempfindlichkeiten einzelner Sinnesbereiche beachten
- Bei Unwohlsein Kompromisse suchen für störende Brillen, Helme usw.
- Geländewahl: Den Fähigkeiten angepasst, möglichst reizarme Umgebung



## Personale Gegebenheiten:

- Kinder mit Autismus sprechen gut auf ein Belohnungssystem an
- 1:1-Unterricht für Einsteiger
- Bei fortgeschrittenen Kindern: Versuch der Integration in eine Gruppe mit zusätzlichem Schneesportlehrer
- Kinder mit Autismus lernen im Vergleich zu gleichaltrigen Kindern noch stärker über das Erleben und Fühlen

## Normative Gegebenheiten:

- Pausen rechtzeitig und regelmässig einplanen
- Unterricht durch Skilehrerin oder Skilehrer mit Wissen und Erfahrung im Bereich Methodik, Technik und Pädagogik
- Für den Lernprozess viel Zeit einberechnen

# Unterrichtsbeispiel

Unterrichtsziel/Inhalt: **Schneegewöhnung und Erwerben der Schrittformen**



Methode (Wie gehe ich vor?)	Speziell zu beachten
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dem Kind die Skier in die Hände geben, damit es sie fühlen kann</li> <li>• Im Flachen einen Ski anziehen, im Stand treten, seitwärts treten, eine vorgegebene Strecke damit gehen-gleiten</li> <li>• Mit beiden Skiern seitwärts einen Teppich oder auf einem Seil hochgehen, Bewegung zeigen, das Kind taktil führen</li> <li>• Zu einem späteren Zeitpunkt gleiches Vorgehen beim Gehen im Scherschritt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf Bezugsperson zurückgreifen, um Kommunikationsmöglichkeiten und Gewohnheiten des Kindes mit Autismus kennenzulernen</li> <li>• Einfache und gezielte Nutzung der verbalen Kommunikation</li> <li>• Eine ruhige Umgebung hilft dem Kind mit Autismus, die Konzentration aufrechtzuerhalten</li> <li>• Sicher auftreten, denn Unsicherheit überträgt sich auf das Kind; ein sicheres Verhalten unsererseits gibt ihm Halt</li> <li>• Einsatz von Teppich erleichtert das Erwerben der Schrittform</li> </ul>

Unterrichtsziel/Inhalt: **Erwerben von Fahren und Bremsen im Plug**



Methode (Wie gehe ich vor?)	Speziell zu beachten
<p>Fahren in der Falllinie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Im Stand: Grundposition zeigen, modellieren</li> <li>• Fahrt im auslaufenden Gelände auf beiden Skiern vorzeigen und ausprobieren lassen</li> <li>• Hände auf beide Knie legen</li> </ul> <p>Bremsen im Pflug:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ohne oder mit Skischuhen: Ferse des Kindes nach aussen drehen</li> <li>• Im Stand mit Skiern: Pflug zeigen, Skier des Kindes in Pflugposition führen</li> <li>• Im auslaufenden Gelände Skiende des Kindes nach aussen drehen. Skilehrer fährt rückwärts vor dem Kind</li> <li>• Am Ort des Bremsens Seil in der Dreiecksform des Pflugs auf den Boden legen</li> <li>• Bremsen vor «Hindernissen» wie Plüschtieren usw.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachten, wie das Kind auf die neue Gleiterfahrung reagiert</li> <li>• Kinder mit Autismus können teilweise keine Gefahren einschätzen, deshalb die Sicherheit jederzeit gewährleisten</li> <li>• Kinder mit Autismus können aber auch mit grosser Angst auf neue Erfahrungen reagieren: langsames Herantasten an die Gleiterfahrung</li> <li>• Hilfsmittel wie Stangen, Ring zum Erwerben vom Fahren einsetzen sowie Skiverbindung, Fegbürste, Seil zum Erwerben vom Bremsen im Pflug</li> <li>• Visuelle Hilfsmittel erleichtern das Lernen</li> <li>• Laminierte Fotos mit Unterrichtszielen neben den verbalen Anweisungen und Demonstrationen einsetzen</li> <li>• Überforderung kann zu Wutausbrüchen führen</li> </ul>

## Unterrichtsziel/Inhalt: Pflugdrehen erwerben



### Methode (Wie gehe ich vor?)

- Seil in Kurvenform auf den Boden legen, daran entlangfahren
- Kurve um Stangen oder Hindernisse
- Seite an Seite, mit einer Stange verbunden, neben dem Kind fahren, Drehimpuls geben
- Skiverbindung mit seitlich festgemachtem Seil einsetzen, damit das Kind mit Autismus durch das Erleben der Bewegung lernen kann.

### Speziell zu beachten

- Einfaches Gelände wählen
- Offene Fragen können verwirren, deshalb geschlossene Fragen bevorzugen
- Bei ersten Fahrten ausserhalb des Übungshangs das Verhalten des Kindes in Bezug auf Sicherheit beobachten

## Unterrichtsziel/Inhalt: Sicheres Liftfahren



### Methode (Wie gehe ich vor?)

Bügelift:

- Visuelle Erklärung des Ablaufs beim Schlepplift fahren
- Üben im Flachen, Ziehen des Kindes

Sessellift:

- Mit dem von Autismus betroffenen Kind zum Sessellift gehen und den Liftbenützern zuschauen.
- Gemeinsam mit dem Kind Sessellift fahren, während der Fahrt auf Reaktionen des Kindes gefasst sein

### Speziell zu beachten

- Vor der Liftbenutzung Information des Liftpersonals
- Ist die Ausstiegsstelle beim Bügelift überwacht?
- Beim ersten Mal Sesselliftfahren viel Ruhe vermitteln
- Falls möglich einen kurzen Sessellift auswählen
- Anfangs alleine mit dem Gast Sessellift fahren, um eine Reizüberflutung zu vermeiden
- Bei starker Unruhe auf dem Sessellift auf andere Lifte ausweichen oder wenn nicht möglich, das Kind zur eigenen Sicherheit mit einem Klettergurt, Repschnur und Karabiner am Sessellift befestigen

**Text und Fotos:** Manuela Brunner

**Weiterführende Informationen:**

Manuela Brunner, ActiveMotion, Schneesportschule für adaptierten Unterricht, 3800 Unterseen, [www.activemotion.ch](http://www.activemotion.ch)

**INGOLD**Verlag