

Blinder Tausendfüßler

Zeit: 30 - 45 Minuten

Alter: 12 - 20 Jahre

Material: Langes Seil, Augenbinden

Kategorie: Natur und Meer entdecken

Die Teilnehmenden stellen sich barfuß hintereinander in einer Reihe auf und halten sich mit einer Hand am Seil fest. Alle, bis auf den/die Übungsleiter*in, legen nun die Augenbinden an. Von nun an schweigt der Tausendfüßler. Es sollte ein Signal vereinbart werden, ab dem wieder gesprochen werden darf. Die*der noch sehende Übungsleiter*in führt nun die blinde Gruppe an dem Seil durch das Gelände.

Der blinde Barfußgang sollte 15 bis 30 Minuten dauern und über möglichst unterschiedliche Untergründe gehen. Zum Schluss bringt die anleitende Person den Tausendfüßler in eine Position, in der sich allen beim Abnehmen der Augenbinde eine schöne Aussicht bietet. Nun dürfen die Hände vom Seil und die Augenbinden abgenommen werden.

Im Anschluss können die Teilnehmenden von ihren Eindrücken erzählen.

Tipps für Mitarbeiter*innen

Wichtig: Die*der Übungsleiter*in sollte vorher das Gelände und die Strecke gut auswählen und schon einmal barfuß abgehen. Damit wird sichergestellt, dass es zu angenehmen Fühlerfahrten kommt und dort keine spitzen Gegenstände liegen, die die Füße der blinden Teilnehmenden verletzen könnten. Wünschenswert wäre, möglichst verschiedene Untergründe zu finden, um vielfältige Tas-terlebnisse zu ermöglichen: lockeren Sand, festen Sand am Spülsaum, eine Strecke durch flaches Wasser – wie fühlt sich der Strand mit nassen Füßen an? Wird er nun wärmer erlebt? Dort gibt es eine steinige Stelle, an anderer Stelle vielleicht ein kurzes Stück über einen Rasen. Mögliche Methoden zur Weiterarbeit: : Eulenblick, das große Suchen, 1.000 Farben

Hashtags

#Bewegung #draußen #erfahren #Klar zur Wende