

Eulenblick

Zeit: 10 - 20 Minuten

Alter: 12 - 20 Jahre

Material: keines

Kategorie: Natur und Meer entdecken

Die Teilnehmenden suchen sich einen Punkt in einiger Entfernung, auf den sie schauen. Wie eine Eule, die ihre Augen selbst kaum bewegt, sollen die Teilnehmenden ihre Augen auf diesen Punkt fixieren.

Zunächst können die Jugendlichen wahrnehmen, dass sie neben dem gewählten Sichtpunkt vieles sehen können, ohne direkt hinzuschauen. Um das Sichtfeld genauer zu ermessen, werden die Teilnehmenden gebeten, ihre Arme seitlich auszustrecken und die Fingerspitzen leicht zu bewegen. Können sie die Bewegung aus dem Augenwinkel sehen, ohne den Blick von ihrem gesuchten Punkt zu lösen? Die Teilnehmenden haben nun die Möglichkeit, ihr Sichtfeld genauer zu erkunden: Sie können ihre Hände mit den sich leicht bewegenden Fingern vor und zurück, nach oben und nach unten führen.

Variante: Nachfolgend kann eine Partnerübung durchgeführt werden, in der sich jeweils zwei Personen im Abstand von etwa zwei Metern gegenüberstehen. Sie schauen sich an (oder gegenseitig auf die Nase, falls das direkte Anschauen als unangenehm empfunden wird) – das Gegenüber wird zum Blick-Fixpunkt. Nun zeigen sich die beiden abwechselnd gegenseitig eine unterschiedliche Anzahl an Fingern. Dabei wird die Hand an verschiedenen Stellen bewegt, sodass das periphere Sehen des Gegenübers gefordert wird.

Tipps für Mitarbeiter*innen

Mögliche Übungen zur Weiterarbeit: Kamera, das große Suchen, Tiere und Pflanzen entdecken

Hashtags

#draußen #Einstieg #Klar zur Wende #erfahren