



BLIND AUF BALANCIER- SCHATZSUCHE



Übersicht

- **Unterrichtsidee**
- **Blind balancieren**
- **Stationen**
 - Die SuS auf Schatzsuche
- **Richtige Hilfestellung**
- **Verlaufsplan**
- **Arbeitsmaterial**
 - Station 1: Die Hängebrücke und das Floß (1)
 - Station 2: Der Irrgarten (2)
 - Station 3: Die hohe See (3)
 - Piratengeschichte (4)
 - Auf Schatzsuche (5)
- **Videos**
 - Die Hängebrücke und das Floß (1-3)
 - Der Irrgarten (4)
 - Die hohe See (5-7)
 - Piratengeschichte (8)
 - Richtige Hilfestellung (9)
- **Quellenverzeichnis**

Unterrichtsidee

Blind Balancieren stellt eine besondere Herausforderung für Schülerinnen und Schüler (SuS) dar. An 4 Stationen wird die Balancierfähigkeiten halbblind (ein Auge verdeckt) und blind mit Hilfestellung (beide Augen bedeckt) angesprochen.

Ziel ist es dabei:

- das Körpergleichgewicht durch Gewichtsverlagerungen wieder herzustellen
- neue Balanciererfahrungen durch Reduzierung der visuellen Wahrnehmung zu sammeln
- wechselseitig Verantwortung für sicheres, halbblindes und blindes Balancieren zu übernehmen.

Blind Balancieren

Halbblind oder blind zu balancieren fordert Körper und Geist gleichermaßen. Durch das Wegfallen eines Sinnesorgans ist es deutlich schwieriger, koordinative Bewegungen auszuführen. Die Augen verschaffen den SuS eine Orientierungsfähigkeit im Raum. Sie wissen durch Sehen, wo sie hintreten müssen, ob Bewegungen oder Objekte im Gleichgewicht sind oder in ein Ungleichgewicht verfallen. Diese Informationen sind dem Gehirn nun aber nicht mehr gegeben und so muss sich der Geist auf den Körper verlassen, der äußere Einflüsse und Bewegungen wahrnimmt. So werden nach außen hin einfach scheinende Stationen halbblind oder blind zur Herausforderung, wenn es gilt, das Gleichgewicht auf Objekten oder Objekte selbst im Gleichgewicht zu halten. Es bedarf also einer koordinativ starken Persönlichkeit, gepaart mit guter Hilfestellung.

Stationen

Die SuS auf Schatzsuche

Alle Stationen sind Teil einer Schatzsuche auf der Pirateninsel. Vor vielen Jahren hat der berühmte Pirat Langbart dort den größten Schatz seiner Zeit versteckt. Nur die mutigsten Schatzsucher trauen sich überhaupt auf die Insel, wo sie sich einigen Hindernissen stellen müssen. Da es sich bei unseren Schatzsuchern allesamt um Piraten handelt, erhält jeder Pirat zu Beginn eine Augenklappe, bevor sie dann in kleinen Gruppen auf die Suche nach dem Schatz gehen. Dabei wählt sich jede Gruppe einen Anführer aus, der das Team über die Insel leitet. Die Stationen stellen einen Bezug zu einer Schatzinsel her und sind auf gesonderten Stationskarten einsehbar. Auf den Stationskarten befinden sich ein Aufbauplan, sowie die Anleitung, die Station zu bewältigen. Dadurch, dass es bei diesem Stationentraining immer um die Geschichte geht, werden die SuS motiviert sein, bis zum Ende konzentriert zu arbeiten, um den Schatz zu finden.

Richtige Hilfestellung



Gib deinem Partner das Gefühl von Vertrauen



Lass ihn die Balancierfläche mit dem Fuß ertasten



Gib ihm Längenangaben, wie weit es noch ist



Lobe deinen Partner!

Verlaufsplan

Phase/Zeit	Lerninhalt/Übungsfolge	Feinstziele	Meth. - didaktische Hinweise	Organisation/Material
Einstieg 2'	<ul style="list-style-type: none"> Begrüßung Überblick über die Stunde Einteilen in 4er-Gruppen 		Lehrer-Schüler-Gespräch	Innenstirkreis sitzend
Hinführung zum Thema 5'	<ul style="list-style-type: none"> SuS suchen sich eine Linie auf dem Hallenboden SuS führen die Anweisungen der Lehrperson aus 	SuS werden an das Thema "Blindes Balancieren" herangeführt	<ul style="list-style-type: none"> Lehrervortrag einer zum Thema passenden Geschichte SuS balancieren vorwärts, rückwärts, seitwärts, halb blind, blind auf den Linien SuS balancieren blind auf einem Bein 	Piratengeschichte 
Vorbereitungsphase 7'	<ul style="list-style-type: none"> Gruppenweise Bestimmen der Kapitäne Freies Balancieren an den Stationen 1a, 1b und 2, erst mit voller Sehkraft, danach mit nur einem Auge und ggf. Hilfestellung 	<ul style="list-style-type: none"> Die SuS erkennen den Ablauf des Stationstrainings Die SuS erkennen den Aufbau der Stationen und merken sich ihn 		Stationskarten Pylonen mit Zahlen 1-3

Phase/Zeit	Lerninhalt/Übungsfolge	Feinstziele	Methodisch- didaktische Hinweise	Organisation/Material
Hauptphase 25'	<ul style="list-style-type: none"> Lehrerdemonstration zur richtigen Hilfestellung beim blinden Balancieren Gruppen bewältigen eine Station Ganz blind und mit Hilfestellung 	<ul style="list-style-type: none"> Die SuS erlernen neue Bewegungserfahrungen Die SuS verbessern ihren Gleichgewichtssinn Die SuS erfahren halbblind und blind Bewegungen, um im Gleichgewicht zu bleiben Die SuS halten Objekte im Gleichgewicht Die SuS geben Hilfestellungen 	Stationstraining Erledigen der Aufgaben	Material für Stationen 1-3 Die Hängebrücke und das Floß  1-3 Der Irrgarten  4 Die hohe See  5-7
Reflexion 6'	<ul style="list-style-type: none"> SuS suchen sich eine Linie auf dem Hallenboden SuS führen die Anweisungen der Lehrperson aus 	<ul style="list-style-type: none"> Die SuS berichten über ihre gemachten Erfahrungen Die SuS geben Tipps zum Verbessern des Gleichgewichts ohne Sehkraft 	Schüler-Lehrer-Gespräch	Innenstirkreis "Wie ordnet ihr die Stationen in ihrer Schwierigkeit ein und warum?" "Warum ist dieses Wissen über die Schwierigkeitsgrade der Stationen für eine Lehrperson wichtig?" "Wie kann man den Schwierigkeitsgrad beim Balancieren erhöhen?" "In welchen Situationen war es wichtig, Hilfestellungen zu geben und was fördern sie unter den SuS?"



1

Station 1: Die Hängebrücke und das Floß

Die mutigen Piraten balancieren über die Brücke.

1. Mit geöffneten Augen
2. Halbblind (1 Auge zuhalten)
3. Blind mit Augen zu



Tipps

- Tastet euch langsam vorwärts
- Erkundet das Schwungsverhalten der Brücke
- Balanciert euch so aus, dass die Brücke ruhig hängt

Anschließend wird das wackelnde Floß überquert.



Hinweise

- Ihr könnt euch von außen verbal oder durch Hilfestellungen unterstützen
- Wenn einer herunterfällt, beginnt ihr von vorne
- Station 1a und 1b ergeben einen Rundlauf



2

Station 2: Der Irrgarten

Die mutigen Piraten durchqueren den Irrgarten

1. Mit geöffneten Augen
2. Halbblind (1 Auge zuhalten)
3. Blind mit Hilfe (beide Augen zu)



Tipps

- Tastet euch langsam vorwärts
- Erkundet den Irrgarten zuerst
- Balanciert euch so aus, dass ihr sicher durch den Sumpf kommt



Hinweise

- Ihr könnt euch von außen verbal oder durch Hilfestellungen unterstützen
- Wenn einer herunterfällt, beginnt ihr von vorne
- Station 1a und 1b ergeben einen Rundlauf



Station 3: Die hohe See

3

Die mutigen Piraten überwinden die hohe See

Haltet euch auf dem Schiff:

1. Mit geöffneten Augen
2. Halbblind (1 Auge zuhalten)
3. Blind mit Hilfe (beide Augen zu)



Tipps

- Tastet euch langsam heran.
- Erkundet die Gymnastikbälle und ihr Schwungsverhalten.
- Balanciert euch so aus, dass ihr alle möglichst lange stabil auf dem Schiff treibt.



Hinweise

- Unterstützt euch verbal und gebt euch gegenseitig Hilfestellungen.
- Wenn einer herunterfällt, beginnen alle von vorne.
- Probiert verschiedene Positionen auf dem Schiff aus und balanciert diese aus.



Piratengeschichte

Baut die Stationen mit dem Ladeplan auf

"AHOI IHR LANDRATTEN. HEUTE BEGEBEN WIR UNS AUF SCHATZSUCHE. DER PIRAT ROTBART HAT SEINEN GROßEN SCHATZ AUF DER SCHATZINSEL VERLOREN UND IHR SOLLT IHN FINDEN. DAZU MACHT IHR EUCH IN MANNSCHAFTEN AUF DIE SUCHE, MÜSST ALLERDINGS ERST EURE SCHIFFE BELADEN UM AUF DIE SCHATZINSEL ZU GELANGEN. DAZU ZÄHLT IHR VON 1-4 DURCH, FINDET EUCH IN MANNSCHAFTEN ZUSAMMEN, BESTIMMT EINEN KAPITÄN UND BELADET DAS SCHIFF. HIERZU ERHÄLT JEDE MANN-SCHAFT EINEN VERLADEPLAN (SCHATZKARTE)."



Beweist euch als würdige Piraten

"BEVOR ES LOSGEHT, MÜSST IHR NATÜRLICH BEWEISEN, DASS IHR DER MANN-SCHAFT WÜRDIG SEID. JEDER PIRAT SUCHT SICH EINE LINIE AUF DEM HALLENBODEN UND:"

1. balanciert sie vorwärts und rückwärts entlang
2. ein Auge dabei schließen
3. seitwärts
4. auf einem Bein stehend, Augen geschlossen





5

Auf Schatzsuche

Erkundet die Schatzinsel

"IHR HABT ALLE BEWIESEN, DASS IHR MUTIGE PIRATEN SEID. IHR WERDET AUF EUREM ABENTEUER VIELE HINDERNISSE ÜBERQUEREN MÜSSEN. ERKUNDET NUN DIE SCHATZINSEL UND IHRE BESONDERHEITEN. MERKT EUCH DEN WEG!"



Der Rückweg im Dunkeln

"NUN SEID IHR AM ZIEL, ABER DER SCHATZ MUSS WIEDER ZURÜCK ZUM SCHIFF GEBRACHT WERDEN. LEIDER IST ES MITTLERWEILE NACHT UND IHR WERDET AUF DEM RÜCKWEG NICHTS SEHEN KÖNNEN."



Quellenverzeichnis

Abbildung / Foto

Nummer	Urheber
Alle Bilder	Inga Alexandra Schönherr, Max Löwenbrück, Sebastian Fröhlich, Sebastian Hausen

Video

Nummer	Urheber
1-9	Inga Alexandra Schönherr, Max Löwenbrück, Sebastian Fröhlich, Sebastian Hausen

Neuertonte Videos

Video	Musikquelle	Unterkategorie	Nummer/Interpret	Titel
3,5,6,8	KNSU-Musikstudio	Klassik	K12_Piotr_Paw_owski	Universum

Urheber des Beitrages

Autor	Berater	Institution
Inga Alexandra Schönherr, Max Löwenbrück, Sebastian Fröhlich, Sebastian Hausen / Lehramtsstudierende	Minnich, Marlis	Institut für Sportwissenschaft, Universität Koblenz- Landau, Campus Koblenz