

SELBSTVERSORGUNG

1. Körperpflege und Hygiene	106
1.1 Gestaltung der Pflegesituation	
1.2 Hautpflege	
1.3 Mund- und Zahnpflege	
1.4 Haarpflege	
1.5 Nagelpflege	
1.6 Toilette	
2. Ernährung	110
2.1 Gestaltung der Essenssituation	
2.2 Feste Nahrung	
2.3 Getränke	
2.4 Essen und Trinken als soziales Geschehen	
3. Kleidung	112
3.1 An- und auskleiden	
3.2 Auswahl der Kleidung	
3.3 Kleiderpflege	
4. Umgang mit Geräten	114
4.1 Grundfertigkeiten	
4.2 Gefahren und Sicherheitsvorkehrungen	
4.3 Wartung	
5. Wohnung	115
5.1 Wohnräume	
5.2 Wohnmöglichkeiten	
6. Einkauf	116
6.1 Teilnahme am Einkauf	
6.2 Selbstständiges Einkaufen	
7. Eigene Sicherheit	117

Der Lernbereich Selbstversorgung enthält Lerninhalte, die für das Leben der Schülerinnen und Schüler vielfach existenziell wichtig sind.

SELBSTVERSORGUNG

Sich im Alltag weitestgehend selbst versorgen zu können ist wesentlicher Bestandteil einer autonomen, also von anderen Personen unabhängigen Lebensführung.

Der Schulalltag bietet vielfältige natürliche Anlässe, in denen alle Bereiche der lebenspraktischen Selbstständigkeit in verschiedenen Situationen geübt werden können.

Bedeutung des Lernbereichs

Sich im Alltag weitestgehend selbst versorgen zu können ist wesentlicher Bestandteil einer autonomen, also von anderen Personen unabhängigen Lebensführung. Die Hilfe anderer Menschen zu erhalten und annehmen zu können ist für Schülerinnen und Schüler von ebenso großer Wichtigkeit wie der Erwerb von Handlungskompetenzen in allen Bereichen der Selbstversorgung.

Der Lernbereich Selbstversorgung enthält Lerninhalte, die für das Leben der Schülerinnen und Schüler vielfach existenziell wichtig sind. Der Unterricht befasst sich mit folgenden Themen: Körperpflege, Hygiene, Ernährung, Kleidung, Wohnung, Umgang mit Geräten, Einkauf, Umgang mit Geld und eigene Sicherheit.

Alle Schülerinnen und Schüler verfügen bereits über ein individuelles Handlungsrepertoire, das sie im Unterricht im Hinblick auf ihre alltägliche Lebensführung erweitern. Zur Verwirklichung dieses Ziels bedarf es angemessener räumlicher und sächlicher Voraussetzungen, etwa das Vorhandensein von Pflegeeinrichtungen.

Um die individuelle Situation von Menschen mit schweren Beeinträchtigungen einschätzen zu lernen, müssen sich Lehrerinnen und Lehrer diese besonderen Lebensbedingungen durch Selbsterfahrung erschließen.

Hinweise zum Unterricht

Die aktuelle Lebenswirklichkeit der Schülerinnen und Schüler ist Ausgangspunkt für den Unterricht. Die Auswahl der Lerninhalte orientiert sich an der individuell zu erwartenden Lebenssituation, in der elementare Alltagssituationen erfolgreich bewältigt werden müssen. Unterricht, in dem das Thema Selbstversorgung im Mittelpunkt steht, kann gestaltet werden

- als spezielles Trainingsprogramm,
- in Kleingruppenarbeit,
- in Partnerarbeit,
- als über einen festgelegten Zeitraum andauernde Unterrichtssequenz.

Der Schulalltag bietet vielfältige natürliche Anlässe, in denen alle Bereiche der lebenspraktischen Selbstständigkeit in verschiedenen Situationen geübt werden können. Die Durchführung von Handlungsabläufen, die durch häufiges Wiederholen zur Gewohnheit werden, ist dabei unerlässlich.

Eine kontinuierliche Zusammenarbeit zwischen Schule und Elternhaus ist für die erfolgreiche Umsetzung der Inhalte aus dem Lernbereich Selbstversorgung besonders wichtig.

1. Körperpflege und Hygiene

Im Rahmen der schulischen Förderung ist Pflege zentraler Bestandteil eines Unterrichts, der darauf abzielt, die Erlebniswelt der Schülerin oder des Schülers systematisch zu erweitern. Die persönliche Umwelt mit all ihren Geschehnissen wird strukturiert; erste Formen von sozialen Beziehungen werden gestaltet. Qualifizierte Pflege ermöglicht es zudem, den eigenen Körper positiv zu erleben. Schülerinnen und Schüler sowie Lehrerinnen und Lehrer entscheiden, wie eng die entstehende körperliche Nähe sein kann. Die Wahrung der Intimsphäre, eine dem Lebensalter angepasste Distanz und das Prinzip der abnehmenden Hilfen müssen Beachtung finden. Ziel ist eine zunehmend selbstständige Ausführung von Handlungsvollzügen.

Schülerinnen und Schüler sollen sich bewusst werden, dass ein gepflegtes äußeres Erscheinungsbild das Selbstwertgefühl erhöhen kann.

Im Bereich der Pflegesituation für Schülerinnen und Schüler mit schwerer oder mehrfacher Behinderung müssen personelle, räumliche und sächliche Gegebenheiten so gestaltet sein, dass sie individuellen Anforderungen gerecht werden.

Über den körperlich-somatischen Dialog können in einer jeweils unterschiedlichen Qualität und Quantität stimulierende Angebote von außen initiiert werden. Hierbei sind Überempfindlichkeiten zu berücksichtigen. Grundsätzlich gilt es, für Situationen der Körperpflege eine behagliche Atmosphäre zu schaffen, etwa durch

angenehme Raumtemperatur, durch Einsatz bestimmter Badezusätze oder Düfte sowie durch indirekte Beleuchtung.

In die Pflegesituation fließen auch Angebote aus den Bereichen Wahrnehmung und Kommunikation ein. Im Unterricht sind folgende Vorgehensweisen zu beachten:

- Lagerung und Haltungen mit therapeutischen Fachkräften absprechen
- Pflegehandlungen sprachlich oder durch festgelegte Signale ankündigen
- die zu erlernenden Fertigkeiten in überschaubare Teilhandlungen gliedern
- auf immer gleich bleibende Abfolge eines komplexen Handlungsablaufes achten

1.1 Gestaltung der Pflegesituation

- Pflege als eine kommunikative Situation erleben
- Sich auf die Pflegesituation einstellen und die eigene emotionale Befindlichkeit ausdrücken
- Den für die Pflegehandlungen notwendigen Körperkontakt akzeptieren
- Die Pflegesituation aufmerksam verfolgen und mitgestalten
- Individuelle Lagerung nach Ankündigung unterstützen
- Die Körperhaltung als sicher erleben: abwaschbare Kissen und Haltesäcke, Badewannensitz, Duschstuhl
- Die pflegenden Hände spüren und von Pflegeutensilien unterscheiden: mit der Hand, mit dem Waschlappen gewaschen werden
- Zu pflegende Körperteile spüren
- Den Weg zum Pflegeraum erleben: auf dem Arm getragen werden, im Rollstuhl gefahren werden, sich selbst fortbewegen
- Pflegesituationen bewusst miterleben: Geräusche, Bewegungen, Raumlage, Tastempfindungen
- Von der pflegenden Person Zuwendung und Konzentration erfahren
- Den Unterschied zwischen nasser und trockener Windel spüren: das Entfernen der schmutzigen Windel als angenehm empfinden
- Materialien und Kleidungsstücke auf der Haut wahrnehmen
- Auf das Reinigen mit warmem oder kaltem Wasser reagieren
- Die Säuberung unterstützen: im Liegen auf die Seite rollen, Gesäß anheben, Beine anwinkeln; im Sitzen, im Stehen
- Hygienemaßnahmen während der Menstruation zulassen

1.2 Hautpflege

Baden

- Räumliche Veränderungen wahrnehmen: ins Bad gehen, sich vom Rollstuhl in die Wanne umsetzen
- Umlagerungen unterstützen
- Beim Baden Hilfen annehmen: Badehocker, Badewannensitz, Badeliegen, Bademulden
- Die eigene Körperhaltung sichern: sich festhalten, sich anlehnen
- Sich an den Kontakt mit Wasser gewöhnen: nach und nach mit Wasser in Berührung kommen, Angst vor dem Wasser abbauen, unterschiedlich temperiertes Wasser als angenehm oder unangenehm erfahren
- Baden mit angenehmen Eindrücken verbinden: Wärme, gute Gerüche, Zuwendung
- Mit und im Wasser spielen: Schwamm ausdrücken, mit Händen Wasser schöpfen, ins Wasser patschen, mit Schwimmte spielen
- Hände, Arme und Beine im Wasser bewegen
- Beim Baden und Waschen unterschiedliche Sinneserfahrungen machen: die Seife auf der Haut spüren, das Tropfen des Wasserhahns hören, bunten Schaum betrachten, Badezusätze riechen, unterschiedliche Wassertemperatur spüren
- Beruhigende, belebende oder reinigende Ganz- oder Teilkör-

	<ul style="list-style-type: none"> perwäsche erfahren - Mit verschiedenen Badesubstanzen gewaschen werden oder sich selbst waschen: an Körperteilen, am ganzen Körper - Das Abtrocknen als Ende der Waschsituation erkennen
<i>Duschen</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Dusch- und Baderäume kennen: in der Schule, im Schulschwimmbad, im Schullandheim - Angst vor spritzendem Wasser abbauen - Augen schützen: durch fremde Hände, Waschlappen, Tuch - Beim Duschen Hilfen annehmen: Duschsitz, Duschstuhl - Verschiedene Duscutensilien benutzen: Shampoo, Gel, Seife, Schwamm, Waschlappen, Bürsten, Handtuch - Handlungsabfolge des Waschens mit Waschlappen und Seife erlernen: Armaturen bedienen; Waschlappen anfeuchten, einseifen, ausspülen; sich waschen - Sich abtrocknen und föhnen - Das Duschen mit situativen Lernanlässen verbinden: Sport, Schwimmbadbesuch, Schullandheimaufenthalt - Ausgewogenheit zwischen notwendiger Sauberkeit und übertriebener Reinlichkeit finden
<i>Reinigung von Gesicht und Händen</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Mitvollziehen, wie die Hände gewaschen werden: das Befeuchten, das Einseifen, das Abwaschen, das Abtrocknen - Die Handlungsabfolge des Waschvorgangs erlernen: Wasser aufdrehen, einseifen, Waschlappen gebrauchen, abwaschen, Wasser abdrehen, sich abtrocknen - Vor- und nachbereitende Tätigkeiten durchführen: Licht im Bad ein- und ausschalten, Türe schließen - Regelmäßig gegebene Anlässe zum Üben nutzen: nach dem Malen, nach dem Spiel im Freien, nach dem Toilettengang - Nase putzen: mit Stoff- oder Papiertaschentuch
<i>Kosmetik</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Utensilien der Körper- und Schönheitspflege kennen: Spiegel, Creme, Hautmilch, Öl, Puder, Rouge, Schminke - Die Haut durch Eincremen pflegen: nach dem Waschen, nach dem Rasieren - Techniken der Körper- und Schönheitspflege erlernen: Lidschatten, Lippenstift auftragen - Die Wirkung von Kosmetika als wohltuend empfinden - Einen eigenen Stil entwickeln: an Schminkkurs teilnehmen, nach Vorbild schminken - Sich zu besonderen Anlässen schminken: Fasching, Feste und Feiern

1.3 Mund- und Zahnpflege

Der Mund stellt eine sehr sensible Körperzone dar. Deshalb ist im Vorfeld in Erfahrung zu bringen, inwieweit Berührungsempfindlichkeiten im Gesichts- und Mundbereich vorliegen. Ferner ist zu überprüfen, ob Wunden und Risse im Mund oder an den Lippen oder defekte Zähne vorhanden sind. Die medizinische Pflege für die betroffenen Stellen muss sicher gestellt werden. Bei überhöhter oder zu geringer Speichelproduktion ist ein Arzt zu befragen.

Für manche Schülerinnen und Schüler ist es ausreichend, die Zähne nur mit Zahnbürste und klarem Wasser zu putzen, da die Zahnpaste oftmals zu stark schäumt und es zum Verschlucken kommen kann.

<i>Mundpflege</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Den Mund bei trockenem Mundraum anfeuchten oder anfeuchten lassen - Trockene Lippen eincremen oder eincremen lassen - Den Mundraum von Speiseresten säubern oder säubern lassen
<i>Zahnpflege</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Den Mundraum mit der Zahnbürste erfahren: Bewegungen der Zahnbürste, Vibrationen der elektrischen Zahnbürste - Die Zahnbürste im Mund ertragen - Die Zahnbürste sachgerecht über die Zähne führen: von rot nach weiß, kreisend - Sich an Zahnpasta gewöhnen

	<ul style="list-style-type: none"> - Fertigkeiten des Zähneputzens beherrschen: angemessene Menge Zahnpasta auf Zahnbürste auftragen, Putzbewegungen durchführen, Mundraum spülen, Zahnpasta ausspucken, Zahnbürste reinigen - Die Zähne nach dem Essen putzen - Den Zahnarzt besuchen: Geräte und Einrichtungen kennen lernen, die Angst vor dem Zahnarzt verlieren - Wissen, dass Zahnpflege die Zähne gesund erhält
--	--

1.4 Haarpflege

<i>Frisur</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Sich die Haare kämmen lassen und selbst kämmen - Die Handlungsschritte beim Haarewaschen beherrschen und ihre Reihenfolge einhalten: Haare nass machen, mit Shampoo einseifen, abwaschen, abtrocknen, kämmen, föhnen - Sich die Haare schneiden lassen: Friseur aufsuchen - Sich über Haarmode informieren und eine modische Frisur tragen
<i>Rasur</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Bartwuchs bemerken - Über die Notwendigkeit der Rasur selbst entscheiden - Trocken- und Nassrasur kennen lernen und anwenden - Einen persönlichen Stil ausbilden

1.5 Nagelpflege

	<ul style="list-style-type: none"> - Die Nägel reinigen und pflegen: Nagelbürste, Nagelfeile - Die Nägel schneiden: sich schneiden lassen, selber schneiden
--	---

1.6 Toilette

Einige Schülerinnen und Schüler tragen Windeln. Sie sind auf das Durchführen von Pflegemaßnahmen nach Ausscheidungsvorgängen, während der Monatshygiene oder bei der Toilettenbenutzung angewiesen. Pflege im Intimbereich setzt die Achtung vor der Würde des Menschen und ein vertrautes Verhältnis voraus. Der Schüler oder die Schülerin sollte - soweit möglich - immer aktiv am Pflegevorgang mitwirken. Um zu gewährleisten, dass Pflege regelmäßig statt findet, sind innerhalb des Schultages feste Zeiten dafür einzuplanen. Die Gleichartigkeit des Handlungsablaufs während der Pflege erleichtert es Schülerinnen und Schülern, sich an die komplexe Situation zu gewöhnen, sie zu verinnerlichen und einzelne Schritte zu antizipieren. Dadurch gewinnen sie innere Sicherheit.

Das Protokollieren der Toilettengänge dient dazu, eine geeignete Zeiteinteilung zu finden. Es ermöglicht zusätzliche Informationen über die Befindlichkeit der Schülerinnen und Schüler.

Beim Sitzen auf dem Toilettenstuhl oder auf der Toilette ist ein stabiler bequemer Halt nötig. Eventuell müssen die Sitzflächen gepolstert oder spezielle Aufsätze verwendet werden.

Enge Zusammenarbeit und täglicher Informationsaustausch mit den Eltern und Erziehungsberechtigten ist in bestimmten Situationen erforderlich.

<i>Ausscheidungsvorgänge</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Blasen- und Darmentleerung zunehmend selbst steuern: sich an festgelegte Zeiten gewöhnen, individuelle Zeiten finden - Über fest vereinbarte verbale oder nonverbale Signale das Bedürfnis anzeigen - Emotionale Befindlichkeit während der Menstruation wahrnehmen und zum Ausdruck bringen - Monatshygiene durchführen: benötigte Utensilien kennen, Sauberkeit und Reinlichkeit beachten
<i>Toilette / Toilettenstuhl</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Toilettenräume kennen - Unterschiedliche Toilettenvorrichtungen benutzen: Toilette, Toilettenstuhl, Topf - Die Toilette mit und ohne Hilfsmittel benutzen: Haltevorrichtungen, besondere Stühle, Urinflaschen - Ausscheidung willkürlich vornehmen - Toilettenpapier verwenden: angemessene Menge von der Rolle ziehen, sich selbst säubern - Gleich bleibende Handlungsabläufe einüben: sich auskleiden, sich auf die Toilette setzen, spülen, Toilette sauber halten, ankleiden, Hände waschen

	- Bereitschaft für die Benutzung fremder Toilettenräume entwickeln
Öffentliche Toiletten	- Toilettenpiktogramme kennen - Die Toilette finden: Richtungshinweise nutzen, Ort erfragen - Verschiedene Bedienungsvorrichtungen beherrschen

2. Ernährung

Essen und Trinken sind nicht nur lebensnotwendige Tätigkeiten, sondern gelten für viele Menschen als schöne, lustvolle und kommunikative Handlungen. Die Schülerinnen und Schüler erfahren im Rahmen von wiederkehrenden Essenssituationen, wie Pause, Mittagessen oder Geburtstagsfeier, das Essen und Trinken als ganzheitliches, soziales Geschehen. Sie sammeln für die Gestaltung solcher Situationen zu Hause und für die Zukunft wertvolle Erfahrungen.

Bei einigen Schülerinnen und Schülern nimmt das Essengeben und -aufnehmen so viel Zeit und Geduld in Anspruch, dass es zu einem zentralen Moment in ihrem Tagesablauf werden kann. Essenssituationen haben für diesen Personenkreis elementare Erlebnisqualität und bedürfen sorgfältiger Planung. Es verbietet sich, Schülerinnen und Schüler - wie oft bezeichnet - zu „füttern“, vielmehr muss ihnen die Möglichkeit gegeben werden, die Essenssituation aktiv mitzugestalten. Die Speisen sollten stets in einer ästhetisch ansprechenden Art und Weise gereicht werden:

- angenehme Atmosphäre
- kein Zeitdruck
- auf die Situation durch individuelle Ansprache vorbereiten
- Speisen getrennt pürieren und getrennt anbieten
- in Bezug auf Konsistenz, Geschmack, Temperatur unterschiedliche Speisen servieren

Abspraken mit den Eltern und Erziehungsberechtigten bezüglich besonderer Gewohnheiten beim Essen und Trinken sowie die Führung von differenzierten Essensprotokollen können die Essenssituationen unterstützen.

Weiterführende Inhalte finden sich im Lernbereich Hauswirtschaft.

2.1 Gestaltung der Essenssituation

- Die Esssituation wiedererkennen: Speiseraum, Sitzordnung, Geräuschkulisse
- Einen festen Essplatz haben: Platzdeckchen, Namensschild
- Die Essposition einnehmen: im Sitzen, auf dem Schoß, im Spezialstuhl
- Auf das Essen vorbereitet werden: Latz oder Schürze, Servietten, Geschirr
- Nahrung von unterschiedlicher Konsistenz zu sich nehmen: passiert, zerkleinert, in Stücken

2.2 Feste Nahrung

Beim Essen sollten andere Gerüche wie Duftlampen oder Windelgeruch im Raum vermieden werden, da sie zu sehr von der Signalwirkung des Eigengeruchs der Speise ablenken können. Blickkontakt zu den Gerichten sollte unbedingt gegeben sein. Durch sorgfältige Auswahl und gezielten Einsatz von bestimmten Lebensmitteln werden etwa das Schlucken (Pudding), das Zerdrücken mit der Zunge am Gaumen (Kekse) oder das Kauen (Wurststreifen) angeregt. Verschiedene Nahrungskonsistenzen vermitteln verschiedene sensorische Eindrücke, fördern die Wahrnehmungsfähigkeit und sollten im Wechsel angeboten werden.

Es ist ratsam, im Rahmen von Fortbildungsmaßnahmen eine Fachkraft hinzuziehen, die Hilfestellungen für das Erlernen von Kau- und Schluckbewegungen gibt. Um das Schlucktraining zu kontrollieren, kann ein Schluckprotokoll erstellt werden, in das die Art und Menge der eingenommenen Nahrung sowie die Häufigkeit des Verschluckens bei verschiedenen Konsistenzen eingetragen werden. Hilfen für den Fall des Verschluckens sollten bekannt sein. Vorlieben der Schülerinnen und Schüler für bestimmte Nahrungsmittel finden Berücksichtigung. Im Sinne einer Erweiterung werden neue Speisen und Getränke kontinuierlich angeboten. Bei Sondenernährung ist ein medizinischer Fachdienst einzubeziehen.

Personen, die Essen und Trinken geben, sollten selbst erfahren haben, mit welchen Empfindungen die Verabreichung von Nahrung durch fremde Personen verbunden ist.

Ein großes Angebot an Esshilfen erleichtert Schülerinnen und Schülern die selbstständige Nahrungsaufnahme:

- für die Zerkleinerung von Nahrungsmitteln: Mixer, Püriergeräte; Speise mit Gabel klein drücken
- Geschirr: Wärmteller, Teller mit hochgezogenem Rand zum Abstreifen, Teller mit Saugnäpfen

- Besteck: flache Löffel mit abgerundetem Rand aus bissfestem Kunststoff, gebogene Rechts- und Linkshänderlöffel, Griffverdickungen aus Schaumstoff, Halterungen mit Klettverschluss, Unterarm-Handschiene mit angebrachtem Löffel, Messergabel

<i>Essen über Sonde</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Nahrung mit medizinisch-technischen Hilfsmitteln zu sich nehmen: Magen-, Nasensonde - Die Lagekontrolle der Sonde vor jeder Mahlzeit zulassen - Nach dem Sondieren Mundpflege annehmen: mit Tee getränktem Watteträger
<i>Essen mit Hilfe</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Das Empfinden von Hunger anzeigen - Sich individuell vorbereitete Nahrung geben lassen: passiert, zerkleinert, in Stücken - Sich an individuell angepasstes Essbesteck gewöhnen
<i>Essen mit den Händen</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Geführte Bewegungen unterstützen - Nahrungsmittel greifen und zum Mund führen - Nahrungsstückchen vom Teller nehmen und essen: Brotstückchen, Apfelschnitze - Speisen festhalten und abbeißen: Breze, Banane - Hand-Mund-Koordination automatisieren
<i>Essen mit Löffel und Gabel</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Löffel und Gabel halten - Löffel und Gabel mit zerkleinerten Nahrungsstücken füllen und zum Mund führen - Zerkleinerte Nahrungsstücke mit der Gabel anspießen - Speisen mit dem Mund von Löffel und Gabel abstreifen - Löffel und Gabel nach jedem Bissen auf den Teller zurück legen
<i>Essen mit Gabel und Messer</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Sich ein Brot vorbereiten: mit dem Messer Brotaufstrich nehmen, Aufstrich auf Brot verteilen - Speisen mit Messer und Gabel essen: Speisen mit der Gabel anspießen, mit dem Messer zu mundgerechten Bissen schneiden, mit dem Messer auf die Gabel schieben - Geeignete Hilfsmittel verwenden: Greifhilfen, ergonomisch ausgeformtes Essbesteck, Tellerranderhöhung

2.3 Getränke

Manche Schülerinnen und Schüler beherrschen grundlegende Funktionen für das Trinken wie Mund- bzw. Lippenschluss oder bestimmte Zungen- und Kieferbewegungen nicht. Im Rahmen logopädischer Therapiekonzepte sollen Kau- sowie Trink- und Schlucktraining (myofunktionelle Therapie) durchgeführt werden.

Kinder und Jugendliche mit starkem Speichelfluss verlieren sehr viel Flüssigkeit. Deshalb ist auf genügend Flüssigkeitszufuhr zu achten.

Als Trinkhilfen dienen: Pipette, Schwämmchen mit Griff, Babyflasche mit Schnuller, Strohhalm, ausgeschnittene Plastikbecher mit leicht gebogenem Rand

<i>Trinken mit Hilfe</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Das Empfinden von Durst anzeigen - Flüssigkeit aufnehmen: tröpfchenweise vom Watteträger; mit Hilfe von Pipette, Spritze, Schwamm, Löffel; Trinkgefäße - Flüssigkeit durch Saugen aufnehmen: Trinkhalm - Flüssigkeiten ohne Verschlucken zu sich nehmen: durch Verdicken, in abgemessenen Menge
<i>Selbstständiges Trinken</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Aus angepassten oder gebräuchlichen Gefäßen trinken: mit beiden Händen, mit einer Hand festhalten - Gefäß zum Mund führen, ohne etwas zu verschütten: Gefäß an die Unterlippe ansetzen, kippen, Mund schließen, schlucken und Gefäß wieder absetzen - Aus unterschiedlichen Gefäßen trinken: Flasche, Tetrapack mit Strohhalm, Dose - Flaschen öffnen: Schraubverschluss, Kronkorken, Korken - Flüssigkeiten aus Flasche in Glas umfüllen

2.4 Essen und Trinken als soziales Geschehen

Gemeinsames Essen und Trinken in der Schule, im Elternhaus, im Internat oder in der Gaststätte bedeutet immer auch soziales Geschehen. Darüber hinaus ergeben sich verschiedene besondere Anlässe, um Mahlzeiten gemeinsam einzunehmen, etwa Geburtstag, familiäre Feste, Weihnachtsfeier. Über die reine Bedürfnisbefriedigung hinaus ermöglichen solche Situationen, mit anderen Personen in Kontakt zu treten und zu kommunizieren.

<i>Essgewohnheiten</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Gemeinsam den Tisch decken: Tischdekoration auswählen - Tischsitten und Essmanieren beachten: Sitzhaltung, Geräuschpegel, Kaugang; angemessen portionieren, gemeinsam mit dem Essen beginnen, in angemessenem Tempo essen, Servietten verwenden, Vorlegebesteck benutzen - Die Zuwendung der Essen gebenden Person spüren - Sich beim Essen unterhalten - Tisch abräumen und abwischen - Besondere Ereignisse gemeinsam vorbereiten: Geburtstagsfeier, Feste, Abschlussfeier
<i>Ernährungsgewohnheiten</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Geschmacksrichtungen unterscheiden - Eigene Vorlieben entwickeln - Religiöse Vorgaben berücksichtigen - Ernährungsgewohnheiten ausweiten: vegetarisch, mit Fleisch - Sich gesund ernähren: ausgewogene Ernährung, Diäten - Ausreichend trinken - Gefährdungen und Gefahren von Nahrungs- und Genussmitteln kennen und möglichst meiden: Süßigkeiten, Alkohol
<i>Essen in der Öffentlichkeit</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Im Freien picknicken - Verschiedene gastronomische Einrichtungen kennen lernen: Restaurant, Eisdielen, Stehimbiss - Eine Speisekarte benutzen: lesen, auswählen, bestellen - Sich in gastronomischen Einrichtungen situationsgerecht verhalten: angemessen bestellen, essen und bezahlen - Sich zu einem gemeinsamen Essen verabreden

3. Kleidung

Manche Schülerinnen und Schüler können auf Grund ihrer Beeinträchtigung das selbstständige An- und Auskleiden nicht erlernen. Für sie steht das Erleben der unterschiedlichen Qualität von Kleidung im Vordergrund. Beim Üben des An- und Auskleidens ist immer darauf zu achten, dass Bewegungen nicht vom Standpunkt der Lehrerinnen und Lehrer ausgeführt werden, sondern dass Bewegungsvollzüge so eingeführt werden, wie sie Schülerinnen und Schüler selbst ausführen würden: Beim Ausziehen eines Pullovers fasst man von innen den Arm der Schülerin oder des Schülers und zieht diesen aus dem Ärmel.

Situationen, in denen An- und Ausziehen stattfinden, müssen den Schülerinnen und Schülern angekündigt werden, damit sie sich darauf einstellen können. Das An- und Auskleiden bietet Anknüpfungspunkte für individuelle Kontaktaufnahme.

3.1 An- und auskleiden

<i>Unterschiedliche Textilien</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Vielsinnige Erfahrungen sammeln: feine Seide, weiche Baumwolle, glattes Leder - Vorlieben für bestimmte Stoffe entwickeln und anzeigen
<i>Voraussetzungen</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Taktile Überempfindlichkeit überwinden - Abwehrhaltung verringern: mithelfen dürfen, sich angenehme Textilien anziehen lassen - Das Aus- und Anziehen erleichtern: sich zeitweise ruhig verhalten, Körper locker halten, Führung der Arme und Beine zulassen
<i>Auskleiden</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Körperteile auf Ansprache und nach Berührung entsprechend bewegen - Ein Kleidungsstück ausziehen: mit Hilfe, teilweise selbstständig, völlig selbstständig - Das Kleidungsstück an vorgesehenem Platz ablegen

<i>Anziehen</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Die eigenen Kleidungsstücke erkennen - Ein Kleidungsstück anziehen: mit Hilfe, teilweise selbstständig, völlig selbstständig - Sich räumlich orientieren: rechts - links, vorne - hinten, oben - unten, innen - außen am Kleidungsstück kennen - Unterscheidungen vornehmen: Unterwäsche, Oberbekleidung, Schuhe - Kleidungsstücke sachgerecht anziehen: in die Hose schlüpfen, Pullover überziehen - Anziehhilfen verwenden: Fußheber, Schuhanzieher, Schuhbänder, Strumpfanzieher
<i>Verschlüsse</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Verschiedene Verschlüsse kennen lernen: Reißverschluss, Knöpfe, Druckknöpfe, Klettverschluss, Kordel - Zuordnungen erkennen: Knopfloch - Knopf, Haken - Öse - Umgang mit Verschlüssen üben: Montessori-Rahmen - Hilfe holen oder selbst Verschlüsse bedienen: mit Knöpfgerät, Reißverschlusszug, Reißverschlusshilfe - Offene Verschlüsse bemerken - Die Zweckmäßigkeit von Verschlüssen erkennen
<i>Selbstständiges An- und Auskleiden</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Kleidung wechseln: aus hygienischen oder gesundheitlichen Gründen - Kleidung passend zusammenstellen - Sich situationsentsprechend an- und ausziehen - Auf passgerechten Sitz der Kleidung achten

3.2 Auswahl der Kleidung

	<ul style="list-style-type: none"> - Vorliebe und Abneigung für bestimmte Kleidungsstücke entwickeln und äußern: Farben, Stoffe; mimisch, gestisch, sprachlich - Kleidung den eigenen Bedürfnissen entsprechend auswählen: Bequemlichkeit, Schick - Bezeichnung und Funktion von Kleidungsstücken kennen: Unterbekleidung, Oberbekleidung, Schuhe, Accessoires - Eigene und fremde Kleidungsstücke unterscheiden: nicht passende Schuhe anprobieren - Kleidung für bestimmte Witterung, für verschiedene Tätigkeiten und Anlässe kennen: Sommer-, Winter-, Sport-, Arbeits-, Nachtkleidung - Sich zu bestimmten Feiern entsprechend kleiden: Festkleidung, Verkleidung im Fasching - Kleidung beim Einkaufen auswählen: auf Konfektionsgröße, Preis, Qualität achten; Farbkombinationen berücksichtigen, Markenartikeln mit No-Name-Artikeln vergleichen - Modische Trends kennen und nach eigenem Geschmack berücksichtigen: Schaufensterbummel, Bekleidungsgeschäfte besuchen, Modezeitschriften betrachten - Modisches Zubehör kennen, benutzen und die entsprechende Wirkung erleben: Schmuck, Haarschmuck, Taschen, Tücher, Mützen
--	--

3.3 Kleiderpflege

Weitere Lerninhalte finden sich im Lernbereich Hauswirtschaft.

	<ul style="list-style-type: none"> - Kleidung aufräumen: im Schrank, in der Schublade, an der Garderobe aufbewahren; zusammenlegen, in den Wäschekorb legen - Kleidung säubern: waschen, ausbürsten, lüften, reinigen lassen - Für das Ausbessern beschädigter Kleidung sorgen - Schuhe pflegen: mit Spray, mit Schuhcreme - Nicht mehr getragene Kleidung abgeben: Altkleidersammlung, Second-Hand
--	--

4. Umgang mit Geräten

Für Schülerinnen und Schüler stehen jene technischen Geräte im Mittelpunkt des Unterrichts, die für ihre gegenwärtige und zukünftige Lebensbewältigung von Bedeutung sind.

In Unterricht und Schulleben werden wesentliche Gefahrenmomente thematisiert. Die Schülerinnen und Schüler erkennen Gefahren, ohne übertriebene Ängstlichkeit zu entwickeln. Sie beachten wichtige Sicherheitsaspekte in schulischen und außerschulischen Lebenssituationen.

4.1 Grundfertigkeiten

<i>Verschiedene Geräte</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Verschiedene Geräte für bestimmte Alltagssituationen einsetzen: Lichtquellen, Wärmequellen, Haushaltsgeräte, Werkgeräte, Messgeräte; Geräte zur Körperpflege, zur Unterhaltung, für die Kommunikation - Nutzen der Technik erfahren: Zeitersparnis, Kräfteschonen, Kommunikationshilfe - Unterschiedliche Mechanismen kennen und bedienen: verschiedene Schalter, Tasten, Wasserhähne, Toilettenspülung - Erkennen, ob ein Gerät ein- oder ausgeschaltet ist - Die Bedienung eines Gerätes erlernen: durch Beobachtung und Nachahmung, mit Hilfe von Bedienungsanleitungen
<i>Verschlüsse</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Verschlüsse mit Drehbewegungen öffnen: Türknoopf, Flaschenverschluss - Verschlüsse mit Kippbewegung öffnen: Fenstergriff, Klinken - Verschlüsse einhändig oder beidhändig öffnen: verschiedene Wasserhähne
<i>Befestigungen und Verbindungen</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Verschiedene Möglichkeiten zur Befestigung erproben: Stecknadel, Reißzwecke, Tesafilm - Verschiedene Möglichkeiten zur Verbindung erproben: nageln, schrauben, kleben, stecken, dübeln - Verschiedene Gegenstände sachgerecht befestigen: ein Bild aufhängen - Verschiedene Gegenstände sachgerecht verbinden: zwei Holzlatten zusammennageln

4.2 Gefahren und Sicherheitsvorkehrungen

Die Schülerinnen und Schüler lernen, Gefahrensituationen zu erkennen und diese zu vermeiden. Sie gewöhnen sich daran, Sicherheitszeichen und Unfallvorschriften zu beachten. Diese Vorschriften begreifen sie beim Kennenlernen und Bedienen der einzelnen Geräte.

<i>Sicherheitsvorkehrungen</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Gerätebeschreibung beachten - Schutzkleidung tragen: Handschuhe, Brille, Sicherheitsschuhe - Gefahrenzeichen und Maschinenschutzvorrichtungen beachten - Verbote und Hinweise kennen und beachten: Rauchverbot, Hochspannung, Feuer-, Vergiftungs- und Explosionsgefahr
<i>Gefahrenquelle Elektrizität</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Wirkung von Strom kennen lernen: Lichtwirkung, chemische Wirkung, magnetische Wirkung - Kabel und Stecker richtig verbinden und elektrische Geräte sachgerecht bedienen - Vorsichtsmaßnahmen kennen: nicht in Steckdosen greifen, Notausschalter bedienen, mit elektrischen Geräten nicht in Nassräumen hantieren - Mit Batterien umgehen: richtig einlegen, Spannungsvorschrift beachten, defekte Batterien entsorgen - Defekte Geräte erkennen und vom Fachmann reparieren lassen: beschädigte Kabel und Stecker - Bei Gewitter für die eigene Sicherheit sorgen: Stromversorgung ausschalten
<i>Gefahrenquelle Gas</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Eigenschaften von Gas kennen: leicht entzündbar, fauliger Geruch - Einen Gasofen sachgerecht bedienen

	<ul style="list-style-type: none"> - Sich der Gefahren im Umgang mit Gas bewusst sein und vorbeugen: bei entströmendem Gas kein Feuer entzünden, defekte Gasleitung melden
<i>Gefahrenquelle Benzin</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Eigenschaften von Benzin kennen: flüssig, leicht entzündbar - Beim Umgang mit Benzin kein Feuer machen
<i>Gefahrenquelle Feuer</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Eigenschaften von Feuer kennen: heiß, sich schnell ausbreitend - Mögliche Brandquellen kennen: Feuerzeug, Zündhölzer, Kerze, offener Kamin, nicht abgeschalteter Küchenherd

4.3 Wartung

Die Schülerinnen und Schüler erfahren beim Umgang mit technischen Geräten in Unterricht und Schulleben, dass diese gewartet und gepflegt werden müssen.

	<ul style="list-style-type: none"> - Mit Geräten sorgsam und sachgerecht umgehen - Technische Geräte vorschriftsmäßig reinigen, säubern, pflegen, ölen: Verbindung zum Stromkreis unterbrechen - Einzelteile von Geräten austauschen: Sicherungen, Batterien, Filter - Fachgeschäfte kennen, die technische Geräte reparieren, und Schäden dort beheben lassen
--	--

5. Wohnung

Wohnen erfordert komplexe Handlungsabläufe. Diese werden in Wohnräumen geübt, die im Rahmen von Schule, Tagesstätte oder Internat zur Verfügung stehen. Schullandheimaufenthalte in Selbstversorgerhäusern und Übernachtungen im Schulhaus sind Vorhaben, die zu selbstständigem Wohnen hinführen. Das Klassenzimmer ist für die Vorbereitung auf möglichst selbstständiges Wohnen ungeeignet, da dort spezifische Funktionsräume fehlen.

Weitere Lerninhalte finden sich im Lernbereich Hauswirtschaft.

5.1 Wohnräume

<i>Verschiedene Wohnbereiche</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Die eigene Wohnsituation vorstellen: erzählen, malen, Fotos zeigen - Die Wohnsituation von Mitschülerinnen und Mitschülern kennen lernen: beim Besuch Zuhause, in der Internatswohnung - Wohnung als Ort für unterschiedliche Handlungsweisen kennen: Kochen, Essen, Schlafen, Erholen, Feiern - Funktion von Wohnräumen und die dazu gehörigen Einrichtungsgegenstände kennen: Schlafzimmer - Bett, Küche - Kühlschrank - Grundausstattung kennen: Türen, Fenster, Schalter, Schlösser, Heizung, Wasser, Licht
<i>Gestaltung</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Eigene Wünsche äußern und umsetzen - Verschiedene Räume einrichten und gestalten: in einem Puppenhaus, in der Lehrwohnung - Möbel zweckmäßig anordnen: in der Realität, am Modell - Raumwirkung durch Umräumen und Farbgestaltung erleben - Gestalterische Mittel einsetzen: Pflanzen, Bilder - Einrichtungsgegenstände auswählen: Möbelhäuser besuchen, Kataloge benutzen - Eigene Wohnvorstellungen entwickeln: Ideenbuch für künftiges selbstständiges Wohnen erstellen
<i>Instandhaltung</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Notwendigkeit und Zeitpunkt des Aufräumens erkennen - Regelmäßig reinigen: Staub saugen, kehren, putzen, abwischen, spülen und abtrocknen - Müll entsorgen - Notwendige Reparaturen erkennen, durchführen oder veranlassen

5.2 Wohnmöglichkeiten

Weitere Lerninhalte finden sich im Lernbereich Heimat.

- Verschiedene Formen des Zusammenlebens erfahren und kennen: mit Eltern oder Verwandten, mit Gleichaltrigen
- In Nachbarschaft leben
- Verschiedene Wohnmöglichkeiten kennen lernen: Einfamilien-, Mehrfamilien-, Hochhaus; Eigenheim, Mietsituation; im Internat Einzelzimmer, Mehrbettzimmer
- Regeln des Zusammenwohnens kennen lernen: Hausordnung
- Über die Finanzierung einer Wohnung Bescheid wissen: Miete, Instandhaltungskosten, Finanzierungshilfen
- Die eigene Adresse mitteilen: Anschrift, Telefonnummer bei sich tragen, selber benennen; Visitenkarte

6. Einkauf

6.1 Teilnahme am Einkauf

Weitere Lerninhalte finden sich im Lernbereich Heimat.

- Verschiedene Wege zum Einkauf erleben: im Rollstuhl gefahren werden, einen Teil der Wegstrecke selbst bewältigen
- Markante Erscheinungen auf dem Weg wiedererkennen
- Beim Einkauf vielsinnige Erfahrungen machen: fremde Geräusche, grelle Beleuchtung, viele Menschen, große Produktauswahl
- Lieblingsdinge wiedererkennen und auswählen
- Beim Einkaufen mithelfen: Wagen schieben, Waren suchen, im Laden nach Dingen fragen, Obst auf die Waage legen, Waren auf das Kassenband legen, die Tasche tragen
- Sich angemessen verhalten: nicht essen, Dinge nicht unnötig anfassen, Ware mit Vorsicht behandeln

6.2 Selbstständiges Einkaufen

Planen

- Verschiedene Einkaufsmöglichkeiten kennen: Fachgeschäfte, Kaufhäuser, Märkte; mit Bedienung, mit Selbstbedienung
- Einkaufszettel erstellen: mit Bildern, Symbolen; in schriftlicher Form
- Eigene finanzielle Möglichkeiten realistisch einschätzen: Ausgaben abschätzen und entsprechende Geldmenge mitnehmen
- Transport des Gekauften bedenken

Einkaufen

- Unterschiedliche Wege zum Geschäft bewältigen
- Verschiedene Ein- und Zugänge nutzen: Eingangstüren, Fahrstuhl, Rolltreppe
- Sich im Geschäft orientieren: Etagen, Abteilungen, Kassenbereich; Ware von Dekoration unterscheiden, gewünschte Ware finden
- Preisschild erkennen und lesen
- Auswahlkriterien anwenden: Preis, Qualität, Preis-Leistungsverhältnis, Sonderangebote
- Werbung erkennen und mit der Wirkung kritisch umgehen
- Ware bezahlen: Überzahlungsmethode, mit abgezähltem Geld, mit Karte

Zahlungsverkehr

- Unterschiedliche Banken und Sparkassen kennen
- Umgangsformen am Schalter kennen: Abstand halten
- Mit Einverständnis der Sorgeberechtigten Geldgeschäfte tätigen: Girokonto anlegen und führen
- Kontokarte und Eurocard sicher aufbewahren: PIN-Nummer kennen und getrennt von der Karte aufbewahren

- Technische Servicegeräte nutzen: Geldautomat, Auszugsdrucker

7. Eigene Sicherheit

Für manche Schülerinnen und Schüler ist die Einnahme von Medikamenten oder die Inanspruchnahme therapeutischer Hilfsmittel zeitweise oder lebenslang notwendig. Wenn Medikamente gesundheits- oder sogar lebenserhaltende Funktionen übernehmen, müssen Tagesablauf und Lebenssituationen darauf abgestimmt werden. Medikamentenverabreichung kann etwa bei Diabetes oder Anfallsleiden während der Unterrichtszeiten erforderlich werden.

Um optimale Versorgung mit Hilfsmitteln und Geräten zu ermöglichen, ist die Zusammenarbeit mit therapeutischen und medizinischen Fachdiensten von großer Wichtigkeit.

Menschen mit Beeinträchtigungen sind in der Regel auf die Hilfe anderer angewiesen und somit von anderen abhängig. Gerade weil andere in bestimmten Situationen für sie entscheiden müssen, ist die Fähigkeit, abzulehnen oder zu widersprechen, nicht immer in ausreichender Weise entwickelt. Die Schülerinnen und Schüler müssen lernen, sich in emotional bedrohlichen Situationen zu wehren und Hilfe zu suchen.

<i>Selbstschutz</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Auf physische Bedürfnisse gestisch, mimisch oder verbal aufmerksam machen: Hunger, Durst, Notdurft, Unwohlsein, Unbehagen, Schmerzen - Verbote und Aufforderungen beachten: bei „Nein“ oder „Stopp“ entsprechend reagieren - Psychische Notlage wahrnehmen und ausdrücken: Angst, Unsicherheit - Unangemessene Eingriffe in körperliche Sphäre und Intimbereich abwehren: sich in Sicherheit bringen, sich gegen den Willen anderer durchsetzen - Gefährliche Situationen abschätzen und sich selbst schützend verhalten: im Umgang mit Tieren, Gegenständen, Nahrungsmitteln, im Straßenverkehr - Zeichen und Signale für Gefährdungen beachten: Kennzeichnung von Putzmitteln - Hilfe erbitten: nach dem Weg fragen, sich nicht blindlings jedem Fremden anvertrauen, zu Hause anrufen
<i>Gesundheit und medizinische Versorgung</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Veränderungen körperlicher Vorgänge bemerken und reagieren: bei Bauchweh den Arzt aufsuchen - Einrichtungen der Gesundheitsfürsorge kennen und nutzen - Auf gesunde Ernährung achten - Sich auf benötigte Medikamentengabe einstellen: Dosierung, Regelmäßigkeit - Befindlichkeiten vor, während oder nach der Medikamentenverabreichung mitteilen: Nebenwirkungen - Schmerzen ausdrücken und auch aushalten: Entspannungsübungen, Kompensation durch Musik, Malen - Therapeutische Hilfsmittel individuell anwenden und pfleglich behandeln: Gehhilfen, Rollstuhl - Verordnete Therapien wahrnehmen - Regelmäßige Vor- und Nachsorgeuntersuchungen durchführen: Zahnarzt, Allgemeinarzt - Notwendigkeit von körperlichen Eingriffen einsehen und annehmen: Arzt schaut in den Mund, Zahnärztin bohrt, Physiotherapeut bewegt die Glieder.
<i>Notfälle</i>	<ul style="list-style-type: none"> - Bei Verletzungen situationsgerecht reagieren: Erste-Hilfe-Maßnahmen, Arzt aufsuchen, Notruf absetzen - Alarmsignale und Hilferufe nicht missbrauchen: Feuermelder, Hilferufe im Freibad - In Notfällen die Polizei oder Feuerwehr verständigen: Notrufnummer auswendig wissen