

## Unterrichtsmaterial 10

### Ohne Arme und Hände?

#### Ziele

Erleben und erfahren von eingeschränkter Nutzungsmöglichkeit von Händen und Armen.

#### Vorbereitung

Die unterschiedlichen Materialien zum Nachempfinden eines Handicaps für die beschriebenen Übungen lassen sich mit etwas Fantasie in der Gruppenstunde selbst herstellen. Beispielsweise:

- Pappröhren, Stäbe oder Bandagen um Arme oder auch Beine zu versteifen;
- Halstücher und Gürtel um die Arme am Körper zu fixieren;
- Grillhandschuhe und Fäustlinge um die Greiffähigkeit der Hände einzuschränken;
- Fingerhandschuhe durch aufgesprühten Kleber versteifen.

#### Einstieg

Nachdem die »Handicaps« vorbereitet sind, werden sie mit einer Nummer versehen. Nun »erwürfeln« sich die Gruppenmitglieder ein »Handicap« mit dem sie dann die Übungen durchführen. Durch das Würfeln wird durch Zufall die Beeinträchtigung der SuS festgelegt.

Beim Anlegen der »Handicaps« helfen sich die SuS gegenseitig. Achtung! Keine Körperteile abdrücken!

#### Ablauf der Übung:

- Die SuS bewegen sich und machen sich mit »ihren Einschränkungen« vertraut.
- Sie nehmen sich gegenseitig mit ihren »Handicaps« wahr und kommunizieren miteinander. Die SuS versuchen, vorgegebene Aufgaben allein oder in Gruppen auszuführen.

#### Mögliche Aufgaben:

- Obst schneiden, Essen zubereiten;
- Becher Wasser einschenken;
- Jacke anziehen und Reißverschluss öffnen oder schließen;
- Schuhe anziehen und Schnürsenkel binden;
- Handy bedienen;
- Türschloss öffnen oder schließen;
- selbst Essen oder sich gegenseitig Essen reichen;
- Bild malen;
- Größe des Raumes abmessen;
- handwerkliche Aufgaben lösen, wie z. B. sägen, hämmern, mit einer Schere Figuren ausschneiden usw.

#### Zum Abschluss:

Die Teilnehmenden berichten über ihre mit diesen Übungen gemachten Gefühle und Erfahrungen:



- Wie habe ich mich mit den »Handicaps« gefühlt?
- Welche Erfahrungen waren überraschend und neu für mich?
- Würde ich im Alltag mit solchen Einschränkungen zurechtkommen?
- Was würde sich mit solch einer Beeinträchtigung in meinem Alltag ändern?
- Haben diese Erfahrungen für mich Konsequenzen?
- Was wäre, wenn...