

KAPITEL 4: Mobilität

Dieses Kapitel befasst sich mit der eigenen Bewegung durch Änderung der Körperposition oder -lage oder Verlagerung von einem Platz zu einem anderen, mit der Bewegung von Gegenständen durch Tragen, Bewegen oder Handhaben, mit der Fortbewegung durch Gehen, Rennen, Klettern oder Steigen, sowie durch den Gebrauch verschiedener Transportmitteln

Die Körperposition ändern und aufrecht erhalten

Eine elementare Körperposition wechseln

Sich hinlegen

In oder aus einer liegenden Position gelangen oder die Körperposition von einer waagrechten in jede andere Position wechseln, wie aufstehen oder sich hinsetzen

Hocken

In eine oder aus einer mit angezogenen Knien auf dem Hinterteil oder den Fersen sitzenden oder kauern den Stellung gelangen, oder die Körperposition aus einer hockenden in jede andere Position wechseln, wie aufstehen

Knien

In oder aus einer Position gelangen, bei der der Körper durch die Knie bei gebeugten Beinen unterstützt wird, oder die Körperposition von einer knienden in jede andere Position wechseln, wie aufstehen

Sitzen

In oder aus einer sitzenden Position gelangen oder die Körperposition von einer sitzenden in jede andere Position wechseln, wie aufstehen oder sich hinlegen

Stehen

In oder aus einer stehenden Position gelangen oder die Körperposition von einer stehenden in jede andere Position wechseln, wie sich hinlegen oder hinsetzen

Sich beugen

Den Rücken nach unten oder zur Seite beugen, wie beim Verbeugen oder beim Langen nach einem Gegenstand

Seinen Körperschwerpunkt verlagern

Während des Sitzens, Stehens oder Liegens sein Körpergewicht von einer Position zu einer anderen verlagern oder bewegen, wie während des Stehens sein Standbein wechseln

In einer Körperposition verbleiben

In liegender Position verbleiben

In hockender Position verbleiben

In kniender Position verbleiben

In sitzender Position verbleiben

In stehender Position verbleiben

Sich verlagern

Sich beim Sitzen verlagern

Sich aus sitzender Position von einer Sitzgelegenheit auf eine andere gleichen oder unterschiedlichen Niveaus bewegen, wie sich von einem Stuhl in ein Bett bewegen

Sich beim Liegen verlagern

Sich aus liegender Position in eine andere gleichen oder unterschiedlichen Niveaus bewegen, wie sich von einem Bett in ein anderes bewegen

Gegenstände tragen, bewegen und handhaben

Gegenstände anheben und tragen

Anheben

Einen Gegenstand anheben, um ihn von einem niedrigen Niveau auf ein höheres zu bewegen, wie ein Glas auf einem Tisch anheben

Mit den Händen tragen

Einen Gegenstand mit den Händen von einem Platz an einen anderen tragen oder transportieren, wie ein Trinkglas oder eine Tasche tragen

Mit den Armen tragen

Einen Gegenstand mit den Händen und Armen von einem Platz an einen anderen tragen oder transportieren

Gegenstände absetzen

Mit Händen, Armen oder anderen Körperteilen einen Gegenstand auf dem Boden an einem Platz absetzen

Gegenstände mit den unteren Extremitäten bewegen

Mit den unteren Extremitäten schieben

Mit Beinen und Füßen eine Kraft auf einen Gegenstand ausüben, damit er sich wegbewegt, wie einen Stuhl mit dem Fuß wegschieben

Stoßen

Mit Beinen und Füßen einen Gegenstand wegstoßen, wie einen Fußball wegstoßen

Feinmotorischer Handgebrauch

Einen Gegenstand aufnehmen

Einen kleinen Gegenstand mit den Händen und Fingern aufnehmen oder aufheben, wie einen Bleistift aufnehmen

Einen Gegenstand ergreifen

Mit beiden Händen etwas ergreifen und halten, wie ein Werkzeug oder einen Türknopf ergreifen

Einen Gegenstand handhaben

Mit Fingern und Händen die Kontrolle über etwas ausüben, es zu dirigieren oder zu führen, wie mit Münzen oder anderen kleinen Gegenständen hantieren

Einen Gegenstand loslassen

Mit Fingern und Händen etwas loslassen oder freigeben, sodass es fällt oder die Position ändert, wie ein Kleidungsstück fallen lassen

Hand- und Armgebrauch

Ziehen

Einen Gegenstand mit Fingern, Händen und Armen zu sich hinbringen oder ihn von einem Platz zu einem anderen bewegen, wie eine Tür zuziehen

Schieben

Einen Gegenstand mit Fingern, Händen und Armen von sich wegbringen oder ihn von einem Platz zu einem anderen bewegen, wie ein Tier wegschubsen

Nach etwas langem

Hände und Arme ausstrecken, um etwas zu berühren und zu greifen, wie über einen Tisch oder Pult nach einem Buch langem

Hände oder Arme drehen oder verdrehen

Einen Gegenstand mit Fingern, Händen und Armen in Rotation versetzen, zu drehen oder zu wenden, wie es für den Gebrauch von Werkzeugen oder Küchenutensilien erforderlich ist

Werfen

Etwas mit Fingern, Händen und Armen aufnehmen und es mit einiger Kraft durch die Luft schleudern, wie einen Ball hochwerfen

Fangen

Einen bewegten Gegenstand mit Fingern, Händen und Armen ergreifen, um ihn zu stoppen und zu halten, wie einen Ball fangen

Gehen und sich fortbewegen

Gehen

Kurze Entfernungen gehen

Weniger als einen Kilometer gehen, wie in Räumen umher oder auf Korridoren entlang gehen, innerhalb eines Gebäudes oder für kurze Entfernungen außerhalb

Lange Entfernungen gehen

Mehr als einen Kilometer gehen, wie durch ein Dorf oder eine Stadt, von einem Dorf zu einem anderen oder über Land gehen

Auf unterschiedlichen Oberflächen gehen

Auf ansteigenden oder abfallenden, unebenen oder sich bewegenden Oberflächen gehen, wie auf Gras, Kies, Eis oder Schnee gehen, oder auf einem Schiff, in einem Zug oder einem anderen Fahrzeug gehen

Hindernisse umgehen

In der Weise zu gehen, dass sich bewegenden oder festen Gegenständen, Menschen, Tieren und Fahrzeugen ausgewichen wird, wie auf einem Markt oder in einem Laden gehen, im Straßenverkehr gehen oder diesen umgehen oder in belebten Gegenden gehen

Sich auf andere Weise fortbewegen

Krabbeln/robber

Auf Händen oder Händen und Armen und Knien den ganzen Körper in Bauchlage von einem Platz zu einem anderen bewegen

Klettern/steigen

Den ganzen Körper über Oberflächen oder Objekte auf- oder abwärts bewegen, wie bei Stufen, Steinen/Felsen, Leitern, Treppen, Kantsteinen oder anderen Objekten

Rennen

Sich mit schnellen Schritten in der Weise bewegen, dass beide Füße gleichzeitig vom Boden abgehoben sind

Springen

Durch Beugen und Strecken der Beine den Boden verlassen, wie auf einem Bein springen, hopsen, hüpfen und ins Wasser springen

Schwimmen

Mit Bewegungen der Gliedmaßen und des Körpers den ganzen Körper durch das Wasser fortbewegen, ohne Zuhilfenahme des Gewässergrundes

Sich in verschiedenen Umgebungen fortbewegen

In verschiedenen Orten und Situationen gehen und sich fortbewegen, wie in einem Haus oder Gebäude von einem Raum in einen anderen gehen oder auf einer Straße einer Stadt gehen

Sich außerhalb der eigenen Wohnung und anderen Gebäuden umherbewegen

In der Nähe oder von der eigenen Wohnung oder anderen Gebäuden entfernt umhergehen und sich fortbewegen, ohne öffentliche oder private Transport- oder Verkehrsmittel zu benutzen, wie für kurze oder lange Entfernungen in einer Stadt oder einem Dorf herumgehen

Sich unter Verwendung von Geräten/Ausrüstung fortbewegen

Seinen ganzen Körper unter Verwendung von speziellen Geräten, die zur Erleichterung der Mobilität entworfen sind, oder anderen Hilfsvorrichtungen der Fortbewegung auf beliebigen Oberflächen oder in beliebigen Umgebungen von einem Ort zu einem anderen fortbewegen, wie sich auf einer Straße mit einem Rollstuhl oder Gehwagen fortbewegen

Sich mit Transportmitteln fortbewegen

Transportmittel benutzen

Transportmittel benutzen, um sich als Fahrgast fortzubewegen

Ein motorisiertes Fahrzeug als Fahrgast benutzen

Ein öffentliches, motorisiertes Verkehrsmittel benutzen

Ein Fahrzeug fahren

Ein von Menschenkraft betriebenes Fahrzeug fahren

Ein von Menschenkraft betriebenes Fahrzeug zu fahren, wie ein Fahrrad oder Dreirad

Ein motorisiertes Fahrzeug fahren

Ein Fahrzeug mit einem Motor zu fahren, wie ein Auto, Motorrad oder Traktor

Tiere zu Transportzwecken reiten

Sich auf dem Rücken eines Tieres fortzubewegen, wie auf einem Pferd