

Blind im Erlebnisparcours

Jahrgangsstufe	7
Fach/Fächer	Sport
Übergreifende Bildungs- und Erziehungsziele	Soziales Lernen: Selbstbeherrschung, Verantwortungsübernahme, Hilfsbereitschaft, Beziehungsgestaltung auf der Grundlage von Konflikt- und Kommunikationsfähigkeit, Empathie, Toleranz und Selbstbestimmtheit; Respekt anderen Standpunkten gegenüber, Kompromissfähigkeit zum Nutzen der Gemeinschaft
Zeitraumen	Eine Doppelstunde
Benötigtes Material	Seil, Augenbinden, Stationskarten, Zielscheiben, Wortkarten, Klein- und Großgeräte

Kompetenzerwartungen

Fairness, Kooperation, Selbstkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler

- respektieren die Bedürfnisse ihrer Mitschülerinnen und Mitschüler.
- bringen sich in eine Gruppe aktiv ein und lösen Konflikte konstruktiv.
- akzeptieren Stärken und Schwächen, nehmen gegenseitiges Feedback an, setzen sich individuelle Ziele und tragen dazu bei, Mitschülerinnen und Mitschüler mit besonderen Bedürfnissen aktiv in das Spiel- und Sportgeschehen zu integrieren.

Sich an und mit Geräten bewegen / Turnen und Bewegungskünste

Die Schülerinnen und Schüler

- schätzen Risiken gemäß ihren individuellen Leistungsvoraussetzungen selbständig ein, indem sie entsprechend angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen, und lösen kreative Aufgabenstellungen gemäß ihrem Alter verantwortungsbewusst und zuverlässig.

Pädagogische Vorüberlegungen

Das Ziel der Stunde sind grundlegende Bewegungs- und Selbsterfahrungen mit ausgeschaltetem Sehsinn in Übungen, die in der Halle oder auf einem Außengelände angeboten werden können. Die Schülerinnen und Schüler sammeln Erfahrungen, die sie reflektierend einordnen. Die Schulung der Selbstwahrnehmung ist besonders im Hinblick auf ein späteres Vertrauen in sich selbst sowie in Mitmenschen von Bedeutung. Zudem soll den Schülerinnen und Schülern klar werden, dass sie in schwierigen Situationen Hilfe einfordern und annehmen können. Die führenden Schülerinnen und Schüler lernen, Verantwortung zu übernehmen.

Aufgabenstellungen

Einstieg:

Blinde Wanderung:

Die Schülerinnen oder Schüler bilden Paare. Eine/einer der beiden verbindet sich die Augen und wird von der anderen/vom anderen (zu Beginn in Handfassung) an einen frei gewählten Ort und dann wieder zurück zum Ausgangspunkt geführt. Dabei können auch Hindernisse überwunden werden. Nach der Rückkehr versuchen die Blinden zu beschreiben, wohin sie geführt wurden. Anschließend wechseln die Paare die Rollen.

Variante: Führen nur mit akustischem Signal (z. B. Summen)

In einem gemeinsamen Gespräch der ganzen Gruppe werden die Gefühle in den unterschiedlichen Rollen angesprochen. So werden die Schülerinnen und Schüler zum Hauptteil geführt. Dabei werden auch sicherheitstechnische Aspekte, die das blinde Bewegen im Raum mit sich bringt, thematisiert.

Hinführung:

„Du erlebst heute verschiedene Übungen blind. Dein Partner und deine übrigen Sinne helfen dir dabei.“

Die Lehrkraft macht mögliche Ziele der Stunde (z. B. auf Wortkarten) transparent:

- Wir helfen uns gegenseitig.
- Ich nehme mich selbst bewusst wahr.
- Ich baue Vertrauen auf.
- Ich übernehme Verantwortung.
- Ich übe Selbstbeherrschung.

Die Schülerinnen und Schüler wählen individuell, welche Ziele für sie in dieser Stunde im Fokus stehen sollen. Diese Ziele bilden die Grundlage für die Zielscheibenreflexionen nach jeder Station.

Hauptteil:

Die Lehrkraft gibt einen Überblick über die folgenden drei Stationen/Übungen (siehe unten), die paarweise (Sinnesparcours, Blinder Roboter) bzw. in Gruppen (Schlange) begangen werden. Die Schülerinnen oder Schüler entscheiden über die Reihenfolge der Stationen selbst (Übungskarten unter Kopiervorlagen). Auch die Art der Durchführung ist ihnen freigestellt.

Am Ende jeder Station reflektieren die Schülerinnen oder Schüler ihre Erfahrungen sowie ihre selbst gesetzten Ziele mithilfe einer eigenen oder an der Station visualisierten Zielscheibe.

Je weiter zur Mitte der Zielscheibe sie einen Punkt setzen, desto stärker stimmen sie einer Aussage am Rand der Zielscheibe zu.



Übung „Sinnesparcours“

Ein Seil verbindet einzelne in der Halle aufgestellte/aufgebaute Klein- und Großgeräte, wie z. B. Bänke, Matten, Kästen oder Reckstangen, die von den Schülerinnen und Schülern überwunden werden müssen. Draußen können Bäume, Sträucher, Bänke oder Pfosten durch das Seil verbunden werden.

Jeweils eine Schülerin bzw. ein Schüler tastet sich blind an einem Seil entlang und „erforscht“ den Parcours. Die Partnerin bzw. der Partner begleitet stumm und hilft nur, wenn Gefahr droht oder sie bzw. er um Hilfe gebeten wird.

Material: Übungskarte, Seil, Augenbinden, Geräte oder natürliche Gegebenheiten, wie z. B. Bäume



Übung „Blinder Roboter“

Eine Person jedes Paares ist der „blinde Roboter“, die andere ist der „Programmierer“. Der Roboter wird mit Hilfe leichter Berührungen bewegt, z. B.: Eine Berührung am Kopf lässt ihn loslaufen, eine Berührung an der rechten Schulter bedeutet eine Rechtskurve, an der linken eine Linkskurve. Gestoppt wird mit einer Berührung am Rücken.

Material: Augenbinden

Übung „Schlange“

Mind. 4 Schülerinnen oder Schüler stellen sich hintereinander auf und fassen die Vorderperson an deren Schultern. Die letzte (alternativ evtl. die erste) Person führt als einzig sehende die anderen, die die Augen geschlossen haben und stumm sind, auf unterschiedlichen „Wegen“ durch ein Gelände. Nach einer festgelegten Zeit kann ein Wechsel erfolgen.

Die Blinden erkunden das Gebiet und geben dann Rückmeldungen über ihre Erfahrungen.

Material: Augenbinden

Aus Sicherheitsgründen muss die bzw. der Sehende den Blinden möglichst viele Informationen über den Raum bzw. den aktuellen Standpunkt geben.

Vertiefung:

Übung „Blindflug“

Jeweils zwei Schülerinnen bzw. Schüler bewegen sich in Gassenaufstellung nach kurzem Blickkontakt mit geschlossenen Augen langsam aufeinander zu und versuchen, gegenseitig in die ausgebreiteten Arme der Partnerin bzw. des Partners zu laufen.

Um Zusammenstöße zu vermeiden, vereinbaren sie vorher ein akustisches Signal.

Variante: Ohne akustisches Signal (langsam, Gefahr des Zusammenstoßens!)

Alternativ: Übung „Gassenlauf“

Die Schülerinnen bzw. Schüler bilden zwei Reihen mit ein bis zwei Metern Abstand und dem Gesicht zueinander. Sie halten ihre Hände nach vorne, um eventuell dem „blinden Läufer“ wie eine Leitplanke die Richtung zu weisen. An einem Ende steht der „blinde Läufer“. Er bewegt sich, je nach eigener Einschätzung, langsam gehend (erster Durchgang), schnell gehend oder laufend (zweiter Durchgang) durch die Gasse. Am anderen Ende stehen zwei Personen, die dem Blindlauf ein sanftes Ende setzen.

Integration / Reflexion

Die Ergebnisse der Zielscheiben mit den einzelnen Zielen/Feldern bilden die Grundlage für die Reflexion. Die Schülerinnen und Schüler reflektieren die Stunde, das Erreichen der individuellen Lernziele (siehe Beginn der Stunde) und machen sich ihren Lernzuwachs bewusst. Daraus können Lehren, Vereinbarungen und Ziele für folgende Aktionen getroffen werden.

Hinweise zum Unterricht

Beim Erlebnisparcours stehen die Sinne des Menschen und die Konzentration auf einzelne Sinne im



Illustrierende Aufgaben zum LehrplanPLUS

Sport, Jahrgangsstufe 7

Vordergrund. Deshalb werden die visuelle Wahrnehmung sowie ggf. weitere einzelne Sinne gezielt ausgeschaltet. Die verschiedenen aktivierten Sinneswahrnehmungen sind: die taktile Wahrnehmung (Tastsinn), die visuelle Wahrnehmung (Sehsinn), die auditive Wahrnehmung (Hörsinn) und die vestibuläre Wahrnehmung (Gleichgewichtssinn).

Kopiervorlagen

Sinnesparcours

Du verbindest dir die Augen und gehst blind am Seil entlang durch den Parcours.

Dabei erforschst du das Gelände.

Deine Begleitung bleibt still. Sie unterstützt dich nur, wenn du um Hilfe bittest oder vor einer gefährlichen Situation gewarnt werden musst.

Anschließend tauscht ihr die Rollen.



In der **Zielscheibe** setzt du nach der Übung drei Punkte:

1) Erster Punkt: Wie wohl hast du dich als blinde Person gefühlt? (Sektor 1!)

2) Zweiter Punkt: Wie wohl hast du dich als führende Person gefühlt? (Sektor 2!)

3) Dritter Punkt: Wie gut konntest du an deinem/n persönlichen Stundenziel(en) arbeiten? (Sektor deines/r persönlichen Ziels/-e: 3!)



Schlange

Stelle dich mit mindestens 3 anderen Personen in eine Reihe. Ihr verbindet euch die Augen.
Nur die letzte Person kann sehen.

Diese führt euch nun als Schlange auf unterschiedlichen „Wegen“ durch das Gelände. Die
Blinden erkunden das Gebiet und melden am Ende zurück, was sie gespürt haben.

Nach einer festgelegten Zeit kann ein Wechsel erfolgen.

In der **Zielscheibe** setzt du nach der Übung drei Punkte:



1) Erster Punkt: Wie wohl hast du dich als blinde Person gefühlt? (Sektor 1!)

2) Zweiter Punkt: Wie wohl hast du dich als führende Person gefühlt? (Sektor 2!)

3) Dritter Punkt: Wie gut konntest du an deinem/n persönlichen Stundenziel(en) arbeiten?
(Sektor deines/r persönlichen Ziels/-e: 3!)



Blinder Roboter

Du verbindest dir die Augen und bist ein blinder Roboter. Deine Partnerin oder dein Partner lenkt dich mit Impulsen, die ihr selbst vereinbart.

(z. B. Berührung am Kopf: Loslaufen
Berührung rechte Schulter: Rechtskurve
Berührung linke Schulter: Linkskurve
Berührung am Rücken: Stopp)

Anschließend tauscht ihr die Rollen.



In der **Zielscheibe** setzt du nach der Übung drei Punkte:

- 1) **Erster Punkt:** Wie wohl hast du dich als blinde Person gefühlt? (Sektor 1!)
- 2) **Zweiter Punkt:** Wie wohl hast du dich als führende Person gefühlt? (Sektor 2!)
- 3) **Dritter Punkt:** Wie gut konntest du an deinem/n persönlichen Stundenziel(en) arbeiten? (Sektor deines/r persönlichen Ziels/-e: 3!)



Zielscheiben



