



Aufgabe	<ul style="list-style-type: none">› Zielwurf mit einem Ball in einen Kreis: einmal beide Augen geöffnet, einmal ein Auge abgedeckt
Kompetenzen	<ul style="list-style-type: none">› Die Schülerinnen und Schüler verstehen, wie sich verminderte Reaktionsfähigkeit und beeinträchtigte Distanzeinschätzung auf die Unfallgefahr auswirkt.› Sie erkennen den Zusammenhang von Alkoholkonsum und Risikosituation.› Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21: ERG.5.1.c, WAH.4.1.b
Ablauf	<ul style="list-style-type: none">› Makulaturpapier zerknüllen und daraus Bälle formen› 6 Gruppen bilden› 1. Durchgang: Einhändig den «Ball» in einen Kreis (mit Kreide auf den Boden malen) oder in einen Papierkorb werfen› 2. Durchgang: Sich zweimal um die eigene Achse drehen, dann ein Auge abdecken und erneut den «Ball» in den Kreis oder Papierkorb werfen› Punkte zusammenzählen und vergleichen› Reflexion im Klassenverband
Zeitbedarf	<ul style="list-style-type: none">› 10 bis 15 Minuten
Material	<ul style="list-style-type: none">› 3 «Bälle» aus zerknülltem Makulaturpapier› Kreide zum Markieren des Kreises (auch mit Bändel, Reifen oder Papierkorb möglich)
Übung 1	6 Gruppen bilden. Je 2 Gruppen stellen sich mit ca. 6 bis 8 m Abstand einander gegenüber auf. Dazwischen wird der Kreis markiert. Abwechslungsweise versuchen die Gruppenmitglieder, den Ball einhändig in den Kreis zu werfen. Nach dem ersten Durchgang rücken beide gegenüberliegenden Teams je 1 m auseinander und wiederholen die Zielwürfe. Nun werden die Punkte zusammengezählt. Wer hat gewonnen?
Übung 2	Spiel mit folgender Erschwerung wiederholen: Sich vor jedem Wurf zweimal um die eigene Achse drehen, sofort ein Auge abdecken und den «Ball» werfen.
Reflexion	Die Klasse versammeln und die Ergebnisse der beiden Durchgänge miteinander vergleichen. Erfahrung: Mit leichtem Schwindel und nur mit einem Auge sehend, ist es schwieriger, Distanzen einzuschätzen. Wer erkennt den Zusammenhang zum Alkoholkonsum?
Kommentar	<p>Auch unter leichtem Alkoholeinfluss erfolgt eine Einschränkung des räumlichen Sehens. Distanzen können nicht mehr gleich gut abgeschätzt werden. Hinzu kommt, dass die Reaktions- und Konzentrationsfähigkeit nicht mehr im gleichen Masse wie in nüchternem Zustand gewährleistet ist.</p> <p>Diese Beeinträchtigung ist sehr oft die Ursache von Unfällen bei der Arbeit, im Sport und im Strassenverkehr. Problematisch ist dabei, dass die Beteiligten selbst die Einschränkung nicht merken, sondern durch die Enthemmung den natürlichen Respekt vor Gefahren verlieren.</p>

Quelle: cool & clean, angepasst auf das Freelance-Programm