

Erlebnissport

Natur erleben

Vorbemerkungen/Ziele:

Abenteuer und Erlebnisse werden auf dem Markt Sport rege gehandelt und es gibt viele Anbieter, die Erlebnisse in einen risikoreichen Rahmen mit viel Nervenkitzel packen. Bei der Sportjugend NRW im LandesSportBund Nordrhein-Westfalen steht das ganzheitliche Handeln im Vordergrund, wobei die Vermittlung, Wahrnehmung und Reflexion von Sinnesempfindungen als ein Gemeinschaftserlebnis eine sehr bedeutende Rolle haben. Freiwilligkeit ist dabei das oberste Gebot! Im folgenden Stundenbeispiel werden „kleine“ Erlebnisse im Wald vorgestellt, die dazu anregen sollen, die Natur bewusster wahr zu nehmen und die Sinne für die Natur zu sensibilisieren. Wichtig ist, dass die TN ausreichend Zeit bekommen ihre eigenen „Erlebnisse“ zu machen und sich über diese aus zu tauschen.

Zeit: 90 Minuten

Teilnehmer/innen: Erwachsene, Familien

Material: Kärtchen mit Natur-Begriffen, Klebeband

Ort: Wald/Wäldchen (Bitte im Vorfeld erkundigen, ob die Wege verlassen werden dürfen)

Hinweis: Auf entsprechend der Witterung angepasste Kleidung achten. Am meisten Spaß macht die Einheit, wenn es warm ist, und eine „stickige“ Halle zu einer ruhigen Einheit draußen einlädt.

Breiten-sport

8/02

Stundeninhalte/Inhalte

- = Inhalt
- = Organisation

EINSTIMMUNG (20 Minuten)

- „Natur-Begriffe raten“
Die Gruppe geht gemeinsam in den Wald, und jede/r TN versucht durch Fragen, an die anderen TN ihren/seinen Natur-Begriff zu erraten, und seine/ihre Partner/in mit dem gleichen Begriff zu finden.
- Jede/r TN bekommt von dem/der ÜL ein Begriffs-Kärtchen auf den Rücken befestigt, so dass er/sie es nicht sehen kann.

- „Gegenstände suchen“
Auf dem weiteren Weg sollen die TN paarweise folgende Gegenstände suchen:
 - einen Gegenstand mit einer Tierspur
 - etwas Weiches
 - etwas Rundes
 - etwas Eckiges
 - etwas, was nicht in den Wald gehört.Abschließend zeigen sich die Paare ihre gefundenen Gegenstände und berichten sich etwas über die Gegenstände.

- Die TN bilden mit den Begriffs-Partnern/Partnerinnen ein Paar

Absichten / Gedanken

- = Absichten / Gedanken
- = Hinweis

- Kommunikation in der Gruppe
- Jeweils zwei TN bekommen den gleichen Begriff.

Blatt	Ast	Blüte
	Tannenzapfen	Stein
Wasser	Grashalm	Erde
Baum	Reh	Wildschwein

- Die Natur wahrnehmen; Wissen über die Natur mit dem Partner/in und der Gesamtgruppe austauschen.
- Die Gegenstände, die nicht in den Wald gehören, werden natürlich mitgenommen und zu Hause sachgerecht entsorgt.



Stundenverlauf / Inhalte

SCHWERPUNKT (35 Minuten)

- Die TN bilden Paare.

- „Blindenführung durch den Wald“

Eine Person jedes Paares schließt die Augen und lässt sich von dem/der Partner/in durch den Wald führen.

Die führende Person soll ihre/n Partner/in sicher mit Worten und Handführung leiten. Auch kann bei einigen Wald-Gegenständen (Baum, Busch etc.) angehalten werden und die „blinde“ Person soll diese ertasten.

Nach einiger Zeit Rollentausch.

Anschließend tauschen sich die Paare aus.

- Was war das für ein Gefühl, „blind“ zu sein?
- War es schwer, sich dem/der Partner/in anzuvertrauen?
- Wie war die „Führung“? Hast du dich sicher gefühlt?
- Welche anderen Eindrücke hast du wahrgenommen?

- „Baum schenken“

Von einem Ausgangspunkt aus, wird wieder ein/e Partner/in blind kreuz und quer durch eine kleine Waldparzelle geführt. An einem Baum wird angehalten und der/die „blinde“ Partner/in soll den Baum ertasten. Dann wird er/sie wieder auf einem anderen Weg zum Ausgangspunkt geführt. Hier darf die „blinde“ Person die Augen öffnen und soll nun sehend den ertasteten Baum finden.

Danach Rollenwechsel

SCHWERPUNKTABSCHLUSS (20 Minuten)

- „Bilder gestalten“

Jede Gruppe gestaltet gemeinsam mit Naturmaterialien, die sie im Wald findet, ihr „Bild“ innerhalb des Bilderrahmens.

Dann findet eine Besichtigung statt. D.h., jede Gruppe stellt den anderen Gruppen ihr „Bild“ vor. Wichtig ist, dass jede Gruppe ihr eigenes „Bild“ ganz genau kennt.

Anschließend dürfen sich die Gruppen gegenseitig, ohne dass die Gruppen es sehen, die „Bilder“ verändern und jede Gruppe muss erkennen, was an ihrem „Bild“ verändert worden ist.

- Es werden Gruppen zu 5-6 TN gebildet. Der/die ÜL stellt für jede Gruppe aus herumliegenden Ästen einen am Boden liegenden Bilderrahmen her.

AUSKLANG (15 Minuten)

- „Austausch der Erlebnisse“

Gemeinsam tritt die Gruppe den Rückweg an und tauscht sich über die gemachten Erlebnisse und Erfahrungen aus.

- Die TN suchen sich beliebig eine/n Gesprächspartner/in aus.

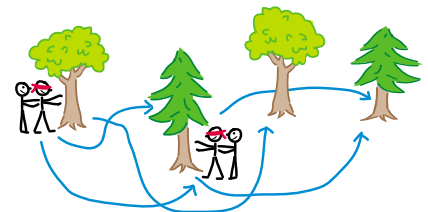
Absichten / Gedanken

- Vertrauen zum/zur Partner/in; „blind“ die Natur wahrnehmen

➤ Die „blinde“ Person kann die Hände tastend nach vorne halten, um Hindernisse, besonders in Kopfhöhe, rechtzeitig wahr zu nehmen.

➤ Die führende Person darauf hinweisen, dass sie den/die Partner/in über alles informieren muss, wie z.B. Äste, Wurzeln und Unebenheiten auf dem Boden, sowie herabhängende Äste. Besonders auf Äste in Augenhöhe achten!

- Vertrauen zum/zur Partner/in; „blind“ und im Vergleich sehend die Natur wahrnehmen

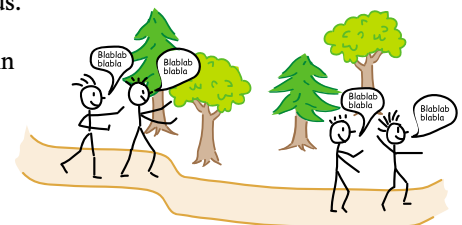


- Gruppenaktivität; Kreativität; visuelle Wahrnehmungsschulung

➤ Die TN darauf hinweisen, dass nur herumliegende Naturmaterialien zur Bildgestaltung genutzt werden sollen. Also keine Äste abknicken, oder Pflanzen aus der Erde ziehen!



- Erfahrungs- und Erlebnisaustausch; Kommunikation in der Gruppe



Autorinnen:
Ellen
Berghaus/
Andrea
Jansen