

## Unterrichtsmaterial 20 Sportliche Übungen 2

### Parcourslauf der Blinden

Lauft zu zweit gemeinsam durch einen Parcours. Ein Kind hat die Augen verbunden. Das sehende Kind führt das blinde Kind, erläutert die Aufgabenstellungen und gibt ggf. Hilfestellung. **Was ist das für ein Gefühl, nicht sehen zu können und auf die Hilfe eines anderen angewiesen zu sein? Wie fühlt sich das sehende Kind dabei?**



### Lauf der Blinden

Stellt euch zu zweit an den Start der Laufbahn. Ein Kind hat die Augen verbunden. Beide Läufer umfassen ein kurzes Band, sodass sie zwar miteinander verbunden sind, aber ggf. loslassen können. Auf ein Startkommando soll das „blinde Kind“ so schnell wie

möglich laufen, das „sehende“ ist nur die Begleitung, es gibt nicht das Tempo vor, sondern hilft dabei, in der Bahn zu bleiben.

**Was ist das für ein Gefühl, „blind“ zu rennen und sich nicht mit den Augen, sondern mit Hilfe eines Partners zum Ziel zu orientieren?**

**Oder:** Versuche mit verbundenen Augen auf der Laufbahn so schnell wie möglich zu laufen. Damit du nicht die Orientierung verlierst, stellt sich ein zweites Kind am Streckenende auf und ruft laut Kommandos zu. Natürlich muss darauf geachtet werden, dass sich sonst niemand auf der Laufbahn befindet.

**Was ist das für ein Gefühl, „blind“ zu rennen und sich nicht mit den Augen, sondern mit dem Gehör zum Ziel zu orientieren?**



(aus: Olympia ruft: Mach mit)