

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule  
Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 48 (1991)

**Heft:** 9

**Artikel:** Blind - und doch mobil

**Autor:** Mutti, Hans-Ulrich

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-992920>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Blind – und doch mobil

Hans-Ulrich Mutti, J+S-Fachleiter OL  
Fotos: Daniel Käsermann

*Der Kontakt ist rein zufällig zustande gekommen: Eine Ausstellung von Schulkarten im J+S-Pavillon an der BEA 1990 hat Fritz Hohn, Lehrer für Orientierung und Mobilität (O+M) an der Schule für blinde und sehbehinderte Kinder und Jugendliche in Zollikofen bewogen, mit Hans Ulrich Mutti, J+S-Fachleiter Orientierungslauf (OL) Kontakt zu suchen. In mehreren Gesprächen sind beide auf Gemeinsamkeiten in ihren Spezialgebieten gestossen. Darauf soll im folgenden auch hingewiesen werden. Viel mehr geht es aber darum, wenigstens ansatzweise und punktuell zu zeigen, mit welcher grossen Anstrengungen Sehgeschädigte versuchen, ihr Handicap teilweise wettzumachen.*

Doch, es gibt sie wirklich, die Gemeinsamkeiten zwischen O+M und OL, auch wenn das im ersten Moment sehr unwahrscheinlich erscheint und als ein Verniedlichen der Behinderung von Blinden und Sehbehinderten empfunden werden könnte. Aber geht es nicht in beiden Fällen um das Erfahren und Erleben des Raumes, um das Definieren und Finden von Routen und Wegen, um das Schulen von Richtungs- und Distanzgefühl? Und steht nicht bei allem Unterricht in O+M und OL letztlich ein Ziel fest, nämlich die Förderung von Selbstständigkeit, Sicherheit und Selbstvertrauen der dem Lehrer und Leiter anvertrauten Kinder und Jugendlichen?

Stark vereinfacht, können die Ausbildungsziele in O+M und im OL wie folgt gegenübergestellt werden:

Das Unterrichtsfach «Orientierung und Mobilität» (O+M)

- soll zielgerichtete Bewegungen im Raum ermöglichen und damit
- den Lebensraum erweitern helfen. Dabei können
- Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl verbessert werden. O+M ist
- *Leistungssport im Alltag*, ist eine stets neue Herausforderung und für das Überleben der Sehgeschädigten lebenswichtig.

Im Orientierungslauf (OL)

- geht es darum, Posten auf freigeählter Route in möglichst kurzer Zeit zu finden. Dabei können nebst der physischen Kondition
- Selbstständigkeit, Entscheidungsfreude und Willensstärke gefördert werden. OL ist
- *Leistungssport in der Freizeit*, und er bringt Abwechslung und Herausforderung in das Erleben der Menschen.

## Die Sache mit den Begriffen und ihren Inhalten

«Stell dir einen Baum vor!» Es macht mir überhaupt keine Mühe, vor meinem inneren Auge je nach Stimmung eine mächtige alte Eiche, eine schlanke Birke im morgendlichen Gegenlicht, eine knorrige und von ungezählten Stürmen zerzauste Arve auftauchen zu lassen.

Nicht so einfach zu lösen ist diese Vorstellungsaufgabe für den, der nie einen Baum – gleich welcher Art – gesehen hat. Und genau damit beginnen die Schwierigkeiten und die ersten Bemühungen im Unterricht besonders mit Geburtsblinden: Der Aufforderung «Stell dir vor...!» kann nur nachkommen, wer über eine Sammlung von Bildern und Begriffen verfügt. Und vorhanden ist diese Sammlung nur dann, wenn sie in geduldiger Kleinarbeit Stück um Stück zusammengetragen worden ist. Der Blinde muss die Gegenstände im wahrsten Sinne des Wortes begreifen, muss ihre Formen ertasten können und versuchen, die wesentlichsten Merkmale auf diese Art zu erfassen und abrufbereit zu behalten. Ausserordentlich sind die Ansprüche an den taktilen Sinn, an die Merkfähigkeit, die Geduld der Schü-



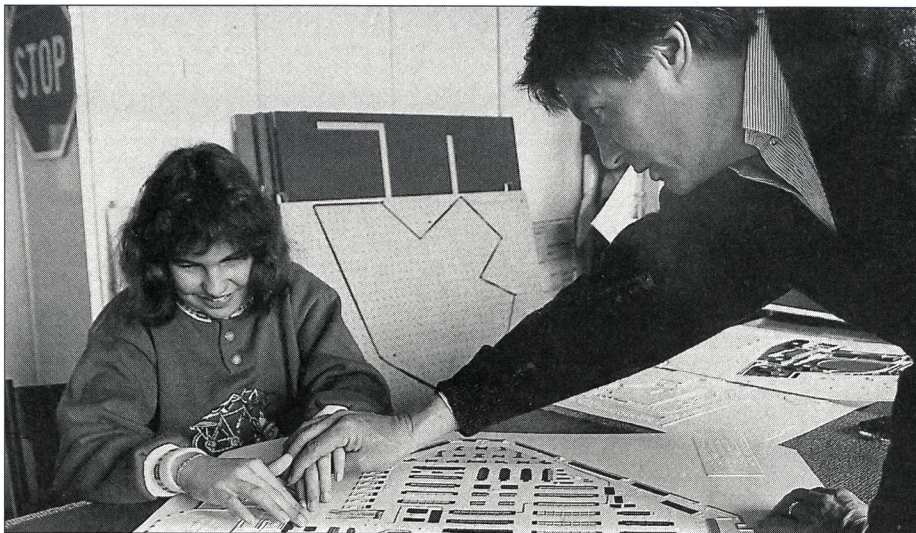
ler und an die Phantasie der Lehrer. Und sie sind es auch dann, wenn von viel einfacheren Gegenständen, als es Eichen und Arven sind, eine realitätsnahe Vorstellung aufgebaut werden soll.

Der Anfänger im Orientierungslauf wird in die Karte eingeführt. Er lernt die wichtigsten Begriffe und Kartensignaturen kennen, bewegt sich mit dem Leiter zuerst auf Wegen und Strassen, dann in zunehmendem Masse auch quer durch den Wald. In vielen Einzelschritten lernt er, vom Gelände in der Vorstellung ein Kartenbild zu entwerfen und dieses mit der Karte zu vergleichen. Oder er entwickelt im Kopf aufgrund der Karteninformation ein Geländemodell und vergleicht dieses mit der Umgebung.

Diesen Vorgang bezeichnen wir als Kartenlesen.

Der blinde und stark sehbehinderte Schüler erwirbt sich im Unterricht für Orientierung und Mobilität Begriffe, versteht sie nach und nach mit Inhalten und verbindet sie mit Vorstellungen. Jedes Detail, jede geometrische Form muss erarbeitet werden. Ein Trottoir ist für den Sehenden schlicht und einfach ein Trottoir. Punkt. Für den Sehbehinderten sind viele weitere Anhaltspunkte wichtig: Erhöht gegen die Strasse? Mit oder ohne Randstein? Mit oder ohne Abgrenzungssteine bei Parkplätzeinfahrten? Abtiefungen bei den Kreuzungen? Überhaupt, die Kreuzungen! Welcher Sehende ist sich bewusst, dass es +- und x-Kreuzungen gibt? Die Sehbehinderten wissen es, weil sie die verschiedenen Kreuzungen am Modell erfasst haben.

Und weil dieses Wissen für sie lebenswichtig sein kann.



Einen direkten Nutzen für den täglichen Gebrauch bringt die Arbeit mit dem Relief des nahen Einkaufszentrums.

## Erste Ausbildungsschritte...

«Vom Einfachen zum Komplexen» ist ein bewährtes methodisches Prinzip. Es gilt auch (oder gerade) im Unterricht in Orientierung + Mobilität und im Orientierungslauf. Im Fach O+M könnte «einfach» ersetzt werden durch «erste tastende Erfahrungen in geschützter Umgebung», wobei es zunächst einmal darum geht, einen einfachen *Raum Schritt für Schritt zu erfahren*. Ein Aufbau könnte so aussehen:

- den eigenen Körper, die Stellung und Funktion der Extremitäten kennenlernen;
- das Zimmer mit seiner Einrichtung erforschen;
- durch die Zimmertür den Schritt in den Korridor und in andere Räume wagen;

- über die Treppen höher- und tiefergelegene Etagen erreichen und kennenlernen;
- das Haus möglichst weitgehend als Ganzes erfassen;
- die Umgebung des Hauses, den Garten und den Schulhausplatz entdecken;
- die geschützte Umgebung verlassen und sich auf die Strasse wagen.

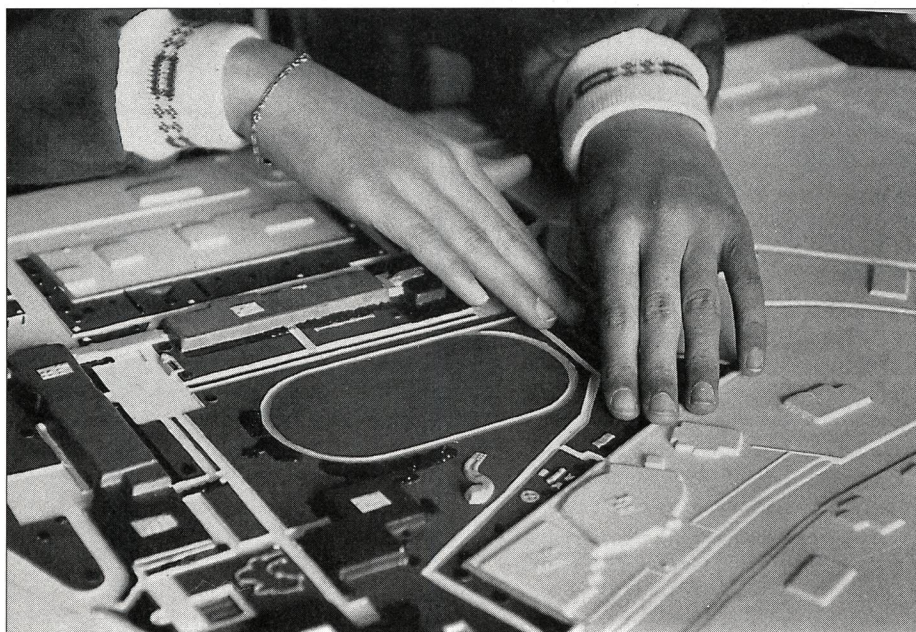
Im OL bedeutet «einfach» unter anderem «überblickbar», und es geht darum, *den Raum mit Hilfe einer Karte zielsicher begehen* zu können. Eine Aufbaureihe könnte die folgenden Stationen aufweisen:

- Grundlegende Kenntnisse im Schulzimmer mit Hilfe eines Zimmerplanes erwerben;
- das Gelernte mit einer Schularealkarte auf dem Schulhausplatz anwenden;
- weiterführende Übungen mit einer Dorfteilkarte in der Umgebung des Schulhauses durchführen;
- den Schritt in den Wald wagen, die OL-Karte brauchen und das Gelernte in der neuen Umgebung anwenden.

In dieser Phase der Ausbildung gilt für den O+M- und den OL-Lehrer die Devise: *Sicherheit vor Schnelligkeit*. Den nächsten Schritt in der Aufbaureihe zu tun, ist erst dann zu verantworten, wenn der vorangegangene verdaut worden ist, wenn sich der Schüler sicher fühlt.

## ...und dann üben, üben, üben...

Mit zunehmender Ausbildungsdauer kann sowohl im O+M- wie im OL-Unterricht der Schwierigkeitsgrad und damit die Anforderungen an die Schüler erhöht werden. Ein Beispiel: Der O+M-Lehrer setzt seinen Schüler Geräuschen



Wie liegt der Sportplatz im Vergleich zum Schulgebäude? Die Arbeit am Modell, hier an einem Relief der Schulanlage, gibt Antwort auf die Frage und ermöglicht es, eine Vorstellung von der ganzen Anlage aufzubauen.



aus, die ab Tonquelle aus verschiedenen Richtungen auf ihn eindringen und die er auseinanderhalten muss. Wer eine solche Leistung nachvollziehen und würdigen möchte, der schliesse an einer stark befahrenen Kreuzung für kurze Zeit die Augen (als Fussgänger, wohlverstanden!) und versuche bloss, die wichtigen Geräusche, d.h. diejenigen, die eine Gefahr bedeuten könnten, von den anderen zu trennen. Allein die Vorstellung, jetzt aufgrund dieser Lagebeurteilung eine Strasse überqueren zu müssen, lässt Sehende schaudern und den Hut ziehen vor den hochentwickelten akustischen Fähigkeiten vieler Blinden.

Auch der OL-Lehrer baut in seinen Unterricht zusätzliche Schwierigkeiten ein und lässt seinen fortgeschrittenen Schüler beispielsweise mit einer Spezialkarte, auf der keine Wege und Strassen eingedruckt sind, den Weg von Posten zu Posten finden. Oder er wechselt den Wald und führt das nächste Training in schwierigerem Gelände durch. Der Läufer soll durch Fordern gefördert werden.

Beide, O+M- und OL-Lehrer, gehen mit zunehmendem Können ihrer Schüler auch räumlich auf Distanz: Der eine schaut aus grösserer Entfernung zu, wie sein Schützling allein eine Strasse überquert, der andere schickt ihn erstmals als Einzelläufer auf die Strecke. Beide lassen ihre Schüler damit einen weiteren Schritt in Richtung Selbständigkeit tun.

## Seinen Weg finden, ...

Darum geht es doch letztlich: Jeder will seinen Weg finden, wörtlich genommen und im übertragenen Sinne verstanden. Der OL-Schüler möchte den Posten, der O+M-Schüler die Post anlaufen. Um dies zu erreichen, müssen beide eine Route auswählen und sie dann auch einhalten können. Der Blinde hat sich die Route anhand von tastbaren Plänen gründlich eingeprägt. Er kennt die möglichen Orientierungsmerkmale, die ihm bestätigen werden, dass er auf dem richtigen Weg ist. Weil ihm der wichtigste Fernsinn, das Sehen, nicht zur Verfügung steht, hat er seine übrigen Wahrnehmungsfähigkeiten in unermüdlichem Einsatz trainiert:

- Er ertastet mit seinem Blindenstock *taktile* Merkmale wie Strassenrand, Randstein, Hindernisse, Zäune und bewegt sich so entlang von Leitlinien von Merkpunkt zu Merkpunkt.
- Er ist fähig, *akustische* Informationen genau zu interpretieren und kann beispielsweise einzig aus dem Wiederhall seiner Schritte erkennen, ob er einem Zaun, einem Haus entlanggeht oder gerade ein parkiertes Auto passiert. Typische Geräusche (Industrie, Kinderlärm, Tramgeräusche) geben ihm wichtige Hinweise in bezug auf seinen Standort.
- Er nimmt *olfaktorische* Hinweise, also Gerüche (Restaurant, Tankstelle, Bäckerei) wahr und fügt sie in den Prozess der Standortbestimmung ein.

Der Blinde wird sich am Anfang seiner O+M-Ausbildung, welche während der ganzen obligatorischen Schulzeit erfolgt, zuerst an die im *Nahbereich* liegenden und mit dem weissen Langstock zu ertastenden Leitlinien und Merkpunkte halten. Mit zunehmender Routine weitet sich auch der Wahrnehmungshorizont, und die tastbaren Hilfen treten zugunsten hör- und riechbarer Orientierungshilfen (Fernsinne) zurück. Durch *Voraus hören* lernt er, eine Situation aus Distanz zu analysieren, und die gewonnenen Erkenntnisse können ihm helfen, den Bewegungsablauf zu optimieren. So kann der im Ampelrhythmus wechselnde Autolärm, vom Blinden vorausgehört und in seine Überlegungen einbezogen, es ihm ermöglichen, eine Kreuzung sicher, aber doch flüssig zu überqueren.

Der Orientierungsläufer definiert anhand der Karte zwischen zwei Posten verschiedene mögliche Routen. Er entscheidet sich für eine, prägt sich diese und eine Reihe von Orientierungsmerkmalen (herausragende Geländeformen, Strassen, Kreuzungen usw.) ein und läuft los. Unterwegs sucht er, die Merkmale auch zu erkennen und damit die Bestätigung dafür zu erhalten, dass er sich auf der ausgewählten Route bewegt.

Der Anfänger kann nur kurze Routenstücke speichern, wird bei jedem auffälligen Objekt anhalten und sich durch einen Blick auf die Karte vergewissern, auf dem richtigen Weg zu sein. Aber mit zunehmender Erfahrung kann er sich immer grössere Teilstücke einprägen, und er ist auch auf weniger Hilfspunkte zur Bestätigung angewiesen. *Vorauslesen* auf der Karte und *Voraussehen* im Gelände prägen in zunehmendem Mass sein Verhalten im Wettkampf und ermöglichen es ihm, Hindernisse weiträumiger zu umgehen und damit die Kräfte ökonomischer einzusetzen.

## ... auch in anderer Umgebung

Der O+M- wie der OL-Unterricht soll die Schüler ebenfalls befähigen, einzelne gelernte Elemente auch in neuer, ungewohnter Umgebung und unter anderen, vielleicht schwierigeren Bedingungen anzuwenden. Das Einsteigen in ein Tram, in Bern erprobt, ist dann auch in Zürich möglich, und das Überqueren einer Strasse, an wenigen Stellen exemplarisch geübt, kann andersorts angewendet werden. Der Orientierungsläufer wird mit der Zeit wissen, von welcher Tiefe an sich das Durchqueren eines Grabens nicht mehr lohnt und er ihn umlaufen muss. Ob es sich dabei um einen Emmentaler- oder Oberländergraben handelt, spielt keine Rolle.



Den Raum erfahren – zuerst am Modell des Zimmers, des Schulhauses. Später werden die Erkenntnisse durch tatsächliches Erkunden in den Räumen überprüft und gefestigt.





Höchste Konzentration und ein ausserordentlich differenziertes Hören, in ungezählten Ausbildungsstunden geübt, ermöglichen es dem Blinden, sich im Verkehr zu bewegen.



Mit zunehmender Erfahrung und steigendem Selbstvertrauen des Schülers kann der Lehrer später mehr und mehr in den Hintergrund treten.

## Schwierige, ungewohnte Situationen

Eine Baustelle, in der Regel markiert mit rotweissen Holzplatten, vielleicht noch mit einer Lichtsignalanlage, ist für den Sehenden allenfalls ein Ärgernis. Er muss als Automobilist warten, er läuft als Fussgänger Gefahr, sich die Schuhe zu beschmutzen. Dem Blinden machen solche Hindernisse grösste Mühe. Weil gewohnte Merkmale plötzlich fehlen und dafür andere vorhanden

sind, kann das gerade ablaufende innere Routenprogramm unterbrochen werden. Unsicherheit macht sich breit, nicht zuletzt auch deshalb, weil jeder Sehgeschädigte in seinem Leben unzählige Male irgendwo angestossen oder gar gestürzt ist und sich dabei vielleicht sogar verletzt hat. In solchen Situationen werden die Hilfsangebote Sehender meist gern und dankbar angenommen.

Auch dem OL-Läufer kann es geschehen, dass er sich plötzlich nicht mehr zurechtfindet. Vielleicht stimmt die Karte nicht mehr genau, vielleicht ist er

zu schnell und in einer falschen Richtung gelaufen, auf alle Fälle ist die Orientierung weg. Und wenn alle Verfahren, wieder «auf die Karte zu kommen», versagen, dann bleibt auch ihm nur noch die Möglichkeit, nach fremder Hilfe Ausschau zu halten. «Du, wo sind wir eigentlich?», ist als OL-Läufer-SOS international gebräuchlich und wird in der Regel auch verstanden.

## Ausklang und Ausblick

Es ist unmöglich, im Rahmen dieses Artikels mehr als nur punktuell Einblick in die Ausbildung von Blinden und Sehbehinderten zu geben. Es geht in erster Linie darum, einmal über andere Kanäle auf Schwierigkeiten der Sehgeschädigten, auf ihre grossen Anstrengungen, sie zu überwinden und auf die geduldige Arbeit aller beteiligten Lehrerinnen und Lehrer hinzuweisen. Der Vergleich mit dem Orientierungslauf-Sport soll – es sei nochmals klar darauf hingewiesen – nicht die Probleme der Sehgeschädigten verniedlichen. Sie erbringen allein durch das Bewältigen alltäglicher Aufgaben eine bewundernswerte Leistung. Eben: *Leistungssport im Alltag*.

Natürlich lockt es den O+M-Lehrer Fritz Hohn und den OL-Leiter Hans Ulrich Mutti, im Gespräch und im praktischen Experiment weitere Möglichkeiten der Zusammenarbeit zu finden. Ob daraus schliesslich ein OG (Orientierungs-Gang für Sehbehinderte) entstehen wird, bleibe dahingestellt. Man wird sehen!

## Herzlichen Dank, Tanja!

Zwei sehbehinderte Kinder habe ich in der Schule an der Arbeit mit ihrem O+M-Lehrer beobachten können. Neben der erbrachten Leistung hat mich dabei besonders das Verhalten des Mädchens tief beeindruckt. Offen, fröhlich und mit einem Lachen auf dem Gesicht ist Tanja ihrem Lehrer und uns entgegengetreten. Geduldig hat sie das in unendlich mühsamer Arbeit Gelernte ansatzweise gezeigt, und sicher hat sie sich in einem für Schüler normalerweise nicht zugänglichen Teil des Gebäudes zurechtgefunden. Und bei alledem ist nicht eine Klage, nicht ein Zeichen der Unzufriedenheit, des Haderns mit dem Schicksal oder der Resignation festzustellen. Krasser könnte der Gegensatz zum Alltag mit seinen vielen unzufriedenen gesunden Mitmenschen nicht sein! Und nachdenklich, sogar etwas beschämt, kehre ich in diesen Alltag zurück. ■