

Raumwahrnehmung: Wo bin ich?

Während dieser Übung werden verschiedene insbesondere die Sinne angesprochen, die in Bezug zum Gleichgewichtsorgan (Vestibular-Apparat) stehen.

In Zweiergruppen: Die erste Person sitzt im/auf einem Wägelchen und hält sich mit den Händen fest und bewegt sich nicht, die Augen sind verbunden (idealerweise auch die Ohren). Die zweite Person stösst das Wägelchen während 5 Sekunden, 10 Sekunden usw. in der Halle herum.

Die Person, die im Wagen sitzt, soll danach die aktuelle Position, die zurückgelegte Strecke, den Ort des Startes usw. bezeichnen.



Material: Tuch (zum Augen verbinden), Materialwagen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO